



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 9 комбинированного вида»
660077, г. Красноярск, ул. Весны, 13 А.

«Здоровье своими руками»

*Нестандартное оборудование для занятий
физической культуры в детском саду из
бросового материала своими руками.*





«Бильбоке»

Цель: развитие мышц предплечья и кисти рук, глазомера, ловкости, координации движения, сноровки и меткости.



Материал: фанера, крышки от пластиковых ведёрок, шнур.



«Бильбоке»



Материал: обрезанные пластиковые бутылки с крышками, бумажные стаканчики, стаканчики от йогурта, резинка, шнур или тонкая лента, пластмассовый шарик или яйцо от киндер сюрприза, материал для оформления.



«Гантели»

Цель: выполнение ОРУ с предметами, для развития силы рук.



Материал: ёмкости из-под чистящего вещества, наполнение – различные крупы.





«Гантели»



Материал: пластиковые бутылочки из под воды, йогурта с крышками, изолента, самоклеящая бумага, наполнение – различные крупы.



Массажёр «Ёжик»

Цель: развитие мелкой моторики, силы и точности движений.

Материал: горлышки, колечки и крышки от пластиковых бутылок.





«Игры — моталочки»

Цель: развитие мелкой моторики пальцев рук, ловкости, координации и быстроты движений.

Игры - моталочки используются как в соревнованиях, так и в индивидуальной работе и в свободной игровой деятельности детей

«Помоги бабочке»



Материал: обруч пластмассовый, веревочки, палочки, (паутина)





«Моталочки»



Материал: палочки,
разнообразные шнуры, ленты,
игрушка или шарик.



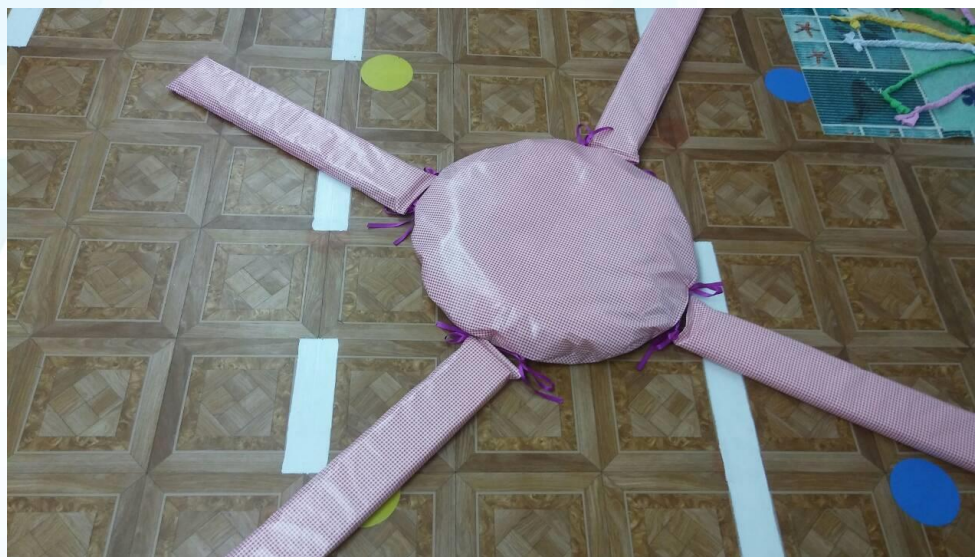
Материал: синтепон, ткань, лента
атласная, цветные карандаши.



«Солнышко»

Цель: Развитие устойчивости во время движения, координация движений, равновесия

Применение: перешагивание, перепрыгивание, прыжки с продвижением вперед на одной или двух ногах, прямо или боком, ходьба с высоким подниманием колена;



Материал: бытовая клеенка, поролон.





«Трубочки – колечки»

Цель: профилактика плоскостопия через нетрадиционное использование различных предметов.

Материал: трубочки от швейных ниток, кольца для гардин.





«Танграм»

Цель: развитие равновесия за счет ходьбы по ограниченной поверхности.

Материал: фанера.





Панно «Волшебный цветок»

Цель: развитие сенсорного и тактильного восприятия, мелкой моторики рук.

Материал: ткань (флис, фатин, атлас), фурнитура (пуговицы, одёжные кнопки, пряжки, замок-молния, шнуры, атласные ленты, бусины), нитки для вязания, бросовый материал (горлышки и крышки от пластиковых бутылок, упаковочная бумага).





Игра «Волшебный мешочек»

Цель: развитие сенсорного и тактильного восприятия, мелкой моторики рук.

Материал: ткань (флис, сатин), фурнитура (пуговицы, бусины), нитки для вязания, поролон.





«Волшебная тарелка»

Цель: развитие координации движения.

Материал: крышки от пластиковых ведёрок, самоклеящая бумага.





«Колючий коврик»

Цель: развитие координации движений мелкой моторики рук через нетрадиционное использование различных предметов.

