

МАОУ "СОШ №1 г. Черняховска им. В.У. Пана" (дошкольное образование)

Консультация для воспитателей
«Оформление физкультурных уголков в группах
учреждения дошкольного образования»

Черняховск - 2022 г.

Значение двигательной активности для развития ребенка.

Полноценное и всестороннее развитие и воспитание невозможно без правильно организованной и достаточной для детей дошкольного возраста двигательной активности, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие ребенка. Растущий организм ребенка нуждается в движении, и удовлетворение этой потребности является важнейшим условием его жизнедеятельности и развития.

Двигательная активность ребенка часто обусловлена предложенным ему двигательным режимом, который состоит из организованной и самостоятельной деятельности. При разработке рационального двигательного режима в детском саду важно не только обеспечить удовлетворение биологической потребности детей в двигательной активности, но и предусмотреть, чтобы она соответствовала их двигательному опыту, интересам, желаниям и функциональным возможностям детского организма. Поэтому педагог должен позаботиться об организации двигательной активности детей, ее разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к ее содержанию. Для этого необходимо иметь правильно подобранное физкультурное оборудование, которое является составной частью общей предметно-игровой среды детского сада.

Цель физкультурного уголка: Обеспечить и регулировать двигательную активность детей в режиме дня. Разнообразить двигательную деятельность с помощью дополнительного оборудования, которое является составной частью общей предметно-игровой среды детского сада.

Задачи физкультурного уголка:

- создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;
- подбор необходимого физкультурно-игрового оборудования с учётом основных видов движений;
- правильное размещение физкультурно-игрового оборудования в групповых комнатах;
- закрепление умений и навыков выполнения основных движений;
- развитие физических качеств в соответствии с индивидуальными возможностями и состоянием здоровья ребенка;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Задачи (для воспитателя):

1. Создать разнообразную физкультурно-игровую среду, направленную на оптимизацию двигательной активности.
2. Обогащать детей элементарными знаниями о многообразии подвижных игр и физических упражнений.
3. Развивать физические качества и способности (быстрота, ловкость, координация, гибкость, выразительность движений).
4. Поощрять двигательное творчество детей.
5. Формировать основы здорового образа жизни в семье и детском саду.

Требования к физкультурному 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 спальном комнате.

Отвечать санитарно-гигиеническим и педагогическим требованиям.

Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен, расположение пособий и оборудования в нём должно соответствовать принципу целесообразности

Уголок должен соответствовать возрасту детей, требованиям учебной программы дошкольного образования, перечню игрового и спортивного оборудования.

Должен обеспечивать свободный выбор и доступ детей, максимально удовлетворять потребность в движении.

Материалы, из которых изготовлено оборудование, должны отвечать гигиеническим требованиям, быть экологически чистыми и прочными.

Развитие движений детей 2-3 лет (1 младшая группа) - одна из главных задач педагога. Малыши уже твердо стоят на ногах, активно познают мир, используют для этого весь, пока еще небольшой, запас движений: ползание, лазанье, перелезание, бросание, катание и др. Его движения еще не

координированы, шаги при ходьбе и беге семенящие и шумные, отсутствует согласованность в работе рук и ног, при резких движениях он часто падает. Но сколько положительных эмоций получает юный исследователь от удовлетворения данной ему природой потребности в движении.

Дети третьего года жизни очень активны, стараются действовать самостоятельно, совершая большое разнообразие движений с использованием разных пособий (ходьба по доске, лазанье и ползание под столом, стульями, прокатывание шарика, мяча, бросание мяча и различных предметов, ходьба по ограниченной поверхности с сохранением равновесия и др.).

Двигательная активность детей 4-го года жизни (2 младшая группа) 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.

В самостоятельной деятельности дети начинают всё больше использовать разные упражнения в ходьбе, беге, прыжках, бросании и ловле мяча, ползании и лазанья.

