

СП детский сад «Берёзка» ГБОУ СОШ пос. Кинельский

XI окружной открытый конкурс исследовательских и творческих проектов дошкольников  
«Я – исследователь – 2023»

## Исследовательско - творческий проект

### «Физкультура своими руками»



**Исследователи:**  
Старостина Варвара  
Коваленко Алиса

**Научные руководители:**  
**Цацкина Ирина Сергеевна,**  
воспитатель, первая квалификационная категория  
**Шарипова Лилия Сагитовна,**  
Инструктор по физической культуре

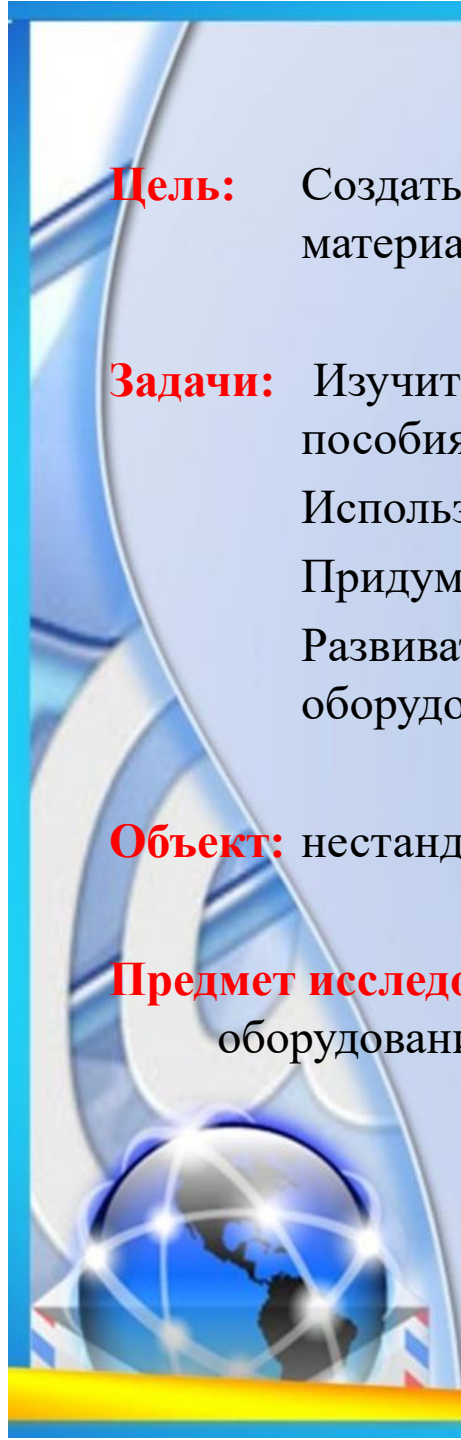
пос. Кинельский, 2023 г.

# Актуальность

**Мы с ребятами очень любим заниматься физической культурой: бегать, прыгать, соревноваться и играть в подвижные игры. Физические упражнения тренируют наше сердце, развивают наши мышцы, укрепляют позвоночник, а это значит, что мы вырастем здоровыми, сильными и весёлыми!**

**На занятиях мы часто используем нестандартное оборудование, которое сделали очень давно, и мы подумали, а почему бы нам не сделать новое спортивное оборудование своими руками?**





**Цель:** Создать своими руками спортивное оборудование из подручных материалов и средств.

**Задачи:** Изучить литературу, расширить знания о спортивных атрибутах и пособиях;  
Использовать интернет ресурсы по данной теме;  
Придумать и сделать оборудование для физкультуры своими руками;  
Развивать творчество, фантазию при использовании нестандартного оборудования;

**Объект:** нестандартное спортивное оборудование

**Предмет исследования:** изготовление нестандартного спортивного оборудования

# ОПРОС



■ ЗНАЮТ

■ НЕ ЗНАЮТ



**Гипотеза:**  
предположим, что  
изготовить  
нестандартное  
спортивное  
оборудование  
своими руками  
очень просто



# Методы исследования:

- Сбор информации из интернета, литература
- Опрос детей из своей и других групп, родителей и сотрудников детского сада
- Практическая работа
- Обобщение, выводы

# Перечень нестандартного спортивного оборудования

## «Бильбоке»

**Материал:** верхняя часть пластиковых бутылок, контейнер от «киндер-сюрприза» или мячик, цветная нить или ленточка.

**Цель:** Совершенствование умения подбрасывать предмет вверх или ловить его; развивать глазомер, быстроту реакции, координация движений предплечья кисти и пальцев, ловкости, меткости, глазомера, произвольности поведения, быстроты реакции. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества, формирование навыков самоконтроля.

