



НРМ ДОБУ Центр развития ребенка  
д/с «Родничок»

«Стимулирование и совершенствование  
физических качеств у детей дошкольного  
возраста посредством использования  
нестандартного оборудования»

Выполнила:  
инструктор по физическому воспитанию  
Низамова Диана Даяновна

## Мишень «Машенька»

Игры и упражнения с использованием мишени способствуют развитию глазомера, скоростно-силовых качеств, согласованности действий рук, туловища и ног, равновесия, ловкости, навыков пространственной ориентировки, а так же соответствующей реакции мелкой мускулатуры, развивают мышление, внимание, воображение. Мишень привлекает детей динамизмом, эмоциональностью. Оборудование может использоваться в групповых помещениях, на участках, в физкультурном зале для организованной и самостоятельной деятельности детей 3-7 лет.



Для изготовления мишени «Машенька» используются фанера, крепление, 4 болтика, гуашь, старые обручи и кольца. Палочки, напиленные из обручей, служат целью для игры в вертикальный кольцеброс.





ВАРИАНТЫ  
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ  
МИШЕНИ «МАШЕНЬКА»

# Дыхательная гимнастика «Подуй на снежинку»



## «Забрось кольцо»

В игре участвуют 3 игрока, каждый имеет по 3 кольца определенного цвета, отличного от колец других участников. Дети одновременно начинают выполнять броски. Победителем считается тот у кого колец на кольцебросе окажется больше.



## Эстафета «Метко бросай – в цель попадай»

Две команды располагаются за линией старта напротив мишени, у каждого участника по одному кольцу. Кольца каждой команды отличаются по цвету. По сигналу первые участники эстафеты добегают до линии метания, выполняют бросок в мишень и возвращаются к команде, передав эстафету следующему игроку. Эстафета заканчивается, когда все участники команды выполнят задание. Победителем считается команда выполнившая наибольшее количество точных бросков.



## «ПОПАДИ В КОЛЬЦО»

В игре участники располагаются за линией старта, по сигналу они начинают выполнять броски набивными мешочками одной рукой от плеча. Победителем считается команда набравшая наибольшее количество набивных мешочков.





## « Самый ловкий »

В игре участники располагаются за линией старта , по сигналу они начинают выполнять броски теннисными мячами, которые должны попасть в корзину перелетев через обручи. Победителем считается команда набравшая наибольшее количество мячей.



## Упражнять детей в метании

Дети делится на 2 подгруппы. 1 подгруппа метает кольца, а 2 подгруппа бросают набивные мешочки.





СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!