



Как вести работу в физ. уголке:

1. перед тем, как внести пособия, необходимо четко представить, с какой целью это делается. Цель должна быть отражена в плане;
2. цели могут быть следующие: познакомить, обыграть, повторить, закрепить с усложнением;
3. после усвоения детьми правил пользования пособиями, можно решать задачи по воспитанию физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости;
4. в физ. уголке воспитатель ежедневно проводит индивидуальную работу по профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, укреплению мышц;
5. необходимо иметь комплексы упражнений (карточки), карточки по подвижным играм, карточки основных движений в каждой возрастной группе, иллюстрации или альбомы о различных видах спорта;
6. дети должны знать и уметь рассказать, для чего нужен тот или иной снаряд, как им пользоваться, как он называется, для чего нужна страховка.

Каждый день по утрам
Делаем зарядку,
Очень нравится нам
Делать по порядку.

Чтобы нам не болеть
И не простужаться,
Мы зарядкой всегда
Будем заниматься.

Пусть не всё хорошо
Может получиться,
Не печалься, дружок,
Надо научиться.

(З. Петрова)



Подготовила: зам. директора по УВР
Топоркова Н.Н.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная общеобразовательная школа города Киржача Владимирской области (МБОУ НОШ)



Физкультурный уголок в группе

г. Киржач
2016г.

Задачи:

- главная задача физ. уголка – развитие культуры движений, развитие разнообразия движений, двигательного творчества и качества движения;
- физ. уголок организуется для того, чтобы дети заранее (до занятия) познакомились с пособиями и правилами пользования ими, разучивали упражнения и движения для занятия. Это повышает эффективность физ. занятий.

Требования к физкультурному уголку:

- физ. уголок можно расположить в раздевалке или групповой комнате, там, где есть свободная стена (для отбивания мяча от стены, метания, набрасывания колец);

- желательно один или два раза в год менять место расположения физ. уголка;

- периодически убирать не востребованное оборудование, и затем вновь вносить;

- уголок оформляется с учетом программы: (например, «Детство»: начиная со средней группы – самоконтроль за развитием двигательных качеств);

- в физ. уголке должны учитываться:

- здоровье детей;
- гендерные интересы детей;
- учет задач, решаемых в ОУ;
- учет возрастных возможностей;
- учет динамичности;

- в физ. уголок можно добавлять оборудование для сюжетно-ролевых игр.

Примерный перечень спортивного инвентаря:

для детей младшего дошкольного возраста:



- гимнастическая стенка (высота 1,5м),
- ребристая доска или резиновая дорожка с сильно выпуклыми рельефами,
- гимнастическая доска (ширина 20-15см.),
- дуги (можно сделать в виде силуэта животного с изогнутой спиной),
- мячи (разного размера),
- гимнастические ящики (50X50; 40X40; 45X45, высота 20, 15, 10 см),
- настольно – спортивные игры для развития мелкой моторики рук, развития мышц, пальцев, кисти,
- для средней группы – мишень для метания или баскетбольная корзина,
- скакалки.

для детей старшего дошкольного возраста:



- веревочная лестница,
- маты,
- канат,
- гимнастическая стенка (высота 2м),
- мишень, мешочки для метания,
- мячи (разного размера),
- настольные спортивные игры,
- самоделки,
- скакалки (обязательно одна для взрослого),
- обручи,
- кегли,
- ленточки,
- дуги,
- гимнастические палки,
- шнуры.

для детей всех возрастов:

- различные массажные коврики;
- атрибуты для сюжетно-ролевых игр.