**Вариант использования:** Дети подбрасывают контейнер вверх и бутылочкой ловят его. Если поймали — молодцы!



# «Лыжи»

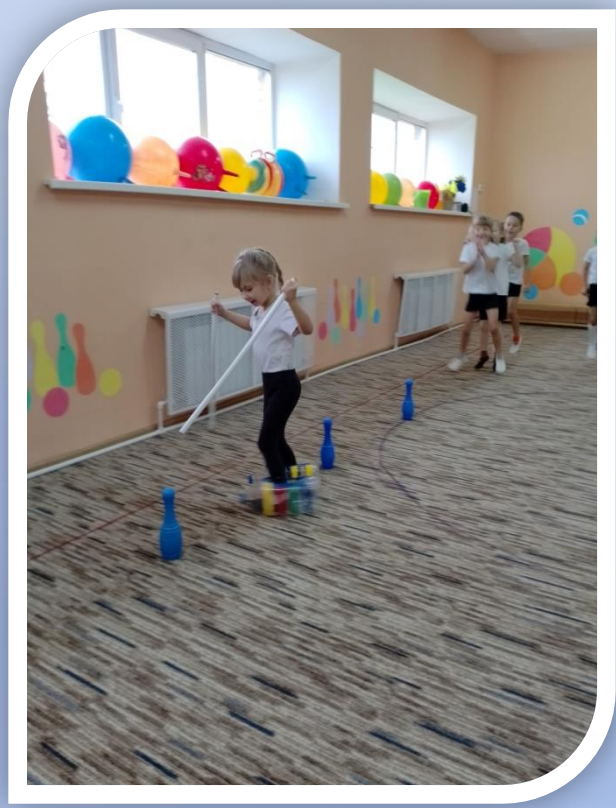
**Материал:** изготовлены из пластиковых бутылок, которые покрашены, и деревянные палки.

**Цель:** для развития координации движений, физических качеств при выполнении скользящих движений.

**Использование:** используют в играх – эстафетах: «По горной лыжной тропе», «Сороконожка».







# «Моталочки»

- **Материал:** Палки, лента, игрушки.
- **Цель:** Развивать мелкую моторику рук, ловкость, быстроту движений. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества.
- **Использование:** Можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях. Дети наматывают шнур с привязанным предметом на палочку.





# «Султанчики»

**Материал:** оборудование изготовлено из цветных карандашей или фломастеров, контейнер от киндер - сюрприза.

**Цель:** способствовать профилактике плоскостопия, массаж стоп. Улучшение кровообращения в пальцах, кистях рук и предплечий.

**Варианты использования:** Массаж ладоней (вращение ствола карандаша между ладонями), массаж кончиков пальцев, массаж тыльной стороны и внутренней стороны ладони. Массаж стоп, поднимание карандаша пальцами ног.

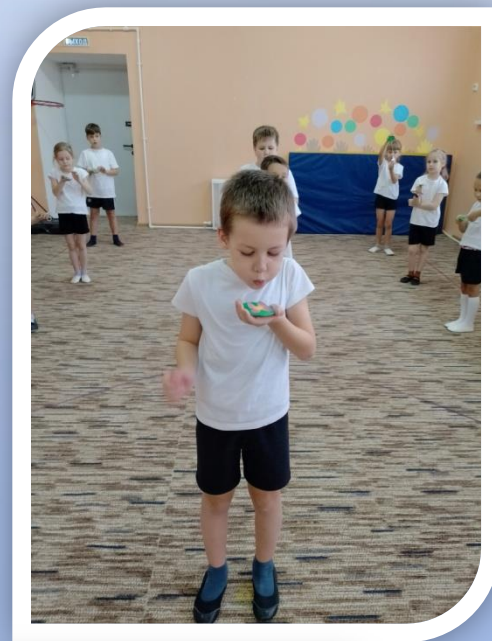


# «Бабочка летает»

**Материал:** двусторонний цветной картон, шаблон бабочка, нитка.

**Цель:** формирование у детей плавного длительного выдоха.

**Варианты использования:** Можно использовать на занятиях физкультуры во время дыхательной гимнастики, а так же в свободной игровой деятельности.



**ВЫВОД:**  
**ИЗГОТОВИТЬ**  
**нестандартное**  
**спортивное**  
**оборудование**  
**своими руками**  
**легко и**  
**увлекательно!**



СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!

