

# **Сообщение из опыта работы воспитателя**

## **Мартыновой Анастасии Владимировны**

### ***«Проектирование физкультурного уголка в групповом пространстве дошкольного образовательного учреждения»***

#### **Пояснительная записка**

#### **Физкультурный уголок «Мы со спортом дружим»**

Физкультурный уголок «Мы со спортом дружим» расположен в группе общеразвивающей направленности №2 для детей 5- 6 лет «Колокольчик».

Основная цель создания физкультурного уголка в группе – удовлетворение потребностей дошкольника в движении и приобщение его к здоровому образу жизни.

В физкультурном уголке «Мы со спортом дружим» представлено различное оборудование, как стандартное, так и нестандартное.

К созданию нестандартного оборудования привлекались родители воспитанников, что способствовало гармонизации детско-родительских отношений и повышение их компетентности в вопросах приобщения детей к здоровому образу жизни.

Представленное оборудование применяется в совместной деятельности воспитателя с детьми в различных временных отрезках: утром, вечером, в течение дня.

## Физкультурный уголок «Мы со спортом дружим»



## Описание уголка

### «Мы со спортом дружим»

Физкультурный уголок «Мы со спортом дружим» представляет комплекс оборудования для развития основных видов движений ребенка дошкольного возраста. Данное оборудование применяется в совместной деятельности воспитателя с детьми и самостоятельной деятельности детей.

Физкультурный уголок «Мы со спортом дружим» отвечает следующим требованиям:

- ✓ *безопасность*: удален от окон, шкафов, отсутствуют острые крепления, розетки. Оборудование выполнено из нетоксичных материалов, не имеют травмоопасных элементов.
- ✓ *удобство и соответствие возрасту*. Материалы для игр и упражнений предназначены возрастной категории детей и находятся в свободном доступе.
- ✓ *оптимальная организация*. Спортивный уголок достаточно освещён, свободен для использования различного оборудования. Располагается в каркасной стеновой нише и не затрагивает другие центры активности детей.
- ✓ *эстетичность оформления*. Уголок украшают иллюстрации различных видов спорта; инвентарь для детской активности яркий; часть оборудования изготовлены воспитателем и родителями группы совместно.

*Перечень оборудования, варианты использования в режиме дня ребенка дошкольного возраста.*

#### 1. Мяч-хоп



✚ *Цель использования с детьми.*

Мячи-хопы используются для развития мышц спины и пресса; развития равновесия, гибкости, быстроты.

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

Игровые упражнения на развитие равновесия и правильной осанки: «Часики», «Поворот».

Игровые упражнения на развитие мышц спины и пресса: «Потягушки», «Рыбка на мяче».

Игровые упражнения: «Лягушки-попрыгушки», «Скачущая карусель».

✚ *Применение в режиме дня*: применяю в совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах в утренний и вечерний

отрезок времени, индивидуальной работе с ребенком; любимы детьми и используются ими в самостоятельной деятельности.

*Фото применения.*



## **2. Дорожка здоровья «Волшебные крышечки»**



Дорожка-здоровья «Волшебные крышечки». Представляет линолеум прямоугольной формы с прикрепленными к нему (пришитыми) пластмассовыми крышками различных цветов.

✚ *Цель использования с детьми.*

Применяется для профилактики плоскостопия у детей различных возрастных групп (3-7 лет).

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

Ходьба по дорожке здоровья: «Пройди по дорожке», «По дорожке в лес пойдем...», «Пройди по камушкам» (варианты обыгрываются в зависимости от сюжета сценария мероприятия).

✚ *Применение в режиме дня.*

При проведении утренней гимнастики со всеми детьми группы; гимнастики пробуждения; индивидуальной работе; используется детьми в самостоятельной деятельности.

✚ *Это интересно.*

В создании дорожки здоровья «Волшебные крышечки» принимали участие родители группы.

*Фото применения.*



### 3. «Мешочек с керамзитом»



«Мешочек с керамзитом» представляет прямоугольник размером 40 см х 30 см. с прошитыми вертикальными линиями (во избежание сбора керамзита в одной стороне мешочка), наполненный керамзитом. Изготовлены из плотной ткани, содержимое – керамзит. Преимущества керамзита от других видов камней для использования в качестве наполнителя – его свойства: маленький вес (мешки с керамзитом легки в переносе), доступность материала, легкость в обработке.

✚ *Цель использования с детьми.*

Применяется для профилактики плоскостопия у детей различных возрастных групп.

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

Игровые упражнения «Пройди по камушкам», «Перепрыгни с камушка на камушек», «Пробеги по камушкам, высоко поднимая колени» и др.

✚ *Применение в режиме дня.*

При проведении утренней гимнастики со всеми детьми группы; гимнастики пробуждения; индивидуальной работе; используется детьми в самостоятельной деятельности.

