

Физкультурно-оздоровительный уголок в группе детского сада

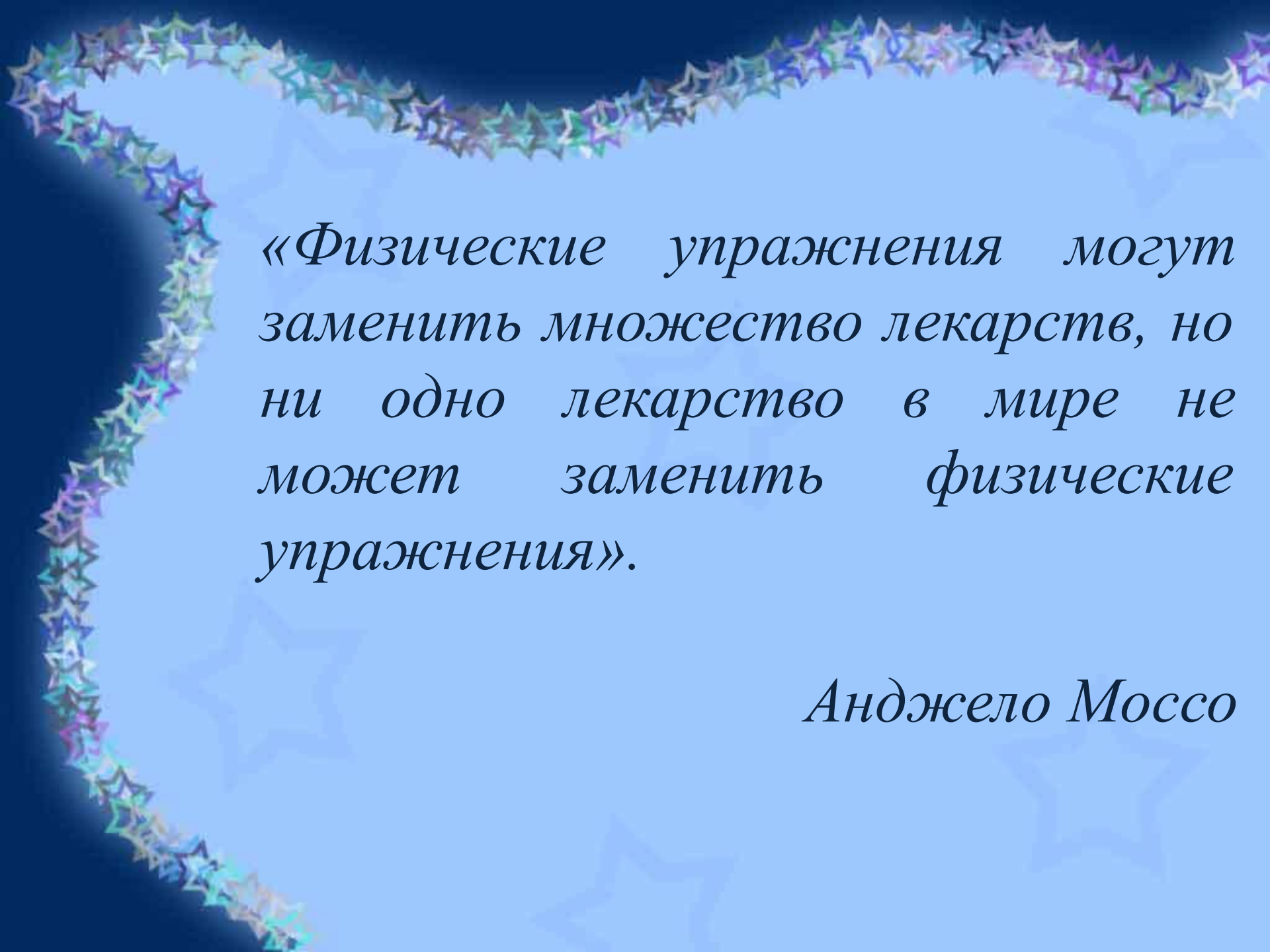
(вторая младшая группа)

Подготовили:

Пигасова А.А.

Сагдиева Э.А.





«Физические упражнения могут заменить множество лекарств, но ни одно лекарство в мире не может заменить физические упражнения».

Анджело Моссо



Главная цель:

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



Задачи:

Развитие движений и предупреждение нарушений опорно-двигательного аппарата; совершенствование двигательных функций;



достижение необходимой для возраста физической подготовленности;



воспитание положительных нравственно-волевых черт личности, активности, самостоятельности;



предупреждение нарушений опорно-двигательного аппарата;



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



Задача взрослого:



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



К физкультурному уголку в детском саду и его оборудованию предъявляются следующие требования: педагогические, эстетические, гигиенические. Каждое пособие должно быть прочным, надёжным, пригодным для эксплуатации. Физкультурные пособия помогают детям добиваться более чёткого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий. С помощью физкультурного уголка воспитатель ежедневно проводит индивидуальную работу по профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, укреплению мышц и т. д..

Наряду с фабричным спортивным оборудованием в нашем уголке находится и нестандартное оборудование, изготовленное воспитателями и родителями.