Материал: коврик-травка.

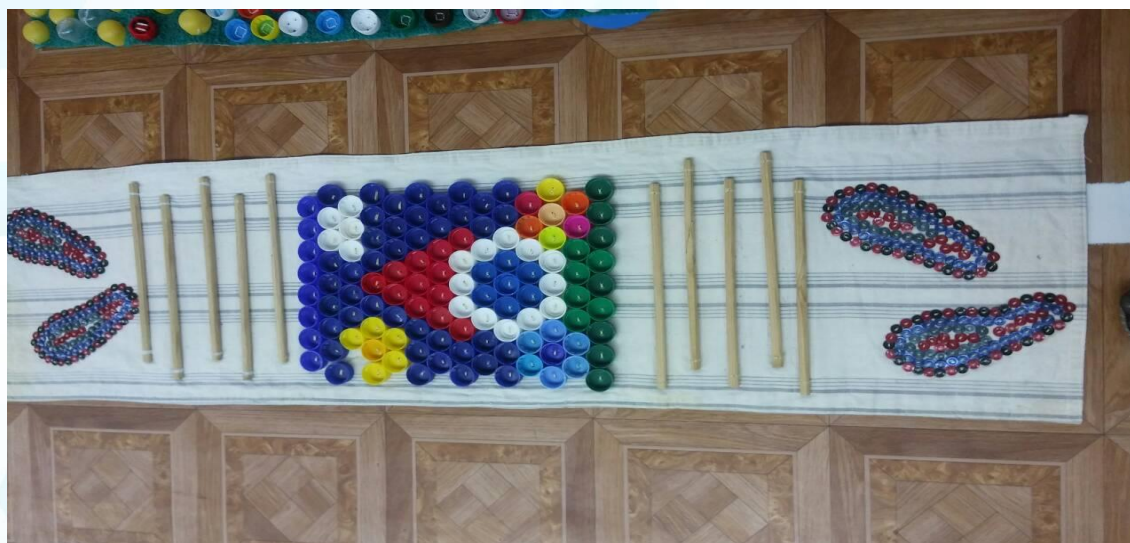




Массажная дорожка «Домик»

Цель: профилактика плоскостопия и укрепление иммунитета.

Материал: ткань, пуговицы, деревянные палочки, крышки от пластиковых бутылок.





«Дорожки здоровья»

Цель: Формирование и укрепление сводов стопы.

1. Массажный коврик из мягких посудных губок
- 2 «Морская волна» Материал: стекларус.
- 3 «Следы». Материал: фасоль, пуговицы.
- 4 «Петельки». Материал: синтетический жгут.
- 5 «Бусинка». Материал: бусы.
- 6 «Комбинированный». Материал: жесткий коврик карандаши.
- 7 «Пробка». Материал: пробки от бутылок.



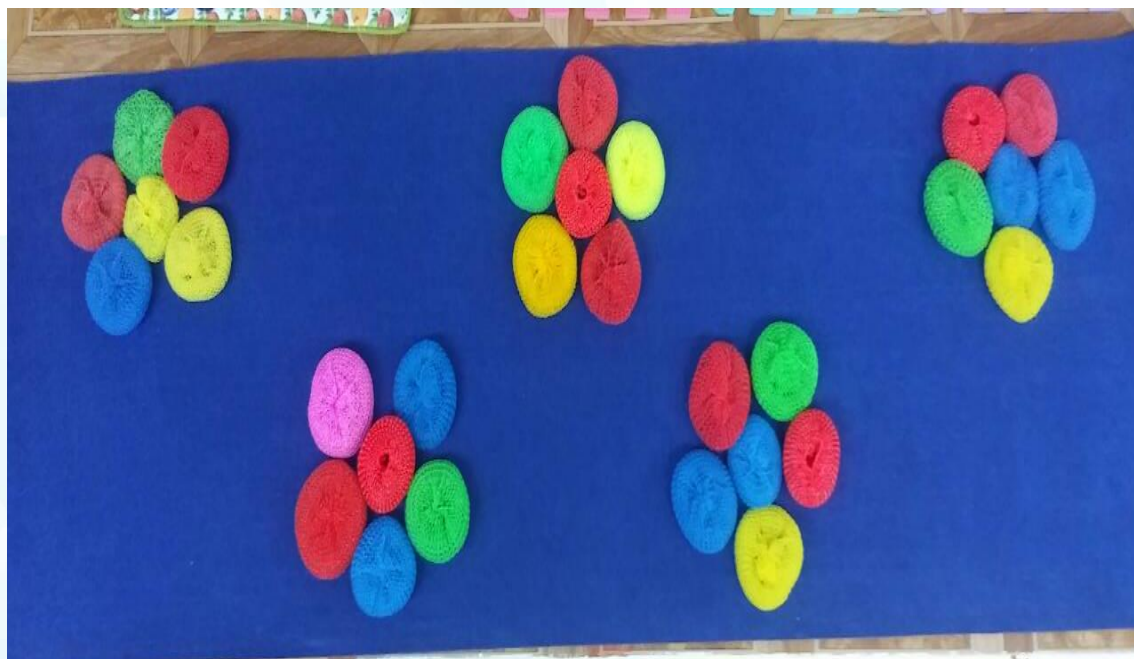


Дорожка здоровья "Цветочная дорожка"

(интенсивное воздействие на рефлекторные зоны стоп)

Цель: Интенсивное стимулирование нервных окончаний стопы; укрепление иммунитета; развитие тактильной чувствительности; снижение усталости ; укрепление мышц, связок и суставов, улучшение кровообращения; профилактика плоскостопия.