✚ *Это интересно.*

Уникальны в использовании:

- при совмещении нескольких мешочков создается «дорожка здоровья»;
- служат разметкой мест при обучении детей размыканию на вытянутые в стороны или вперед руки на занятиях по физической культуре;
- при проведении утренней гимнастики может использоваться как дорожка здоровья во вводной части и как индивидуальное оборудование при проведении всех упражнений утренней гимнастики (все упражнения ребенок выполняет, стоя на мешочке с керамзитом).
- используется и при проведении занятий по различным образовательным областям (особенно во вводной части ООД): дети создают дорожку из мешочков для поиска клада (и т.д); определенную фигуру или образ для выполнения задания сказочного персонажа.
  - В создании мешочков с керамзитом принимали участие родители группы.

*Фото применения.*





#### 4. «Обручи»

✚ Цель использования с детьми.



Совершенствование двигательных умений и навыков: умение отталкиваться обеими ногами при прыжках с продвижением вперед; координационных способностей при прокатывании обручей друг дуру из различных исходных положений; гибкости поясничного отдела позвоночника при кручении обруча на талии.

✚ Виды игр и игровых упражнений.

«Из обруча в обруч», «Пробеги в шахматной порядке», «Прокати обруч», «Гимнасты».

✚ Применение в режиме дня.

При проведении утренней гимнастики (с предметами; предмет – обруч) со всеми детьми группы; индивидуальной работе; прогулке (и в летний, и в зимний период года), используется детьми в самостоятельной деятельности.

*Фото применения.*





## 5. «Гимнастические палки»

✚ *Цель использования с детьми.*

Совершенствование двигательных умений и навыков:

- умение отталкиваться обеими ногами при прыжках с продвижением вперед; прыжках слева-направо/справа-налево; вокруг себя;
- повышение общего тонуса организма при проведении общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками;
- совершенствование равновесия при беге и ходьбе по ограниченной площади опоре (между гимнастическими палками).

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

«Перепрыгни через ручеек», «Пройди и не задень», «Перепрыгни через препятствие» и др. вариации.

✚ *Применение в режиме дня.* При проведении утренней гимнастики (с предметами; предмет – гимнастическая палка) со всеми детьми группы; индивидуальной работе; прогулке (и в летний, и в зимний период года), используется детьми в самостоятельной деятельности.

*Фото применения.*







## 6. Мячи вязанные.



Мячи вязанные представляют шар, связанный из цветных нитей и набитых синтепоном.

✚ Цель использования с детьми.

Совершенствование навыков метания, развитие глазомера и точности движений.

✚ Виды игр и игровых упражнений.

«Попади точно в цель» (движущаяся мишень)  
«Поймай мяч», «Точный бросок», «Подбрось – поймай» (в вертикальную и горизонтальную цели) и др. вариации в зависимости от сценария мероприятия.

✚ Применение в режиме дня.

При проведении утренней гимнастики со всеми детьми группы; подгрупповых играх детей в самостоятельной деятельности; индивидуальной работе.

✚ Это интересно.

Связаны родителями группы.

Фото применения.



## 7. Ловишки.



Представляют пластиковые контейнеры (вырезаны из пластиковых бутылок, объемом 5 л.) с отделанными самоклеющейся пленкой краями; рисунком.

✚ *Цель использования с детьми.*

Совершенствование навыков метания, развитие глазомера и точности движений.

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

«Поймай мяч», «Кто быстрее соберет», «Точно в цель»

✚ *Применение в режиме дня.*

В самостоятельной деятельности детей (особенно в парах), индивидуальной работе.

✚ *Это интересно.*

- сделаны родителями группы;
- могут обыгрываться с помощью самоклеющейся пленки под любую тематику мероприятия;
- из практики работы с детьми: особенно любимо упражнение «Поймай мяч», при котором два ребенка стоят друг напротив друга и ловят мяч из различных исходных положений не руками, а ловишками. Чаще всего дети используют вязанные мячи для этой игры.
- в физкультурном уголке используются как контейнер. Удобно.

*Фото применения.*



## 8. Султанчики, флажки, ленточки.



✚ *Цель использования с детьми.*

Совершенствование двигательных умений и навыков.

✚ *Применение в режиме дня.*

Физкультурные минутки, физкультурные паузы между ООД, при проведении физкультурных досугов, праздников.

*Фото применения.*



## 9. Мячи резиновые разного диаметра

✚ *Цель использования с детьми.*

Развитие координационных способностей, глазомера, точности движений.

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

«Поймай мяч», «Подбрось – поймай», «Я знаю 5 имен (названий городов и т.д.), «Точно в цель», «Кто больше наберет (отбивание от пола)» и др. игры из серии «Школа мяча»; «Пробеги змейкой»

✚ *Применение в режиме дня.*

В самостоятельной деятельности детей, индивидуальной работе, при проведении общеразвивающих упражнений в утренней гимнастике, во вводной части утренней гимнастики, при проведении физкультурных досугов, праздников.

*Фото применения.*



## 10. Мешочки с песком



Мешочки с песком представляют сшитые из ткани мешочки прямоугольной формы размером с наполнителем – песком. В группе находятся мешочки весом 200 гр. и 450 гр.

