

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Керчи Республики Крым «Детский сад комбинированного вида №6 «Радуга»

**«Создание предметно-пространственной среды в группах и на участках ДОУ для организованной и самостоятельной двигательной активности»**



**Подготовили:** старшие воспитатели:  
Туриченко Н.А., Яковлева Н.Б.

г. Керчь  
2021г.

В соответствии с ФГОС дошкольного образования предметная пространственная среда для развития двигательной активности должна быть насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной, а так же обеспечивать и гарантировать, *охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей.*

Для выполнения этой задачи необходимо использовать спортивное и оздоровительное оборудование, инвентарь, пособия, в групповых комнатах, («Физкультурный уголок»), которые будут способствовать:

- улучшению функций нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхания и др., укреплению опорно-двигательного аппарата;
  - укреплению мышц формирующих свод стопы;
  - формированию начальных представлений о здоровом образе жизни;
  - развитию общей моторики;
  - развитию физических качеств (выносливость, гибкость, силу, скорость, координации);
  - накоплению и обогащению двигательного опыта детей;
  - формированию у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
  - осуществлению профилактики плоскостопия;
  - развитию самостоятельности, творчества;
  - формированию выразительности и грациозности движений;
- воспитанию стремления участвовать в играх, играх эстафетах.

«Физкультурный уголок» помогает детям добиваться более четкого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий. Самостоятельная двигательная активность детей определяется наличием конкретных знаний о разных способах выполнения упражнений с использованием физкультурного оборудования.

При подборе физкультурного оборудования существенное значение имеет учет особенностей физического развития детей и возрастных этапов формирования моторики.

### *Первая младшая группа*

Дети третьего года жизни очень активны, стараются действовать самостоятельно, совершая большое разнообразие движений с использованием разных пособий (ходьба по скамейке, лазанье и ползание под столом, стульями, прокатывание шарика, мяча, бросание мяча и различных предметов, ходьба по ограниченной опоре с сохранением равновесия и др.).

В освоении движений и проявлении своей двигательной активности значительную роль у малышей играет способность действовать по подражанию знакомым образам, взрослому, имитируя животных, птиц, транспорт и т. д. Например, ребёнок с зайчиком прыгает, убегает от волка, подлезает под дуги, прячется в туннеле и т. д.

Для того чтобы каждый ребенок в этом возрасте проявлял свою двигательную активность в разных видах деятельности необходимо иметь в группе достаточный набор физкультурного оборудования.

Игрушки-качалки, мягкие и твердые мячи разных размеров, горки для ходьбы и т.п. Так же должны быть маски для подвижных игр (кот, заяц, лиса, медведь, волк, курочка, петушок и т.д.).

Для общеразвивающих упражнений должны быть (кубики, мягкие мячики, султанчики, погремушки, платочки) по количеству детей группы. А так же:

- плоские кольца ( $d=40$  см, ширина обода 5 см), 4 шт.;
- массажные, резиновые мячи (разных размеров), 10 шт.;
- мешочки с песком ( $m=150$  гр., размер  $7 \times 10$  см.), 10шт.;
- дуги  $h=40$  см, для прокатывания мяча, ползания, 2 шт.;
- мягкий туннель, 1 шт.;
- мягкий модуль и т. д.

Обязательно должен быть бубен для выполнения упражнений в предложенном ритме.

Педагогам следует помнить, что у малышей быстро падает интерес к одному и тому же пособию. Поэтому все имеющиеся пособия нежелательно держать в групповой комнате. Лучше вносить их постепенно, чередуя их. Мелкие пособия следует держать в открытых ящиках так, чтобы дети могли свободно ими пользоваться.

### *Вторая младшая группа*

Двигательная активность детей 4-го года жизни характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельности действий с различными предметами и физкультурными пособиями (мячом, обручем, резиновыми кольцами и т. д.), так как они уже имеют необходимый двигательный опыт. Движения детей более разнообразны и координированы.

