**Краткое описание педагогического опыта «Развитие двигательной активности дошкольников посредством Сибирского борда.**

Соловьева Н.В, инструктор по физической культуре,

ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»,

Ярославская область, г. Гаврилов-Ям

Удовлетворить естественную потребность детей в движении и увеличить двигательную активность дошкольников, призваны занятия физкультурой. А в большей степени заинтересовать и увлечь ими помогает нестандартное оборудование – это всегда дополнительный стимул физкультурно-оздоровительной работы. Выполнение упражнений с ним оказывает значительное влияние на развитие у дошкольников двигательных качеств и способностей.

Актуальность опыта, связанного с использованием сибирского борда в том, что он приводит к формированию многих компетенций дошкольника, которые лежат в основе целевых ориентиров, определенных ФГОС ДО.

Основной целью для нас стало – создание условий для раскрытия творческого и двигательного потенциала дошкольников посредством сибирского борда. Направляющими стали задачи:

1. Формировать умение контролировать и чувствовать свое тело в пространстве, укрепляя эмоционально-волевую сферу, обогащая двигательный опыт, мотивируя на двигательную активность;

2. Создать условия для развития социальных коммуникаций, раскрывая творческие способности и воображение детей;

3. Воспитывать интерес к использованию нетрадиционного оборудования, создавать положительные эмоции у воспитанников.

Чуть более 3-х лет назад наше внимание в интернете сфокусировал необычный предмет, который теперь для нас и наших детей стал настоящим другом и помощником. Сибирский борд – это тренажёр в виде изогнутой доски. Ребенок, стоя на поверхности доски изгибом вниз, балансирует в попытках удержать равновесие, вследствие чего, упражнения на борде способствуют: развитию координации, укреплению опорно-двигательного аппарата, улучшению осанки и развитию гибкости и ловкости. В перевернутом виде, дугой вверх, лежа на борде, можно получить расслабляющий, релаксационный эффект.

Нестандартное оборудование Сибирский борд многофункционально, мы используем его в разных видах детской деятельности: как в организованной (физкультурные занятия, утренняя гимнастика и т.д.), так и в самостоятельной, свободной. Балансир включаем в разные части физкультурного занятия, где он служит инвентарем при выполнении ОРУ, тренажером в ОВД, оборудованием для подвижных игр и эстафет, служит составляющим для полосы препятствий.

***Деятельность по реализации опыта.***

Это оборудование мы используем с младшего возраста. По внедрению баланс-борда работу с детьми проводим поэтапно:

1 этап: «Равновесие»

Одно из важнейших чувств для ребенка - чувство равновесия. Равновесие – это надежность, защищенность и опора. Чтобы продемонстрировать свои успехи в достижении равновесия, дети выполняют упражнения, соревнуются – кто дольше продержится в выбранной позе. Кроме статических упражнений на развитие равновесия добавляем и динамические – в движении.

Для подготовки работы на балансирах используем комплекс упражнений из набора карточек «Сибирский борд мемо», выполняя на полу или других неустойчивых поверхностях. Дополняем картотеку придуманными детьми позами. Затем дети самостоятельно планируют основную часть занятия, выбирая упражнения (демонстрация карт схем «Равновешек»). Эти упражнения универсальны, вследствие используем их на балансировочной доске.

2 этап: «Простые упражнения с бордом».

Знакомство с бордом начинаем с прикосновений: трогаем, крутим доску, пробовать встать на нее, сесть, в общем, исследуем)

Первым делом учимся выполнять стойку прямо и боком, расставив ноги врозь, и немного раскачиваться. Когда ребенок уверенно стоит на борде, постепенно увеличиваем ширину постановки ног. Затем усложняем, добавляя движения рук: в стороны, вперед, вверх. Сочетая согласованные движения рук и ног, выполняем раскачивания, координируем движения всего тела. То есть мы выполняем упражнения, которые быстро включают и активизируют кору головного мозга.

Затем переходим к простейшим упражнениям на «Чудо-борде» (статическим и динамическим), используя карты-схемы «Равновешки». Продолжаем пополнять картотеку универсальными заданиями из личного опыта детей.

3 этап: «Упражнения с предметами»

После освоения основных упражнений добавляем в занятия предметы-помощники. Например, мячи, мешочки, гимнастические палки и т.д. Этот этап предполагает работу по уровням (по степени усложнения):

* индивидуальная работа;
* парная работа;
* групповая игра.

Вот несколько примеров, которые ребята придумали для себя в индивидуальном уровне:

* перекладывание мешочка над головой, под ногами, вокруг себя;
* подкидывание мяча или мешочка вверх двумя руками или одной, стоя на доске, отбивание мяча (одной или двумя руками);
* кидание предметов по мишеням;
* вращение обруча;
* отбивание воздушного шарика при помощи ракетки или палки.

Варианты заданий для парного взаимодействия:

* передача мяча в парах, с ударом от пола;
* набивать мяч, удерживая простынь с двух сторон;
* жонглирование различными предметами.

Для командных и групповых игр и эстафет: «Белка на дереве - собака на земле», «Охотники и утки», «Вышибалы», «Собачка», «Футболисты», «Волейборд» и др.

Использование балансира в работе с детьми мотивирует их на открытие разных направлений.

4 этап: «Свободная деятельность»

После того как дети освоили балансборд, нужно дать полет детской фантазии в самостоятельной деятельности, и вы убедитесь, как начнутся твориться чудеса. Маленькие волшебники с увлечением внедрят его в свои игры. В процессе такой игры расширяется кругозор, развивается фантазия, двигательный опыт, происходит взаимодействие со сверстниками, задействованы все области развития. Всё это действо происходит во время игры, а игра – основной вид деятельности.

В перспективе, Сибирский борд способствует подготовке детей к занятиям популярными видами спорта (лыжи, коньки, скейтборд, сноуборд и пр.).

Результаты внедрения опыта:

* Созданы условия для поддержки и развития творческой инициативы и самостоятельности у детей;
* Дети проявляют интерес к занятиям с нетрадиционным оборудованием;
* У детей повысилась эмоциональная стабильность, улучшились навыки социализации и общения; наблюдается улучшение концентрации внимания, саморегуляции и контроля.
* У детей улучшилась физическая выносливость;
* Дети способны анализировать последовательность своих действий, имеют представления о предметах;
* Дети проявляют положительные эмоции от совместной деятельности.