Нестандартное оборудование- это всегда дополнительный стимул физкультурно-оздоровительной работы, поэтому оно никогда не бывает лишним, можно без особых затрат обновить игровой инвентарь в спортивном уголке, если есть желание и немного фантазии.



Обучение доступным двигательным умениям и навыкам с помощью нестандартного оборудования

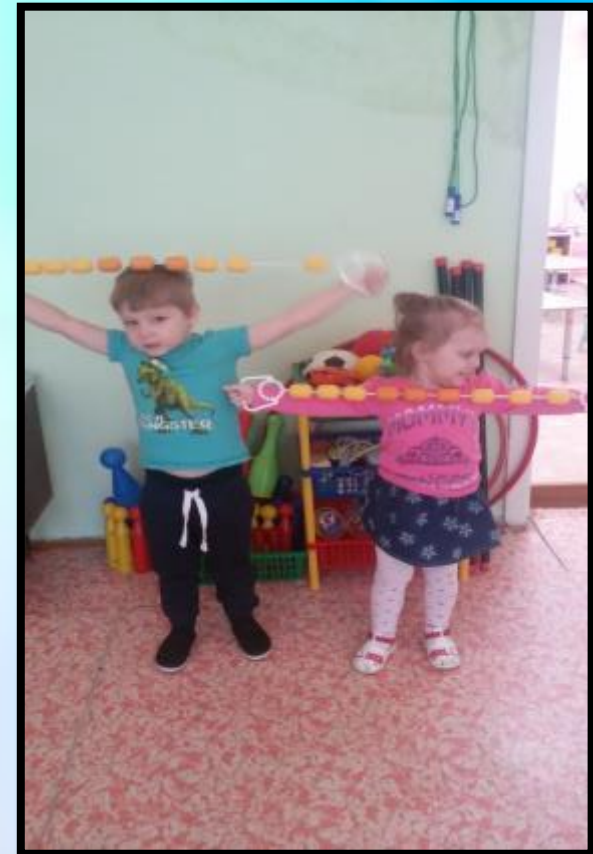
«Мешочки» (наполненные песком)

используются для развития силы рук, для занятия ОРУ, для метания, а также для удержания баланса.



«ТРЕНАЖЕРЫ-ЭСПАНДЕРЫ»

используются для развития различных групп мышц.



«ВОЗДУШНЫЙ ФУТБОЛ»

Для развития дыхания, силу выдоха. Воспитания упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества.

Игра устанавливается на столе. С двух сторон располагаются по 1 игроку, вооруженных трубочками. Мячи кладутся в центр игрового поля. Задача игроков — забить наибольшее количество голов в ворота противника. При этом они не должны касаться мяча руками, а могут только дуть на него через трубочки.



Гантели из пластиковых бутылок

способствуют развитию силовых качеств, ловкости, быстроты, двигательных реакций, равновесия, выносливости, выработке координации движений, активизирует деятельность анализаторных систем и влияет на речевое и умственное развитие.



«Лыжи» из пластиковых бутылок

развивают координацию движений, физические качества при выполнении скользящих движений.



«Массажный (ортопедический) коврик»

Профилактика плоскостопия у детей. Кроме того, занятия на нём можно превратить в увлекательную игру, которая, безусловно, понравится каждому ребёнку.



Игровое оборудование «Солнышко».

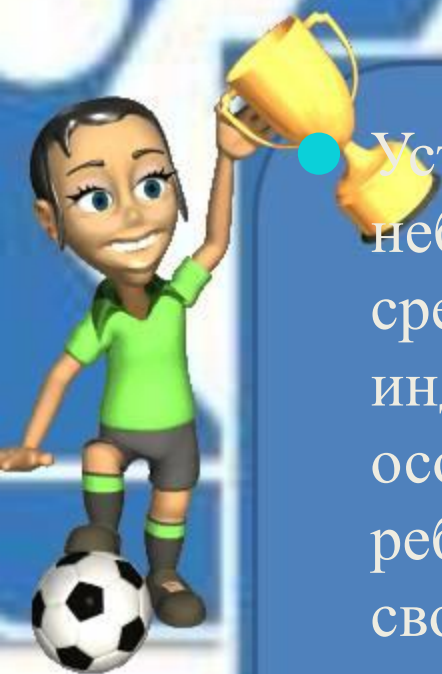
тренировка пальцев, развитие выносливости мышц, улучшение гибкости позвоночника, ползание, перешагивание, прыжки, прокатывание мяча. Лучики можно сматывать, через них можно перепрыгивать, перешагивать.



Вот так постарались родители для своих детишек!

В нашем физкультурно-оздоровительном уголке также имеются массажные мячики, гимнастические палки, ленточки, кубики, обручи, кегли, платочки, скакалки, мячи, а также дидактический и наглядный материал, физкультминутки, паспорт физкультурного уголка.





Устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды зависит не только от индивидуальных особенностей организма ребёнка, но и также от своевременного и правильного проведения специальных оздоровительных мер.



Спасибо за
внимание!

