

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 7 «Сказка» городского округа город Мантурово  
Костромской области

# «Малыши - крепьши»

Физкультурно – оздоровительный центр

Разработали воспитатели:  
Чернова Татьяна Витальевна  
Стрелкина Юлия Михайловна

Мантурво 2018



## Физкультурный уголок в группе

"МАЛЫШИ  
—  
КРЕПЫШИ"



Вам представить мы хотим  
Уголок спортивный!

Паспорт  
физкультурного  
уголка  
1 младшей группы  
«Малыши —  
крепыши»



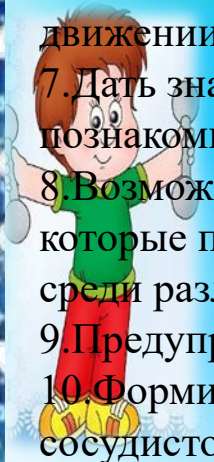
Хочешь ты здоровым быть?  
Двигайся активно!

## Цель.

Способствовать полноценному и всестороннему развитию и воспитанию двигательной активности у детей, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физического развития ребёнка. Разнообразить двигательную активность детей с помощью дополнительного оборудования, которое является составной частью общей предметно – игровой среды детского сада.

## ЗАДАЧИ

1. Создать условия для активизации двигательной деятельности детей во время их бодрствования, широко используя разнообразные яркие игрушки, предметы, пособия, которые являются стимулом к выполнению ими разных движений.
2. Способствовать развитию волевых усилий, обогащению двигательного опыта, раскрытию их функциональных возможностей.
3. Формирование двигательных навыков с использованием пособий (бросание и ловля мячей, прыжки через скакалку и т.д.)
4. Развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции, а также смелость, решительность и находчивость.
5. Укрепление мышечного корсета и развитие разных групп мышц
6. Помогать детям с помощью физкультурных пособий добиваться более четкого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий.
7. Дать знания о свойствах разных предметов и пособий (форме, цвете, весе, качестве материала), познакомить с особенностями движения в пространстве, с направлениями движений.
8. Возможность выбирать интересные и доступные для себя движения с различными пособиями, которые помогут творчески решать двигательные задачи, комфортно ощущать себя в пространстве среди различных предметов и регулировать свою двигательную активность.
9. Предупреждение сколиоза и плоскостопия.
10. Формирование и закрепление правильной осанки.
11. Активизация функций сердечно - сосудистой и дыхательной системы.





## Содержание

### Развивающая среда группы

**Физкультурное оборудование**

**Вспомогательные средства**

- Контейнеры для хранения физкультурного оборудования
- Этажерка для хранения физкультурного оборудования
- Картотека подвижных игр
- Картотека подвижных народных игр
- Картотека утренней гимнастики
- Картотека гимнастики побуждения
- Картотека прогулки
- Картотека пальчиковой гимнастики
- Картотека дыхательной гимнастики
- Картотека упражнений для глаз
- Картотека физкультминуток
- Массаж, релаксация
- Маски для подвижных игр
- Консультации для родителей
- Альбомы спорт
- Зимние виды спорта
- Спорт с нами
- Раскраска спорт

- Корзины для мячей
- Мой весёлый звонкий мяч
- Игры - кольцеброс
- Разноцветные кегли
- Мячи большие
- Мячи маленькие
- Мячи массажные
- Обручи
- Скакалки
- Султанчики
- Мешочки для метания
- Снежки
- Дуга для подлезания
- Погремушки
- Косички
- Ленты на палочках
- Ловишки
- Флажки цветные
- Бубны
- Дорожка здоровья
- Дорожка для закаливания
- Дорожка для профилактики плоскостопия



# Использование физкультурного уголка в течение дня

## Формы двигательной деятельности

Существуют разнообразные формы двигательной деятельности:

- утренняя гимнастика ;
- совместная физкультурная деятельность педагога с детьми;
- прогулка с включением подвижных игр;
- пальчиковая гимнастика ;
- зрительная, дыхательная гимнастика;
- физкультминутки, динамические паузы
- эмоциональные разрядки, релаксация;
- гимнастика после сна
- спортивные праздники, досуги, развлечения.





### **МЕШОЧКИ ДЛЯ МЕТАНИЯ**

Используются для развития силы рук, профилактики нарушений осанки, для ОРУ, для метания вдаль, в горизонтальную и вертикальную цель;

Материал : искусственная кожа, наполнены крупой или песком по 150-200 гр.

### **СНЕЖКИ**

Используются на праздниках и развлечениях, в метании;

Материал: марля , наполнены ватой.

### **ШИШКИ**

Используются на праздниках и развлечениях. Применяются для развития мелкой моторики; используются в аттракционах “Кто быстрее соберет”, “Чья команда быстрее”.

### **БАРАНКИ**

Используются для ОРУ, для выступления на праздниках.

Материал: бобины от скотча и обклеены цветной бумагой и пленкой.

### **ЦВЕТНЫЕ ЖГУТЫ.**

Использование: в обще развивающих упражнениях.

Цель: Развивать общую координацию движений..

Материал: разноцветные тряпки или разноцветные колготки.

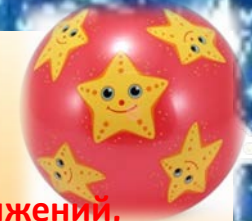
### **НАБИВНЫЕ МЯЧИ**

Использование: Ходьба змейкой между мячами, , толкание мяча головой перед собой, перешагивание через мячи.