У детей на четвертом году жизни формируются элементарные навыки совместной двигательной и игровой деятельности. В самостоятельной деятельности дети начинают всё больше использовать разные упражнения в ходьбе, беге, прыжках, бросании и ловле мяча, ползании и лазании. Детям младшего дошкольного возраста свойственна подражательная деятельность. Это объясняется тем, что накопленный ребёнком двигательный опыт позволяет ему управлять своими движениями, ориентируясь на образец.

В связи с увеличивающейся самостоятельностью дети умеют ориентироваться в пространстве, улучшается согласованность их действий в коллективе. В то же время у детей этого возраста ещё быстро падает интерес к одной и той же игрушке, пособию, тому или иному движению. Воспитателю необходимо постоянно поддерживать интерес к движениям с использованием физкультурных пособий, внося разные варианты действий с ними (подбрасывание мяча и ловля, удар об пол, стену, прокатывание мяча и т. д.).



К четырем годам дети уже способны самостоятельно объединяться небольшой группой для выполнения игровых упражнений, используя разные пособия и предметы:

- плоские кольца ( $d=40$  см, ширина обода 5 см), 4 шт.;
- массажные, резиновые мячи (разных размеров), 10 шт.;
- мешочки с песком ( $m=150$  гр., размер  $7 \times 10$  см.), 10 шт.;
- ленты 50-60 см, 12 шт.;
- флажки разных цветов 12 шт., палочка 25 см., полотно  $20 \times 10$  см.;
- кольцебросы разной конструкции, 2 набор;
- бильбоке 3 шт.;
- кегли 2 набора;
- стойки 5 шт.;
- палки гимнастические короткие 5 шт.;
- обручи  $d=50 - 60$  см, 5 шт.;
- скакалки короткие 5 шт.;
- дуги  $h=40$  см, для прокатывания мяча, ползания, 2 шт.;
- мягкий туннель, 1 шт.;
- специальные дорожки для тренировки стопы;
- шнуры 70 – 80 см (косички, с одной стороны петля, а с другой пришивается пуговица);
- мягкий модуль и т. д.

Обязательно должен быть бубен для выполнения упражнений в предложенном ритме.

