**Как сделать спортивный инвентарь для детского сада своими руками.**

В детском саду ребенок не только учится адаптироваться к социальной среде, но и правильно относиться к своему здоровью. Для гармоничного развития детям необходимо физкультурное воспитание. В игровых комнатах создают специальные уголки, в которых малыш может проявить свои навыки. Спортивный инвентарь для детского сада своими руками изготавливается довольно просто. Изначально необходимо определить, какие функции он будет выполнять. Основные преимущества спортивного уголка:

1. Во-первых, оборудование служит отличным стартом для дальнейшего спортивного развития ребенка.
2. Во-вторых, оно помогает укрепить физическое и психологическое здоровье.
3. В-третьих, с помощью спортивного инвентаря стимулируется активность детей, организм закаляется.

**Разновидности спортивного инвентаря.**

 Существует несколько видов такого оборудования. Оно может быть готовым или изготовленным на заказ. Также можно сделать спортивный инвентарь для детского сада своими руками. Это под силу любому родителю. Итак, оборудование может быть стандартным: беговые дорожки с массажерами, шведские стенки, маты и специальные приспособления для лазания. Его приобретают в магазинах. Нестандартный спортивный инвентарь для детского сада, своими руками который изготовить легко и просто, часто встретишь в физкультурном зале. Он представлен следующими видами тренажеров: «дорожками здоровья»; тренажерами из пластиковых бутылок; игрой «Твистер»; эспандерами; кольцебросами; мешочками с крупами; флагами, платками, лентами и многим другим. Обустройство спортивного уголка напрямую зависит от стремлений родителей и воспитателей развить в детях навыки физической подготовки.

 **«Дорожки здоровья»** Чтобы сделать такой спортивный инвентарь для детского сада своими руками, понадобятся следующие инструменты: ножницы; иголка; линейка; карандаш; нитки. Ткань нужна плотная. Можно использовать текстиль на прорезиненной основе. Размер коврика должен быть не менее 100х100 см. Его края окантовывают атласными лентами на швейной машинке. На лицевой стороне ткани делают пометки мест, в которых будут пришиты пуговицы разного размера. Расстояние между ними не должно быть менее 5 см. С помощью иголки с ниткой пришивают пуговицы. Коврик готов. С его помощью стабилизируют кровообращение.

**Тренажеры для развития ловкости.** Тренажеры такого типа довольно просты в изготовлении. Они практически не требуют никаких материальных затрат. «Бильбоке» - самый распространенный тренажер для дыхательной гимнастики. Чтобы сделать такой спортивный инвентарь для детского сада своими руками, понадобится следующее: пластиковая бутылка; прочная нитка или атласная лента; контейнер от «Киндер-сюрприза» (можно использовать небольшой мячик). От пластиковой бутылки ножницами отрезают верхнюю часть. Ее длина должна быть около 7-10 см. Крышку не снимают. В ней делают отверстие с помощью шила. Через него продевают нитку и фиксируют на наружной стороне крышки узелком. На оставшийся край нити крепят мячик или контейнер. Этот спортивный инвентарь для детского сада (своими руками из бутылок сделать его легко) помогает развивать ловкость, внимательность, быструю реакцию. Игра заключается в следующем: ребенок берет бутылку, перевернутую вверх срезанным краем, и, держа в руке, подбрасывает шарик.

**Дыхательная гимнастика с помощью спортоборудования.** Чтобы сделать такой спортивный инвентарь для детского сада своими также понадобятся простые пластиковые бутылки. **«Веселая перчатка»** развивает правильное дыхание. Для изготовления понадобятся: пластиковая бутылка (1-1,5 л); резиновая перчатка; пластиковая трубочка для коктейлей; небольшой пластмассовый хомут. В пластиковой бутылке прорезают отверстие, размер которого соответствует диаметру трубочки. Его необходимо обработать, чтобы не было острых краев и неровных срезов. В него вставляют трубочку и закрепляют с помощью скотча или клея. В крышке также нужно проделать отверстие, только большего диаметра. На нее надевают перчатку и закрепляют хомутом. Совет: чтобы добавить красок в оформлении такого тренажера, бутылку декорируют тканью, а на перчатке рисуют глаза, нос и губы. Суть игры: ребенок дует в трубочку и старается наполнить воздухом перчатку. Кто справился быстрее, тот и победил.

**Развиваем моторику.** Этот спортивный инвентарь для детского сада своими руками (фото можно посмотреть в статье) изготавливают довольно просто. Это могут быть мешочки, различные массажные перчатки, косички и многое другое. «Мешочки» Для изготовления такого инвентаря понадобится ткань. Часто используют мягкую мешковину с плотным плетением. Из нее шьют мешочек прямоугольной формы. В него высыпают крупы: гречку или рис. На поверхности такого мешка пришивают пуговицы. Ребенок разминает такой мешочек и стимулирует кровообращение в кистях.

 **Массажные перчатки.** Как изготовить такой спортивный инвентарь для детского сада своими руками пошагово? Понадобится следующее: перчатки из мягкой ткани; плоские пуговицы разного размера; ножницы; иголка с ниткой. К внутренней стороне каждой перчатки пришивают пуговицы. Их можно расположить хаотично. Самое главное, вся поверхность ткани должна быть заполнена. С помощью такой перчатки ребенок может делать массаж любой части тела самому себе или другим детям.

 **Массажный коврик**. Инвентарь хорошо стимулирует кровообращение. Для его изготовления потребуется резиновое основание, крышки из-под пластиковых бутылок, капроновая нить. Коврик может быть небольшого размера. Ножки ребенка должны полностью помещаться на нем. В резиновое основание вставляют пластиковые крышки разного размера (вдавливают в структуру); чтобы надежно закрепить конструкцию, их предварительно промазывают клеем; крышки скрепляют между собой ниткой (перематывают каждую крышку). Оборудование можно использовать сразу после изготовления.