Первая задача воспитателя младших групп – правильно подобрать необходимое физкультурно-игровое оборудование, учитывая необходимость развития основных движений: ходьбы и бега, развивающих равновесие и координацию, подпрыгиваний на месте, катании, прокатывании и бросании мяча, ползании, подлезании под дуги, влезании в ящик, на куб, перелезании через бревно, лазанье по лесенке-стремянке и др. В связи с этим в групповой комнате должен быть следующий физкультурного оборудования и мелкого инвентаря.

Примерный набор физкультурного оборудования для первой и второй младшей группы.

Для ходьбы, бега и равновесия

1. Валик мягкий укороченный. Длина 30см. 2шт.
2. Доска гладкая (гимнастическая) –длина 2-2.5м, ширина 10,15,20, 25 см (2 шт) и ребристая -длина 1,5-2 м, ширина 20см,1шт.

3. Дорожки для профилактики плоскостопия из разных материалов, разной конфигурации(шир.15-20 см, длина 2-3 м) -1шт.

4. Змейка-шагайка- 1шт.

5. Координационная дорожка -1шт.

6. Модули мягкие-трансформеры-1 шт.

7. Лесенка горизонтальная для перешагивания (длина -1,5 м).

8. Координационные коврики -1 шт.

9. Шнур длинный. Длина 100-150см. 1шт.

Для прыжков

1. Мини-мат. Длина 60см, ширина60см, высота7см. 1шт.

2. Обручи малые (45-55см)

3. Обручи круглые и плоские-диаметр 90-100см. 3шт.

4. Шнур короткий. Длина 60-70см. 3-5шт.

Для катания, бросания, ловли

1. Корзина для метания мячей. 1шт.

2. Мешочки для метания размер 80-150г., 5*8 см -5 шт.

3. Мяч резиновый. Диаметр 10-15см.-10шт.

4. .Мяч-шар надувной. Диаметр 40см.2шт.

5. Обруч малый. Диаметр 55-65см.3 шт.

6.Шарик пластмассовый. Диаметр 4см.10шт.

7. Игрушки-каталки.

Для ползания и лазанья

Лесенка-стремянка двух пролетная высота 1,5 м, ширина 130 см (2 пролёта по 65 см) -1шт.

2. Лесенка подвесная верёвочная(длина 1,25 м)- 1шт.

3. Валуны -1 шт.

3. Ящики для влезания (складирующиеся один в другой) 1 комплект

4. Дуги (для подлезания и прокатывания мячей), высота и ширина по 50см. 1-2шт

Для общеразвивающих упражнений:

1. Мяч массажный. Диаметр 6-8см . 10шт.

2. Мяч резиновый d=10-15см, 20-25см .- 10шт

3. Флажки, султанчики -20-40 шт

5. Ленты с колечками. -10шт.

6. Кольцо резиновое. 5-10шт.

7. Платочки. -20 шт.

8. Погремушки.-20шт.

9. Кубики

Для укрепления мелких групп мышц

Предметы мелкого размера; из разных материалов; разной формы для захвата пальцами рук 12 шт.

(Матрешки, бочонки, шары, грибы, башенки)

Мозаики, конструкторы, волчки, игры «Забей колышки», «Застегни пуговицы»

Для интеллектуального развития

-карточки с изображением спортивного инвентаря;

- картотека подвижных игр, утренних гимнастик, физкультминуток;

-маски, шапочки для подвижных игр;

- диски с музыкальными подвижными играми.

-Для игр: -сухой бассейн (по перечню)

-Корзины для физкультурного инвентаря -3шт по перечню

Размещение физкультурного – игрового оборудования в 1, 2 младшей группах.

Все пособия должны быть доступны детям, побуждать их делать самим все, что им посильно и интересно.

С целью увеличения двигательной активности детей любимые игрушки (зайчик, мишка, лисичка) целесообразно расставлять на крупных пособиях (гимнастической лесенке, на ребристой доске, под дугой и т. д.).

Физкультурные пособия важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей. Так, рядом с кукольным уголком можно поставить игрушки-двигатели (машины, тележки). Крупное физкультурное оборудование требует много места, поэтому его лучше расставить вдоль одной свободной стены.