✚ *Цель использования с детьми.*

Развитие широты замаха при метании вдаль; глазомера и точности броска при метании в цель.

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

«Попади в мишень», «Точно в цель» и различные вариации, связанные с основным видом движения: метанием. (в корзину, в обруч, в ловишки, то есть в обозначенную цель или вдаль).

✚ *Применение в режиме дня.*

В совместной деятельности воспитателя с детьми, в самостоятельной деятельности детей, индивидуальной работе с ребенком.

✚ *Это интересно.*

Сшиты родителями группы.

*Фото применения.*



## 11. Геометрические фигуры

Геометрические фигуры представляют собой круги, прямоугольники, овалы, квадраты различных цветов. Изготовлены из эко-кожи.

✚ *Цель использования с детьми.*

Развитие быстроты движений, ловкости; совершенствование знаний геометрических фигур.

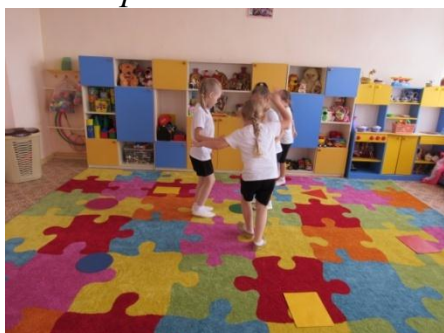
✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

П/и «Найди свой цвет», П/и «Раз, два, три- к своей фигуре беги!», П/и «Найди и принеси».

✚ *Применение в режиме дня.*

В совместной деятельности воспитателя с детьми при организации подвижных игр (в том числе при проведении ООД по ОО «Познавательное развитие»), в самостоятельной деятельности детей, индивидуальной работе с ребенком.

*Фото применения.*





## 12. Цифры

Цифры изготовленные из эко-кожи.

+ Цель использования с детьми.

Развитие быстроты движений, ловкости; совершенствование знаний о графическом числовом образе.

+ Виды игр и игровых упражнений.

П/и «Найди цифру», П/и «Раз, два, три- к названной цифре беги!», П/и «Найди и принеси» и др. вариации.

+ Применение в режиме дня.

В совместной деятельности воспитателя с детьми при организации подвижных игр (в том числе при проведении ООД по ОО «Познавательное развитие»), в самостоятельной деятельности детей, индивидуальной работе с ребенком.

*Фото применения*



## 13. Палочки, крышки

+ Цель использования с детьми.

Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста.

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

«Крабик», «Помассажируй ножки», «Пронеси, не урони».

✚ *Применение в режиме дня.*

В индивидуальной работе с детьми; в режимных моментах (по подгруппам).

✚ *Это интересно.*

Для проведения игровых упражнений дети должны быть без обуви.

*Фото применения.*



#### 14. Кегли.

✚ *Цель использования с детьми.*

Развитие глазомера, точности движений.

✚ *Виды игр и игровых упражнений.*

«Сбей кеглю».

✚ *Применение в режиме дня.*

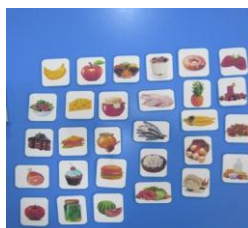
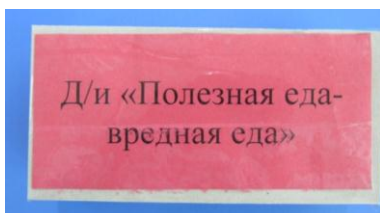
При проведении подвижных игр в режимных моментах (особенно в вечерний отрезок времени).

*Фото применения*

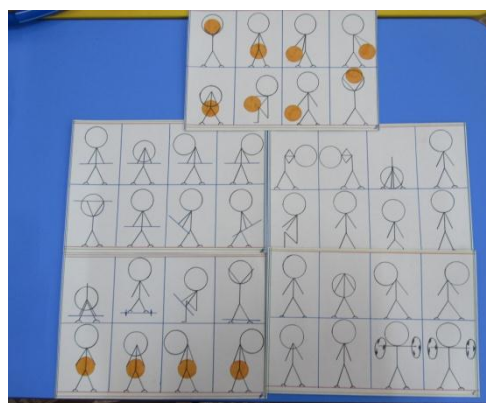


В физкультурном уголке представлены:

- ✓ дидактические игры «Полезная еда – вредная еда», «Что лишнее», «Найди пару», цель которых - закрепление знаний детей дошкольного возраста о здоровом питании.



- ✓ схемы, применяемые в работе с детьми старшего дошкольного возраста в ходе проведения общеразвивающих упражнений.





- ✓ развивающая игра «Собери мяч» (16 шт. кубиков), цель которой – закреплять знание об образах мяча: мяч футбольный, мяч баскетбольный.



- ✓ Карточки: подвижных игр, пальчиковой гимнастики, дыхательной гимнастики.