Цель: Развивает координацию движений, глазомер, ловкость, умение играть в паре, положительные эмоции.

Материал: Ткань, опил.





## **МАССАЖНАЯ ДОРОЖКА**

Использовать для массажа ступней, ходьба с целью профилактики плоскостопия.

Цель: Стимулирует работу внутренних органов. Развивает координацию движений, равновесие.

Материалы: Резиновый коврик, деревянные палочки, камушки, пуговицы, поролон.

## **РАЗНОЦВЕТНЫЕ РУЧЕЙКИ**

Можно использовать для прыжков через «ручей», для ходьбы по «дорожке» ( по узкой по широкой).

Цель: Упражнение развивают координацию движений, прыгучесть, ловкость, укрепляют мышцы ног.

Материалы: Линолеум, деревянные палочки, пластмассовые палочки

## **ДОРОЖКА СЛЕДОВ**

Использовать для массажа ступней, ходьба с целью профилактики плоскостопия.

Цель: Стимулирует работу внутренних органов. Развивает координацию движений, равновесие.

Материалы: Клеенчатый коврик, следы от рук и ног сделанные из разного материала

## **РАЗНОЦВЕТНЫЕ РУЧЕЙКИ**

Используются для прыжков через «ручей», для ходьбы по дорожке

Цель: Развивает координацию движений, прыгучесть, ловкость. Укрепляет мышцы ног.

Материалы: Полоски линолеума, крышки от пластмассовых бутылок

## **КАПСУЛЫ ОТ КИНДЕР – СЮРПРИЗОВ**

Капсулы от киндер-сюрпризов, крышки от бутылок – применяются для развития мелкой моторики; используются в аттракционах “Кто быстрее соберет”, “Чья команда быстрее”, “Собери зерно”, а также для профилактики плоскостопия (дети садятся вокруг обруча, опираясь о руки или локти, и пальцами ног собирают предметы).



## Подвижные игры



Любим в игры мы играть,  
Наше тело развивать.



## Подвижные игры с масками





## Игры со скакалками, обручами



**Чтобы прыгать  
научиться  
Нам скакалка пригод  
ится.  
Будем прыгать  
высоко  
Как кузнечики –  
легко.**



# Деревянные дорожки



## Предметы для перешагивания



**Обруч, кубики помогут  
Гибкость нам развить  
немного.**

**Будем чаще  
наклоняться,  
Приседать и  
нагибаться.**



## Нетрадиционное оборудование

Есть весёлые  
сестрички –

Заплетённые косички.

Хочешь – можешь  
походить,

Хочешь – прыгай  
через них.

Ну а утром,  
спозаранку

С ними сделаем  
зарядку!



# Нетрадиционное оборудование

## Ловишки, ленты



Чудо-  
тренажёр.  
Мышцы все  
расслабит  
На день даст  
задор!



## Нетрадиционное оборудование



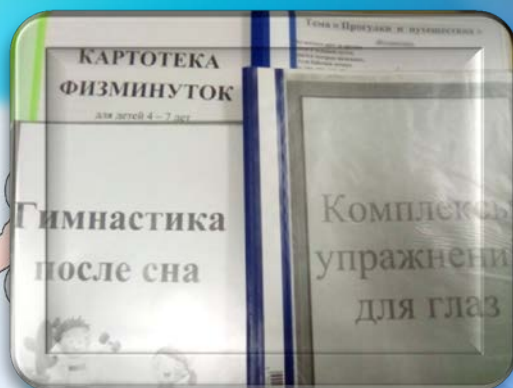
Уголок у нас чудесный,  
Есть занятие всегда!  
Помогает быть  
здоровым  
Нам на долгие года!



# Иллюстрационный материал «Виды спорта»



# Мир картотек



## Дорожки здоровья



Много ковриков у нас!  
Заниматься просто класс!  
Тренируем стопы ног,  
Чтобы каждый был здоров!



## Дартс



В «Дартс» умеем  
мы играть  
Точно мячик в  
цель кидать.  
Тренировки  
каждый день!  
Заниматься нам  
не лень.



## Мячи



**Кинешь в речку – мяч не тонет,  
Бьёшь о стенку – мяч не стонет.  
Будешь оземь мяч кидать –  
Станет кверху он летать.**



## Мячи

Гладь мои ладошки,  
ёжик,  
Ты колючий,  
ну и что же,  
Я хочу тебя  
погладить,  
Я хочу с тобой  
поладить.





**НАШ СПОРТИВНЫЙ УГОЛОК  
НИКОГДА НЕ ОДИНОК.  
УТРОМ МЫ К НЕМУ ПОДХОДИМ,  
И МЯЧИ МЫ ТАМ НАХОДИМ.  
ПЕРЕД ЗАВТРАКОМ ДРУЗЬЯ,  
ЗАНИМАЕМСЯ НЕ ЗРЯ.  
МЫ ЗДОРОВЬЕ УКРЕПЛЯЕМ,  
В КАЖДОМ СПОРТЕ ПОБЕЖДАЕМ.  
ЭТО ЗНАЮТ ВСЕ НА СВЕТЕ,  
И РОДИТЕЛИ И ДЕТИ.  
МЫ СИЛЬНЫ, КРЕПКИ, ЗДОРОВЫ,  
И ДЛЯ ПОДВИГОВ ГОТОВЫ!**