Материал: фетр, синтетические мочалки для мытья посуды





Дорожка здоровья "По морям , по волнам"

(щадящее воздействие на рефлекторные зоны стоп)

Цель: Стимулирование нервных окончаний стопы и , как следствие, укрепление иммунитета; формирование свода стопы; профилактика плоскостопия; развитие тактильной чувствительности.

Материал: фетр, верёвка диаметром 0,5 см, пуговицы .





«Дорожки здоровья»

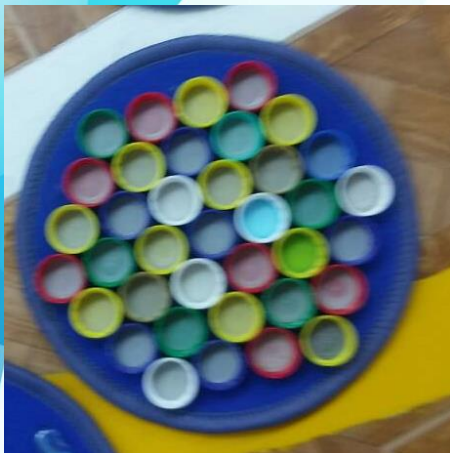


Материал: основа шерстяная ткань, крышки от газировки, йогурта, половинки яйца киндер сюрприз, пластмассовая сетка, деревянные катушки.





«Дорожки здоровья»





Правильное **дыхание** очень важно для развития речи, так как **дыхательная** система - это энергетическая база для речевой системы. **Дыхание** влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. **Дыхательные** упражнения помогают выработать диафрагмальное **дыхание**, а так же продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Регулярные занятия **дыхательной гимнастикой** **способствуют** воспитанию правильного речевого **дыхания с удлинённым**, постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков.





«Рыбка »

Цель: развитие дыхательного аппарата (речевого дыхания)

Материалы: из фанеры вырезана рыбка, на которой прикреплены 5 маленьких рыбок из фетра.

Задание: дуть на рыбки, усиливая или уменьшая воздушную струю.



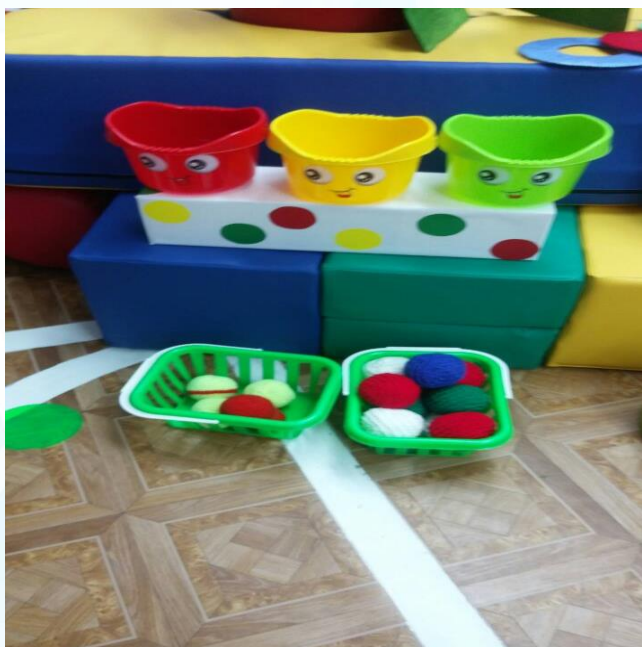




«Попади в цель»

Цель: Развитие глазомера, ловкости, координация движений, тактильных ощущений

Материал: три пластмассовых ведерка, мячики, связанные из цветной пряжи, набитые поролоном.





Многофункциональные массажёры

Цель: Укрепление мышц спины, плечевого пояса, ног, укрепление и формирование правильной осанки.

Материал: верёвочки для основания, футляры от яиц от "киндер-сюрпризов, Крышки от пластиковых бутылок, трубочки для напитков-для изготовления ручек массажёров.





Оборудование для развития крупной моторики, метания, ловкости



флажки, султанчики, эстафетные палочки для проведения утренней гимнастики, общеукрепляющих упражнений, эстафет





Оборудование для профилактики плоскостопия, дорожки здоровья

