**Консультация для родителей: «Нетрадиционное спортивное оборудование - коррегирующие дорожки (массажные коврики или дорожки).**

Физическое воспитание дошкольников — это важнейшая составляющая формирования и развития личности. Именно в эти годы ребенок интенсивно растет, идет развитие всех основных систем организма, закладывается база духовного и физического развития. Правильно организованные занятия, а также применение здоровьесберегающих технологий является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

***Использование массажных ковриков и дорожек в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста***

***Цель:*** закаливание организма, восполнение нехватки тактильных ощущений, профилактика и коррекция плоскостопия, развития чувства равновесия и координации движений, сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

***Основные принципы использования массажных ковриков и дорожек:***

• Оборудование используется во время гимнастики после сна и в самостоятельной двигательной деятельности с учетом индивидуальных возможностей детей и уровня их физической подготовки.

• Упражнения выполнять от простых к сложным, добавлять новые движения. Полезно использовать дыхательные упражнения на расслабления мышц.

• Развитие основных функций стоп; обучение правильной постановке стопы при ходьбе; повышение тонуса; укрепление сумочно-связочного аппарата и увеличение подвижности суставов стоп; улучшение кровообращения стоп; улучшение координации движений.

• С целью развития воображения, памяти и речи необходимо предлагать детям самим придумывать упражнения и игры с нестандартным оборудованием.

Упражнения с массажными ковриками и дорожками создают положительный настрой, повышают настроение, дают заряд бодрости и энергии.

Массажные дорожки имеют несколько видов рифленой поверхности, а, следовательно, отличаются степенью воздействия на стопы ребенка. Благодаря этому дорожки обеспечивают массаж стоп, способствуют укреплению голеностопного сустава и предотвращают появление и развитие плоскостопия у детей.

Ходьба по дорожкам может быть: обычной, на носках, на пяточках, на внешней и внутренней стороне стопы, ползание с опорой на руки и стопы,  прыжки, бег. Ребенок ставит ноги по-разному, при этом по-разному работают мышцы, а нервные окончания получают различные сигналы и в результате получается тренировка нервно-мышечной системы. Эффективнее такой вид закаливания проводить под музыкальное сопровождение, используя мелодии различных темпов. Можно усложнить задачу, и при остановке музыки спрыгивать с дорожки на ровную поверхность пола.  А также, при ходьбе можно использовать словесные игры-сопровождения, которые способствуют повышенному интересу детей к двигательной активности. Родители были познакомлены с понятием «здоровьесберегающие технологии» т.е. это комплекс мер направленный на сохранение и укрепление здоровья дошкольника.

Родителям продемонстрировано нетрадиционное спортивное оборудование, применяемое не только на занятиях по двигательной деятельности, но и в режимных моментах, а также для индивидуального использования воспитанниками. Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения. Оно объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности.

Родителям были представлены коррегирующие дорожки для гимнастики после сна, тренажёры из пластиковых трубок для профилактики плоскостопия, тренажёр «Бильбоке», массажные перчатки с пуговицами, маски для проведения подвижных игр, тоннель, дуги для подлезания, кольцеброс, моталочки. Также родители опробовали представленное оборудование и им было предложено дополнить имеющееся нестандартное спортивное оборудование и изготовить тренажёр «Бильбоке», массажные перчатки.



