

Физкультурно- оздоровительный уголок в группе детского сада

Консультация для воспитателей

Подготовила : Черкасова Т.А.

«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегаёт, кричит, пусть он находится в постоянном движении».

Жан Жак

Пирамида потребностей А. Маслоу



Давайте рассмотрим:

- Задачи уголка и его значение.
- Правила расположения уголка в группе.
- Комплектацию уголков по возрастным группам.
- Советы по работе в уголке.



Начнём с того, что

Физкультурно-оздоровительный уголок служит удовлетворению потребности дошкольника в движении и приобщению к здоровому образу жизни.



ЗАДАЧИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО УГОЛКА

развитие движений и совершенствование двигательных функций;



достижение необходимой для жизни физической подготовленности;



предупреждение нарушений в работе двигательного аппарата;



воспитание положительных нравственных черт личности, активности, самостоятельности;



создание благоприятных условий активного отдыха, радостной содержательной деятельности в подвижных играх и развлечениях.

Задача взрослого -

- Научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного
- пространства и правильному использованию физкультурно-оздоровительного оборудования



Правила расположения уголка в группе

- Спортивный уголок не следует совмещать с уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей.

- Наилучшим решением проблемы является размещение в отдалённом уголке групповой комнаты.



В целях
безопасности его
необходимо
удалить от окон
и дверей

Наиболее
предпочтительны
для окраски
оборудования
нежные
пастельные тона.

**Физкультурно-
оздоровительный
уголок**

Предусмотреть
санитарно-
гигиенические
требования по
освещенности,
вентиляции и
теплоизоляции

Материал должен
быть безвредный,
терма-,
влагоустойчивый,
не иметь
неприятных
запахов

Каждое пособие
должно быть
прочным,
надежным,
пригодным для
эксплуатации



*Т. И. Осокина,
Е. А. Тимофеева,
М. А. Рунова*

*"Физкультурное и спортивно-
игровое оборудование для
дошкольных образовательных
учреждений",
Москва, "Мозаика-Синтез",
1999.*

Младшая группа

- Все имеющиеся пособия лучше вносить постепенно, чередуя их.



- Физкультурные пособия для малышей
важно разместить таким образом, чтобы они
способствовали проявлению двигательной
активности детей.



Средняя группа

- В средней группе хорошо иметь деревянную стенку (высота 150 см) для формирования правильной осанки, расположенную возле входной двери группы.



- Такие пособия, как мячи разных размеров, мячи-утяжелители, наборы (серсо, кегли, кольцеброс, шнуры), следует хранить в открытом виде в ящиках, которые располагаются вдоль стены.



Старшая и подготовительная группы



- Для старших дошкольников необходимо создавать вариативные, усложненные условия для выполнения разных видов физических упражнений с использованием пособий.

- Обручи, скакалки, шнуры советуем разместить на крюках одной свободной стены в группе или в спальне.



Советы по работе в уголке

- ❑ **Выставка групповых фотогазет:** «А мы жили - не тужили, с физкультурой дружили»
- ❑ **Атрибуты из бросового материала:** яичные лотки можно использовать как горизонтальную мишень для метания грецких орехов.
- ❑ **Игры для самостоятельной деятельности:**
 - ❖ «Веселая дорожка»
 - ❖ «Займи свое место»
 - ❖ «Кочки»
 - ❖ «Обезьянки»
 - ❖ «Паутинка»
 - ❖ «Сажаем огород»
- ❑ **Игры с «тихим тренажером»:**
 - ❑ "Достань ягодку"
 - ❑ "Пройди по стенке"
 - ❑ "Допрыгни до полочки"
 - ❑ "Путаница"



Тихий тренажер

«Тихий тренажер» — это наклеенные на стене силуэты детских ладошек в различных вариациях от пола и до 1,5 м, силуэты ножек от пола и до 70 см; разноцветные полосы (5—10 штук) длиной 1,0—1,50 м для подпрыгивания.



Примерное наполнение физкультурно-оздоровительного уголка

▢ Теоретический материал

- ▢ картотека подвижных игр
- ▢ картотека малоподвижных игр
- ▢ папка по практическому материалу
- ▢ иллюстрированный материал по зимним видам спорта
- ▢ иллюстрированный материал по летним видам спорта
- ▢ демонстрационный материал на спортивный инвентарь
- ▢ картотека физкультминуток
- ▢ настольные спортивные игры

▢ Спортивные игры:

- ▢ бадминтон
- ▢ хоккей

▢ Эмблемы, маски для подвижных и малоподвижных игр.



▣ **Для игр с бросанием, ловлей, метанием:**

- ▣ надувной мяч
- ▣ кегли
- ▣ кольцоброс
- ▣ мячи большие, средние, маленькие
- ▣ мешочки с песком
- ▣ попрыгунчики
- ▣ дартс
- ▣ корзина для игры с бросанием

▣ **Для уголка здоровья**

- ▣ ножной массажер (круглый)
- ▣ ножной массажер (игольчатый)
- ▣ маленький игольчатый ножной массажер
- ▣ Массажер ручной
- ▣ мешочки с разной крупой
- ▣ камешки
- ▣ бусы разного размера
- ▣ мячи игольчатые
- ▣ эспандер

▣ **Для профилактики плоскостопия:**

- ▣ доска ребристая
- ▣ коврики резиновые с шипами
- ▣ дорожка тканевая с пуговицами

▣ **Для утренней гимнастики**

- ▣ ленточки на кольцах
- ▣ флажки разноцветные
- ▣ султанчики
- ▣ гимнастические палки

▣ **Для игр с прыжками:**

- ▣ скакалки
- ▣ плоские круги
- ▣ обручи
- ▣ шнуры

Требования к оформлению:

- эстетичность
- доступность
- наличие символик, отражающей тематику физкультуры и спорта
- соответствие возрасту и требованиям программы

Наличие атрибутов:

- для подвижных игр (полумаски...);
- игр с прыжками (скакалки, обручи...);
- игр с бросанием, ловлей, метанием (кегли, кольцоброс, мячи ...)
- спортивных игр (бадминтон, теннис...)
- Наличие атрибутов из бросового материала, нетрадиционное оборудование
- Наличие иллюстративного материала для ознакомления детей с видами спорта (вырезки из газет, журналов, фотографии)

Использование физкультурного уголка в течение дня:

- занимаются ли дети в физкультурном уголке (самостоятельно, под руководством воспитателя);
- используют ли дети в игре спортивный инвентарь;
- знают ли дети названия подвижных игр.
- Умение воспитателя презентовать свой уголок.