**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 6»**

**«Реализация здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста посредством применения нестандартного оборудования»**

Подготовили: воспитатели

Мишарина Алла Евгеньевна

Ширяева Елена Леонидовна

г. Красновишерск 2019 г.

**«Реализация здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста посредством применения нестандартного оборудования»**

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе для меня очень актуальна. Безопасность и здоровый образ жизни – это не сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях. Наша задача - всё, чему мы учим детей, они должны уметь применять в реальной жизни, на практике.

Важным направлением в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованная предметно-развивающая и двигательная  среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, полифункциональной.

В своей работе, мы используем новый современный подход к системе оздоровления и развития детей, в частности, применение следующих эффективных здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих сохранение, укрепление и коррекцию здоровья дошкольников:

- дыхательная гимнастика;

- пальчиковая гимнастика;

- физкультминутки;

- бодрящая гимнастика после сна;

- адаптация;

- релаксация, психогимнастика;

- точечный массаж ( профилактика простудных заболеваний);

- профилактика и коррекция плоскостопия;

- гимнастика для глаз (профилактика нарушения зрения);

- физкультурные занятия;

- утренняя гимнастика (разные варианты);

- артикуляционная гимнастика;

- самостоятельная двигательная активность;

- подвижные игры;

- прогулки;

- досуги и развлечения;

- дни здоровья;

- работа с родителями.

Все формы оздоровления носят развивающий характер, способствуют формированию здорового образа жизни детей, воспитывают бережное отношение к своему организму, обеспечивают своевременное развитие жизненно необходимых двигательных навыков, способностей, а так же психических и физических качеств ребенка.

Реализуя здоровьесберегающие технологи, в работе с детьми мы применяем нестандартное оборудование, изготовленное своими руками, ведь новое спортивное оборудование - это всегда дополнительный стимул активации физкультурно-оздоровительной работы. На эффективность проведения занятий влияет качественная и глубоко продуманная предварительная работа по подготовке всех необходимых пособий и инвентаря, которые помогут проводить комплекс живо, эмоционально, интересно.

|  |  |
| --- | --- |
| **Массажные дорожки**  **Цель:** профилактика плоскостопия у детей  **Использование:** гимнастика после сна, на физкультурных занятиях, в свободное время  **Описание:** тканевая дорожка с пришитыми пластмассовыми пробками; массажная пластиковая дорожка с пришитыми фломастерами, карандашами.  Использовать для массажа ступней, ходьба с целью профилактики плоскостопия. Точечный массаж ступней ног. | DSCN0334 |
| **Массажные коврики**  **Цель:** профилактика плоскостопия у детей  **Использование:** гимнастика после сна, на физкультурных занятиях, в свободное время | DSCN0333 |
| **"Следы", "Ладошки"**  **Материал: линолеум**  **Цель:** профилактика плоскостопия у детей  **Использование:** использовать для ходьбы с целью профилактики плоскостопия и закрепления основных цветов. | DSCN0346  DSCN0347 |
| **"Змейка"**  Материал: формы от киндер-сюрпризов  Цель: Развитие мышц туловища, координации движений, ловкости  Формирование навыков самоконтроля, внимания. | DSCN0369 |
| **"Бильбоке"**  **Цель:** Развитие глазомера, координации движений, быстроты реакции, внимания, ловкости рук. Воспитание волевых качеств, Формирование умения регулировать и координировать движения, навыков самоконтроля.  **Материал:** верхняя часть пластиковых бутылок, крышка, верёвочка.  **Использование:** игры «Кто самый ловкий?», «Попади в цель», игры соревновательного характера. | [igrushki_4](http://uspevai7ya.ru/wp-content/uploads/2014/03/igrushki_4.jpg)DSCN0373 |
| **"Моталки"**  **Цель:** развитие координации,  мелкой моторики рук, глазомера и ловкости. **Материал**: изготовлено из деревянных палочек и тесьмы. | C:\Users\Пользователь\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Word\DSCN3092.jpg |
| **"Гантели"**  Цель: развития силовых навыков.  Материал: изготовлены из пластиковых бутылок, цветного скотча и песка (или другого материала для их наполнения). | C:\Users\алла\Desktop\портофино\нетрад обор и картотеки\Фото0954.jpg |
| **"Спортивный кубик"**  Пособие изготовлено из картона, бумаги с силуэтами человека, выполняющего различные упражнения.  Предназначено для использования в самостоятельной игровой деятельности, организованной образовательной деятельности, для работы дома с родителями. Способствует укреплению мышц тела, развитию общеразвивающих упражнений, внимания, координации движений, быстроты реакции. | C:\Documents and Settings\2\Рабочий стол\флешка-конкурс\Опыт работы Ширяевой Е.Л\нестандарное физкультурное оборудование\Фото\DSCN5741.jpg |
| **"Ходунки"**  **Цель:** выполнения основных видов движения, для развития координации движения, для самостоятельной игровой деятельности.  **Материал:** деревянные бруски, бельевая веревка. | C:\Users\алла\Desktop\портофино\нетрад обор и картотеки\Фото0955.jpg |
| **"Разноцветные мячики"**  **Материал:** пластиковые мячики из цветных ниток, наполненные ватой, полиэтиленовыми кульками.  **Цель:** Развитие метательных навыков с разного расстояния и из разных положений, двигательной активности, ловкости движений.  **Использование:** метание в цель, для ОРУ, подвижных игр, массаж и самомассаж. | C:\Users\алла\Desktop\портофино\нетрад обор и картотеки\Фото0947.jpg |
| **"Тоннель"**  **Цель:** выполнении основных видов движения, в сюжетно-ролевых играх. Материал: 2алюминиевых обруча и плотной ткани. | C:\Users\алла\Desktop\портофино\нетрад обор и картотеки\Фото0950.jpg |
| **"Цветные ленточки"(султанчики)**  **Цель*:*** развитие двигательной активности, ловкости движений.  **Материал:** цветные ленточки: полоски ткани, сделанные из атласных лент; косички: цветные шнурки заплетены в косичку, концы зафиксированы.  **Использование:** метание в цель, для ОРУ, подвижных игр.  Игра «Ловишки с хвостиками»: ведущий «ловишка» догоняет игрока и забирает у него хвостик-косичку (ленту), прикреплённую сзади на спине игрока (за пояс). | C:\Users\домашний\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Word\Фото1588.jpg |
| **Массажные круги**  Материал: клеенка, горох,  бобы, комешки  **Цель:** профилактика плоскостопия. | DSCN0344 |
| **"Массажер"**  **Материал:** формы от киндер-  сюрпризов, пластиковые трубки, шнур  **Цель:** укрепление мышц спины, рук, ног. | C:\Users\Пользователь\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Word\DSCN3097.jpg |
| **"Цветные веревочки"**  Материал: разноцветные ленточки  **Цель**: развитие двигательной активности, ловкости движений, умение различать цвета. | C:\Users\Пользователь\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Word\DSCN3086.jpg |
| **"Разноцветные ленточки"**  **Цель:** развитие двигательной активности, ловкости движений. | C:\Users\Пользователь\AppData\Local\Microsoft\Windows\Temporary Internet Files\Content.Word\DSCN4094.jpg |