Педагогам следует помнить, что у малышей быстро падает интерес к одному и тому же пособию. Поэтому все имеющиеся пособия нежелательно держать в групповой комнате. Лучше вносить их постепенно, чередуя их. Мелкие пособия следует держать в открытых ящиках так, чтобы дети могли свободно ими пользоваться.

В средней группе на пятом году жизни наблюдается наиболее значительный рост двигательной активности. Ребенок становится более подвижным. Однако возможности его еще невелики. Он слабо ориентируется в пространстве, недостаточно ловок, поэтому необходим тщательный контроль за интенсивностью и содержанием самостоятельной двигательной деятельности.

Детям этого возраста интересны наиболее сложные движения и двигательные задания, требующие скорости, ловкости и точности их выполнения.

Создание благоприятной окружающей обстановки (организация свободного места для игр, рациональный подбор физкультурного оборудования, поощрение индивидуальных игр с пособиями) остается в средней группе одним из путей повышения двигательной активности детей.

Примерный набор физкультурного оборудования для средней группы

Для ходьбы , бега, равновесия

1. Дорожки для профилактики плоскостопия из разных материалов, разной конфигурации

(шир.15-20 см, длина 2-3 м) -1шт.

2. Доска гимнастическая – длина 2-2.5м, ширина 10,15,20, 25 см (по 2 шт), с зацепами - ширина 8-10 см, 15-20, длина 2-2,5 м -по 2 шт. , ребристая - длина 1,5-2 м , ширина 20 см, 1шт.

3. Верёвка (шнур) длинная - 10 м, короткая -75-80см

4. Змейка-шагайка- 1шт.

5. Координационная дорожка -1шт.

6. Координационные коврики -1 шт.

6. Модули мягкие-трансформеры-1 шт.

7. Мешочки для равновесия (500-700 г.) -5 шт.

Для прыжков

1. Мат гимнастический сборный -1

2.Обручи круглые и плоские d=55-60 см.-3шт.

3.Палка гимнастическая d=80см.-10шт.

4. Шнур короткий. Длина 60-70см. 3-5шт.

5.Скакалка короткая. Длина 100-120см. 3шт.

6. Мяч –хоп. D = 50см

Для катания, бросания, ловли

1.Кегли.1-2 набора.

2.Кольцебросы. 2 набора.

3.Мешочки для метания (150-200 г, 5*8 см) -5 шт.

4.Мишени:-стационарные, съёмные (вертикальная цель)-2 шт.; движущиеся, качающиеся, вертящиеся цели-мишени на каталках-2 шт.

5. Булава -2 шт.

5.Обруч большой, d=90- 100см. 2шт.

6.Мячи резиновые разного размера

Для ползания и лазанья

- 1.Валуны -1 шт.
2. Дуги для подлезания

Для общеразвивающих упражнений

- 1.Предметы мелкого размера; из разных материалов; разной формы для захвата пальцами рук 12 шт.
- 2.Палка гимнастическая d=80см.-10шт.
- 3.Колечко резиновое. D=5-6 см. 10шт.
- 4.Обруч малый. D=55-65см. 10-15шт.
- 5.Шнур короткий. Длина 50 см. 10-15шт.
6. Кубики пластмассовые. 20шт.
7. Лента короткая. Длина 50см. 20шт.
8. Флажки.20шт.
9. Пластмассовые шарики . 10шт.
10. Султанчики. 20шт.
11. Гантели пластмассовые. Вес 200-250г. 10шт.
12. Мешочки.10-15 шт
13. Мячи малые. 10 шт.
14. Массажные мячи. 10шт.

Для игр: -сухой бассейн (по перечню)

Корзины для физкультурного инвентаря -3шт по перечню

Для интеллектуального развития

Научно-методическое обеспечение: учебные пособия, рекомендованные Министерством образования РБ.

