

Игры с использованием нестандартного оборудования.

Для занятий физической культурой и личного самосовершенствования дошкольников необходимо специальное спортивное оборудование, но оно, как правило, стоит дорого и не каждому доступно. Поэтому возникает необходимость использовать для спортивно - оздоровительных занятий оборудование, изготовленное самостоятельно из подручных средств. Материалами для его изготовления служат старые резиновые мячи различных размеров, пластиковые бутылки, разноцветные пробки. Изготовление подобного оборудования вполне под силу каждому. Предлагаем несколько подвижных игр, которые можно организовать с его помощью в спортивном уголке группы, на физкультурном занятии, во время прогулки в летний оздоровительный период.

Игры с использованием спортивного инвентаря, изготовленного из мячей.

Подвижная игра «Весёлые мячики»

Цель: развитие внимания, памяти детей, координации движений путём формирования интереса к занятиям физкультурой.

Для игры используются разрезанные пополам резиновые мячики средней величины.

1. Дети идут по гимнастической скамейке, перешагивая через разложенные на ней полусферы.
2. Дети с закрытыми глазами перешагивают через полусферы, лежащие на полу.
3. Педагог раскладывает на полу полусферы, которых в 1,5 - 2 раза больше, чем детей. Под одну из полусфер спрятан «сюрприз». Каждому ребёнку поочерёдно даётся попытка отыскать спрятанный «клад», при этом ему необходимо помнить, какие полусферы уже открывались до него.
4. Для метания можно подвесить их на дерево. Вариант «Баскетбол».

Подвижная игра «Мячи»

Цель: развитие ловкости, интуиции, координации движений.

В прорезь резинового мяча вставляют и закрепляют один конец верёвки (подобие ёлочного шара), другой надевают петель на карабин и прикрепляют к рукоходу. Количество мячей произвольное.

1. Дети сначала бегут змейкой под рукоходом с подвешенными неподвижными мячами, а затем - под раскачивающимися, стараясь не дотронуться до них.
2. Дети идут по гимнастической скамейке, стоящей над рукоходом. Необходимо пройти так, чтобы не задеть подвешенные раскачивающиеся мячи.
3. Дети стараются попасть подвешенными мячами в установленный перед ними предмет.

Игры с использованием инвентаря, изготовленного из пластиковых бутылок.

Подвижная игра «Цветик - семицветик»

Цель: развитие глазомера и меткости.

Оборудование: восемь стаканчиков, вырезанных из пластиковых бутылок, скреплены в форме цветка канцелярскими скрепками (один стаканчик в центре,

семь – вокруг него), восемь теннисных шариков или пластмассовых футляров от «киндер - сюрпризов».

Дети бросают шарики в цель (цветик – семицветик) и набирают баллы: попадая в центр цветка - 5 баллов, в лепестки - 2 балла. Также можно мишени придать форму треугольника, квадрата, линии и т.д.

Подвижная игра «Бутылочный канат»

Цель: развитие ловкости, координации движений, выносливости.

Оборудование: канат, сделанный из 15 бутылок, надетых на верёвку длиной 5 метров.

1. Дети прыгают через лежащий на полу канат.
2. Участники игры перепрыгивают через раскачивающийся канат, как через скакалку. Возможно, выполнение этого упражнения одновременно несколькими детьми.
3. Дети перебрасывают мяч через подвешенный канат (как через сетку). Они участвуют в игре парами или командами.
4. Канат используется в весёлой эстафете. Играющие пролезают под канатом или перепрыгивают через него (в зависимости от высоты расположения).
5. Дети идут в колонне, держа рукой канат, и выполняют задания: ходьба змейкой, приседания и т.д. Канат используется в качестве связки.

Бутылки можно использовать, как кегли (утяжелить, насыпав в них песок, пшено, мелкие камни, фасоль). Использовать их в метании, как цель и игр в эстафеты.

Подвижная игра «Воронки»

Цель: развитие ловкости, глазомера, координации движений, наблюдательности.

Оборудование: воронки - верхушки, отрезанные от пластиковых бутылок (по количеству детей).

