

Требования к оснащению физкультурного уголка в группе

Инструктор по физической культуре:
Рываева Н.А.

Потребность в двигательной активности естественна для дошкольников. Чем младше ребёнок, тем в меньшей степени он владеет саморегуляцией. Поэтому частая смена деятельности включает в себя физкультурный компонент. В рамках социального заказа подготовки всесторонне развитой личности программа физического воспитания направлена на совершенствование двигательной деятельности ребёнка и формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Одной из целей деятельности любого ДОУ является создание благоприятных условий для формирования успешной личности дошкольника, сохранение и укрепление здоровья, всестороннее развитие физических качеств, способствование развитию инициативы, самостоятельности в ежедневной двигательной активности детей. Двигательная активность – это основа индивидуального развития и жизнеобеспечения ребенка.

Движение является средством познания окружающего мира, удовлетворения биологических потребностей, от которых зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие. В соответствии с ФГОС ДО выпускник МБДОУ должен обладать крепким здоровьем, хорошим физическим здоровьем, иметь физическую подготовку. Для этого должны быть созданы благоприятные условия – соответствующая возрасту развивающая среда. Двигательная среда должна быть насыщена различным оборудованием и спортивным инвентарем. Насыщенность физкультурного уголка предметами для игр и тренажёрами развивает моторику и координацию движений у детей, способствуют укреплению мышц. Регулярное выполнение двигательных упражнений повышает выносливость организма и усиливает сопротивляемость сезонным заболеваниям.

- Исходя из требований ФГОС ДО, отличительной чертой в комплектации физкультурного уголка должно являться:
- содержательная насыщенность, необходимые и достаточные материалы для всех видов детской деятельности;
- гибкость игрового пространства, полифункциональность среды и игровых материалов (наличие предметов-заместителей);
- вариативность наличие материалов и оборудования, для свободного выбора детей;
- периодическая сменяемость игрового материала, доступность игровых материалов, возможность использовать все элементы среды.

Цель физкультурного уголка: обеспечение и регулирование уровня двигательной активности детей в режиме дня.

Задачи физкультурного уголка:

- приобретение двигательного опыта и физических качеств: координации и гибкость;
- правильное формирование опорно-двигательной системы организма;
- развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук;

- закрепление навыка выполнения основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны) ;
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Требования к спортивному уголку:

- Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, центром науки и природы, центром песка и воды, центром театра и музыки. Он может быть размещен: в приемной, групповой или спальной комнате.
- Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение - принципу целесообразности.
- Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен.
- Уголок должен соответствовать возрасту детей и требованиям программы, обеспечивать свободный выбор и доступ детей.
- Материалы, из которых изготовлено оборудование, должны отвечать гигиеническим требованиям, быть экологически чистыми и прочными.

Содержание физкультурного уголка во второй младшей группе

Двигательная активность детей 4-го года жизни характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельности действий с различными предметами и физкультурными пособиями (мячом, обручем, резиновыми кольцами и т. д.), так как они уже имеют необходимый двигательный опыт. Движения детей более разнообразны и координированы. Необходимо постоянно поддерживать интерес к движениям с использованием физкультурных пособий, внося разные варианты действий с ними (подбрасывание мяча и ловля, удар об пол, стену, прокатывание мяча и т. д.). Одним из средств повышения двигательной активности детей являются двигательные импровизации под музыку. Огромную радость приносят детям такие движения, как притопывание, кружение, различные подскоки. Поэтому чаще следует использовать музыкальное сопровождение в разных видах занятий по физической культуре.

Теоретический материал:

- картотека подвижных игр;
- картотека малоподвижных игр;
- картотека физкультминуток;
- картотека утренних гимнастик;
- картотека считалок.

Оборудование для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:

Ортопедическая дорожка; мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы; коврики и массажные; палки гимнастические (2 шт. длина 71 см); бросовый материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места

на место стопами и пальцами ног; нестандартное оборудование, сделанное своими руками; мячики – ежики.

Для игр и упражнений с прыжками: скакалки; обручи; ленточки с колечками; обручи малые

Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием: мячи разного размера; кольцоброс; корзина для заброса мячей; кегли; городки

Выносной материал

- мячи резиновые (1 комплект из 5 мячей разного диаметра);
- обручи;
- скакалки

Содержание физкультурного уголка в средней группе

В среднем дошкольном возрасте, прежде всего у ребенка наиболее активно развиваются скоростно-силовые качества. Для успешного освоения детьми образовательной области «Физическое развитие» воспитатель организует совместную деятельность с ребенком и самостоятельную двигательную деятельность детей. Благодаря этому дети постепенно осваивают конкретное доступное и полезное для развития содержание перечисленных в программе физических упражнений.

Теоретический материал:

- картотека подвижных игр;
- картотека малоподвижных игр;
- картотека физкультминуток;
- картотека утренних гимнастик;
- иллюстрированный материал по зимним и летним видам спорта;
- символика и материалы по истории Олимпийского движения.

Игры: шахматные наборы 2 шт.

Оборудование для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:

- мячики – ежики;
- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;
- коврики и массажные;
- бросовой материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрприз и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;
- мячики – ежики.
- ортопедическая дорожка.

Для игр и упражнений с прыжками: скакалки (6 шт. по 1,5 и 2 м); обручи (малые 4 шт. 54 см.); ленточки с колечками; обручи малые; обручи большие.

Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием: мячи разного размера; кольцоброс (2 комплекта); корзина для заброса мячей; кегли (2 комплекта); городки

Выносной материал

- мячи резиновые (1 комплект из 5 мячей разного диаметра);
- обручи;
- скакалки;
- комплект элементов полосы препятствий - 2.

Содержание физкультурного уголка в старшей и подготовительной группе

Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений). Ребенок в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость; в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений; имеет представления о некоторых видах спорта; уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения; способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений; проявляет необходимый самоконтроль и самооценку; мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

Теоретический материал:

- картотека подвижных игр;
- картотека малоподвижных игр;
- картотека физкультминуток;
- картотека утренних гимнастик;
- сведения о важнейших событиях спортивной жизни страны (книжки-самоделки, альбомы);
- иллюстрированный материал по зимним и летним видам спорта;
- символика и материалы по истории Олимпийского движения.

Игры: шахматные наборы 2 шт.; дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, парные картинки; лото; домино; лабиринт; разрезные картинки; пазлы; игры с фишками; спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.)

Оборудование для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:

- мячики – ежики;
- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;
- коврики и массажные;
- бросовой материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрприз и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;
- мячики – ежики.

- ортопедическая дорожка;

Для игр и упражнений с прыжками: скакалки (6 шт. по 1,5 и 2 м); обручи (малые 4 шт. 54 дм.); ленточки с колечками; обручи малые; обручи большие.

Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:

- Мячи разного размера;
- Кольцеброс (2 комплекта);
- Корзина для заброса мячей;
- Кегли (2 комплекта);
- Городки (1 комплект);
- Мячик для настольного тенниса с ракеткой;
- мяч на липучке с мишенью.

Выносной материал

- мячи резиновые (1 комплект из 5 мячей разного диаметра);
- обручи;
- скакалки;
- мяч футбольный;
- бадминтон;
- хоккейные клюшки;
- лыжи;
- комплект элементов полосы препятствий - 1.