Шебеко, В.Н. Развивающие игры по физической культуре для старших дошкольников: учебное наглядное пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В.Н. Шебеко. – Минск: Нац. ин-т образования, 2008. – 88 с.э

Шишкина, В.А. Физкультурная мозаика (Серия «Умней-ка!»): учебное наглядное пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В.А. Шишкина. – Минск: Жаскон, 2012. – 56 с.

Шебеко, В.Н. В мире движений: учебное наглядное пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В.Н. Шебеко. – Минск: РУП «Издательство «Пачатковая школа», 2013. – 24 с. – (Серия «Мир детства»).

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- карточки с изображением спортивного инвентаря;
 - картотека подвижных и спортивных игр, о/упражнений; считалок;
 - маски и шапочки для подвижных игр;
 - книги, раскраски, альбомы (зимние, летние виды спорта; о здоровом питании, о личной гигиене);
 - диски с музыкальными подвижными играми, физкультминутками.

Старший дошкольный возраст является наиболее важным периодом для формирования двигательной активности. Старшие дошкольники овладевают сложными видами движений и способами выполнения, а также некоторыми элементами техники. Они способны получать удовлетворение в результате успешного достижения цели и преодоления трудностей. Детям этого возраста свойственен широкий круг специальных знаний, умение анализировать свои действия, изменять и перестраивать их в зависимости от ситуации.

Для старших дошкольников необходимо создавать вариативные усложненные условия для выполнения разных видов физических упражнений с использованием пособий. Преодолевая полосу препятствий, составленную из разных пособий, дети вынуждены применять свои двигательные умения и навыки и проявлять находчивость, решительность, смелость и самостоятельность.

На шестом году жизни у детей появляется интерес к подвижным играм и упражнениям спортивного характера (баскетбол, бадминтон, теннис, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Дети уже способны решать двигательные задачи, подчиняясь определенным правилам и применять разученные ранее движения в соответствии с игровыми ситуациями.

Накопившийся двигательный опыт позволяет содержательно проводить свое свободное время, организовывать игры со сверстниками, самостоятельно использовать разнообразное оборудование.

Известно, что в 5 лет формируются интересы разнополых детей. Мальчиков больше привлекают упражнения направленные на развитие силы, быстроты, ловкости, меткости, девочек - на пластику, гибкость, выразительность движений. Поэтому перечень оборудования составляется с учетом предпочтений и мальчиков и девочек.

Примерный набор физкультурного оборудования для старшей группы **Для ходьбы, бега, равновесия**

1. Дорожки для профилактики плоскостопия из разных материалов, разной конфигурации (шир. 15-20 см, длина 2-3 м) - 1 шт

2. Доска гимнастическая – длина 2-2.5м, ширина 10,15,20, 25 см (по 2 шт), с зацепами - ширина 8-10 см, 15-20, длина 2-2,5 м -по 2 шт. ребристая -длина 1,5-2 м , ширина 20 см, 1шт.

3. Верёвка (шнур) длинная - 10 м, короткая -75-80см

4. Змейка-шагайка- 1шт.

5. Координационная дорожка -1шт.

6. Модули мягкие-трансформеры-1 шт.

7. Мешочки для равновесия (500-700 г.) -5 шт.

8. Коврик массажный, со следочками.

Для прыжков

1. Обручи круглые и плоские. Дм45см.3шт.

и другие обручи разного диаметра

2. Мат гимнастический сборный -1

3. Скакалка короткая. Длина 120-150см.5шт.

4. Палка гимнастическая d=80см.-10шт.

Для катания, бросания, ловли

1. Кегли. 2-3 набора.

2. Кольцеброс. 2 набора.

3. Малое баскетбольное кольцо – 1шт.

4. Мяч мини - баскетбольный. Масса 0,5кг. 2шт.

5. Мешочки для метания (150-250 г, 5*8 см) -5 шт.

6. Мишени: -стационарные, съёмные (вертикальная цель)-2 шт.;
движущиеся, качающиеся, вертящиеся цели-мишени на каталках-2 шт.

7. Мячи резиновые разного размера.