1. В ходе эстафеты дети перекладывают теннисный шарик из воронки в воронку, стоя в шеренге.
2. В ходе беговой эстафеты каждый ребёнок в обозначенном месте ставит свою воронку на другую (строим башню).
3. В парах дети перекидывают друг другу из воронки в воронку теннисные шарики или футляры от «киндер - сюрприза»
4. «Самый ловкий». К воронкам прикрепить шнуры, на концах которых футляр от «киндер - сюрприза». Постараться поймать воронкой «киндер-сюрприз».

Игры с разноцветными крышками от пластиковых бутылок

Игра «Сухой аквариум»

Цель: снятие напряжения, усталости, расслабления мышц спины, плечевого пояса.

Вариант 1. Купание рук - кисти, руки по локоть шуршание крышками.

Вариант 2. Выполнить задания:

- какого цвета крышки?
- крышек, какого цвета больше?
- разложи крышки по цвету.

· кто быстрее соберет в тазик крышки того или иного цвета?

Вариант 3. «Чьи бусы длиннее», «Паровозик с вагончиками», «Дорожки», «Мостики», «Змейки».

Вариант 4. Строим пирамиды, башни.

Вариант 5. «Изучаем временные промежутки».

Утро - желтая крышка.

День – красная.

Вечер – синяя.

Ночь – черная.

«Неделя» - семь дней - семь разных цветов крышек.

Игра «Найди свой домик»

Детям раздаются разноцветные крышки от бутылок, а на полу также крышки разного цвета. Дети по сигналу должны найти аналогичного цвета крышку (свой домик) и подбежать к ней.

Игра «Найди пару»

Раздаются разного цвета крышки. Дети бегают, а по сигналу находят себе пару по цвету крышки.

Мягкие квадраты из поролона 20 x 20 см.

Цель: формирование правильной осанки, развитие ловкости, глазомера.

1. Кто быстрее дойдет, не уронив квадрат с головы.
2. «Кенгуру» - прыжки с зажатым квадратом между колен.
3. «Метко в цель» - подвесить на веревку или дерево.
4. Эстафеты с разными заданиями:
 - прыжки на одной ноге через квадраты;
 - на двух ногах;
 - правым и левым боком;
 - змейкой между ними;
 - бегом, перешагивая через квадраты.

Массажеры сделаны из капсул от «киндер-сюрпризов» и крышек от бутылок, нанизанные поочередно на леску, а по бокам крепления-ручки - колпачки от фломастеров (используются для массажа ног, рук, спины, шеи, груди и для ОРУ).

Игрушки от «киндер - сюрпризов» используются для профилактики плоскостопия (собираем игрушки пальчиками ног)

Пушинки на веревочке (пушинки можно сделать из синтепона).

Цель: развитие органов дыхания.

Игра «Сосчитай»

Круги из фанеры или крышки испод майонезных ведер с цифровыми обозначениями раскладываются по кругу. Дети бегают по кругу и слушают задания – $1 + 2 = ?$. Они должны сосчитать и подбежать к кружку с цифрой 3.

Теннисные ракетки (вырезанные из фанеры)

Цель: развитие координации движений.

Игры:

1. Кто больше набьет теннисный мячик и не уронит.
2. Для обучения элементам игры в теннис. Для этого используются подвесные шары на веревочке. Выполняются удары справа, слева.

3. Для метания в цель, подвешиваются на разной высоте и крепятся жестко или на веревке.

Обще развивающие упражнения.

Для выполнения ОРУ также можно использовать предметы, изготовленные из бросового материала:

- бутылки-погремушки послужат гантелями;
- вееры из картонных цветных обложек альбомов для рисования;
- ведерки испод майонеза, украшенные мишурой или цветной пленкой;
- самодельные эспандеры, сделанные из широкой резинки и маленьких кусочков обруча используются в ОРУ, для развития мышц рук и ног.

Подвижные игры с использованием нестандартного оборудования можно проводить практически на каждом занятии. Родители могут не только познакомиться с этим инвентарем и правилами его применения, а также изготовить его в домашних условиях и использовать для игр с детьми в свободное время.