8. Мяч утяжеленный (набивной). 500г, 1кг - 1шт.

9. Мяч массажер- 2шт.

10. Обруч большой. Дм 100см. 2шт.

11. Батминтон-2 набора.

12. Городки. 2 набора.

Для ползания и лазанья

1. Валуны -1 шт.

2. Дуги для подлезания 1-2 шт.

3. Комплект мягких модулей (6-8 сегментов) 1шт.

Для общеразвивающих упражнений

1. Предметы мелкого размера; из разных материалов; разной формы для захвата пальцами рук 12 шт.
2. Колечко резиновое. D=5-6 см. 10-15 шт.
3. Кольцо малое. Дм- 13см. 10-15шт.
4. Палка гимнастическая. Длина 80см. 10шт.
4. Обруч малый. Дм=55-65см. 10шт.
5. Шнур короткий. Длина 50 см. 10-15 шт.
6. Кубики пластмассовые. 20шт.
7. Лента короткая. Длина 50см. 20шт.
8. Флажки. 20шт.
9. Пластмассовые шарики . 10шт.
10. Султанчики. 20шт.
11. Гантели пластмассовые. Вес 200-250г. 10шт.
12. Мешочки. 10-15 шт.
13. Мячи малые. 10-15 шт.
14. Массажные мячи. 10шт.

Для интеллектуального развития:

Научно-методическое обеспечение: учебные пособия, рекомендованные Министерством образования РБ.

Шебеко, В.Н. Развивающие игры по физической культуре для старших дошкольников: учебное наглядное пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В.Н. Шебеко. – Минск: Нац. ин-т образования, 2008. – 88 с.э

Шишкина, В.А. Физкультурная мозаика (Серия «Умней-ка!»): учебное наглядное пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В.А. Шишкина. – Минск: Жаскон, 2012. – 56 с.

Шебеко, В.Н. В мире движений: учебное наглядное пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В.Н. Шебеко. – Минск: РУП «Издательство «Пачатковая школа», 2013. – 24 с. – (Серия «Мир детства»).

- карточки с изображением спортивного инвентаря;
- карточки с изображением видов спорта для девочек и для мальчиков;
- картотека подвижных и спортивных игр, о/упражнений, считалок, физкультминуток;
- маски и шапочки для подвижных игр;
- книги, раскраски, альбомы (зимние, летние виды спорта; о спортсменах нашей республики; о здоровом питании, о личной гигиене);

-настольные спортивные игры («Хоккей», «Футбол», «Баскетбол», «Тройное домино», «Шашки и шахматы», «Спортивное лото» и др.)

-музыкальные диски для ритмики, физкультминуток, спортивных игр, спортивные песни.

Размещение физкультурного оборудования

Физкультурный уголок в старших группах значительно отличается от предыдущих.

Во-первых, он становится условием формирования интереса к занятиям физкультурой и спортом, тем зеркалом, в котором отражается жизнь группы, ее основные события. Например, после физкультурного праздника в уголок можно поместить награды, фотографии детей, расположить рисунки детей, поделки из природного материала на тему «Физкультура и спорт». Здесь могут быть предоставлены тематические мини-коллекции значков, марок, открыток, талисманов. Наличие небольшого столика или специальной ниши позволит расставить настольные спортивные игры (баскетбол, футбол, шашки и т.д.). Добавляются простейшие малогабаритные тренажерные устройства. Их могут заменить самодельные резиновые эспандеры для силовых упражнений, резинки для прыжков, балансиры для развития равновесия и пр.

Если условия групповой комнаты не позволяет разместить достаточное количество оборудования для двигательной активности, то можно использовать мобильные (передвижные) «Физкультурные уголки» на колесиках, в специальных прозрачных контейнерах, которые во время образовательной деятельности могут временно перенести другое помещение.

Обручи, скакалки, шнуры разместить на крюках одной свободной стены в группе. Физкультурное оборудование располагается в группе так, чтобы дети могли свободно подходить к нему и пользоваться им.