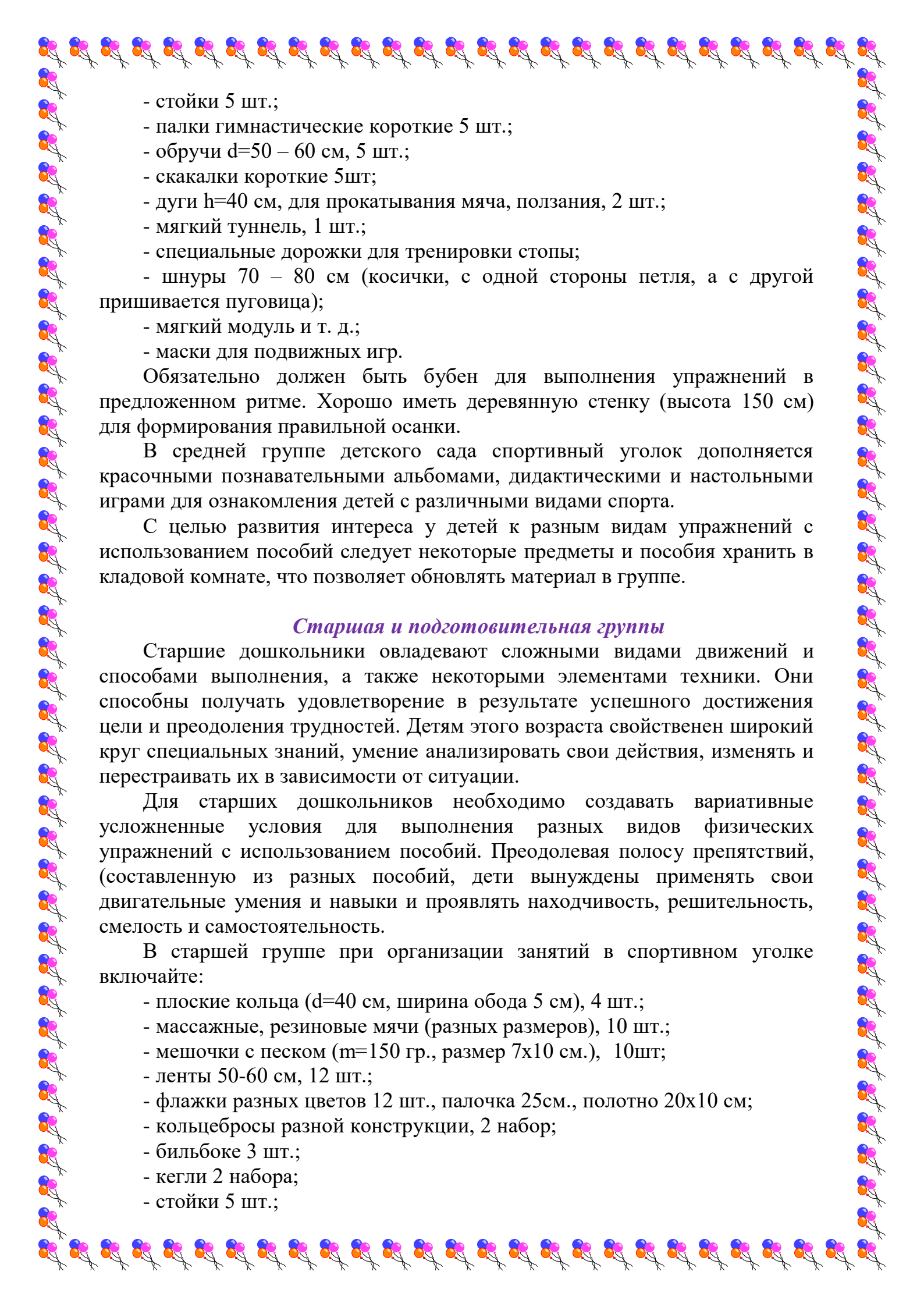
### *Средняя группа*

Дети 5-го года жизни владеют в общих чертах всеми видами основных движений. У них возникает большая потребность в двигательных импровизациях под музыку. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов увеличения двигательной активности детей за счет хорошо освоенных способов действий с разными пособиями.

Достаточно высокая двигательная активность детей проявляется в подвижных играх, которые формируют ответственность у них за выполнение правил и достижение определенного результата. Следует добиваться, чтобы дети к концу года самостоятельно организовывали подвижные игры с небольшой группой сверстников.

В этой возрастной группе необходимо иметь «Физкультурный уголок». В нем находятся:

- плоские кольца ( $d=40$  см, ширина обода 5 см), 4 шт.;
- массажные, резиновые мячи (разных размеров), 10 шт.;
- мешочки с песком ( $m=150$  гр., размер  $7 \times 10$  см.), 10 шт.;
- ленты 50-60 см, 12 шт.;
- флажки разных цветов 12 шт., палочка 25 см., полотно  $20 \times 10$  см.;
- кольцебросы разной конструкции, 2 набор;
- бильбоке 3 шт.;
- кегли 2 набора;

- 
- стойки 5 шт.;
  - палки гимнастические короткие 5 шт.;
  - обручи  $d=50 - 60$  см, 5 шт.;
  - скакалки короткие 5шт;
  - дуги  $h=40$  см, для прокатывания мяча, ползания, 2 шт.;
  - мягкий туннель, 1 шт.;
  - специальные дорожки для тренировки стопы;
  - шнуры 70 – 80 см (косички, с одной стороны петля, а с другой пришивается пуговица);
  - мягкий модуль и т. д.;
  - маски для подвижных игр.

Обязательно должен быть бубен для выполнения упражнений в предложенном ритме. Хорошо иметь деревянную стенку (высота 150 см) для формирования правильной осанки.

В средней группе детского сада спортивный уголок дополняется красочными познавательными альбомами, дидактическими и настольными играми для ознакомления детей с различными видами спорта.

С целью развития интереса у детей к разным видам упражнений с использованием пособий следует некоторые предметы и пособия хранить в кладовой комнате, что позволяет обновлять материал в группе.

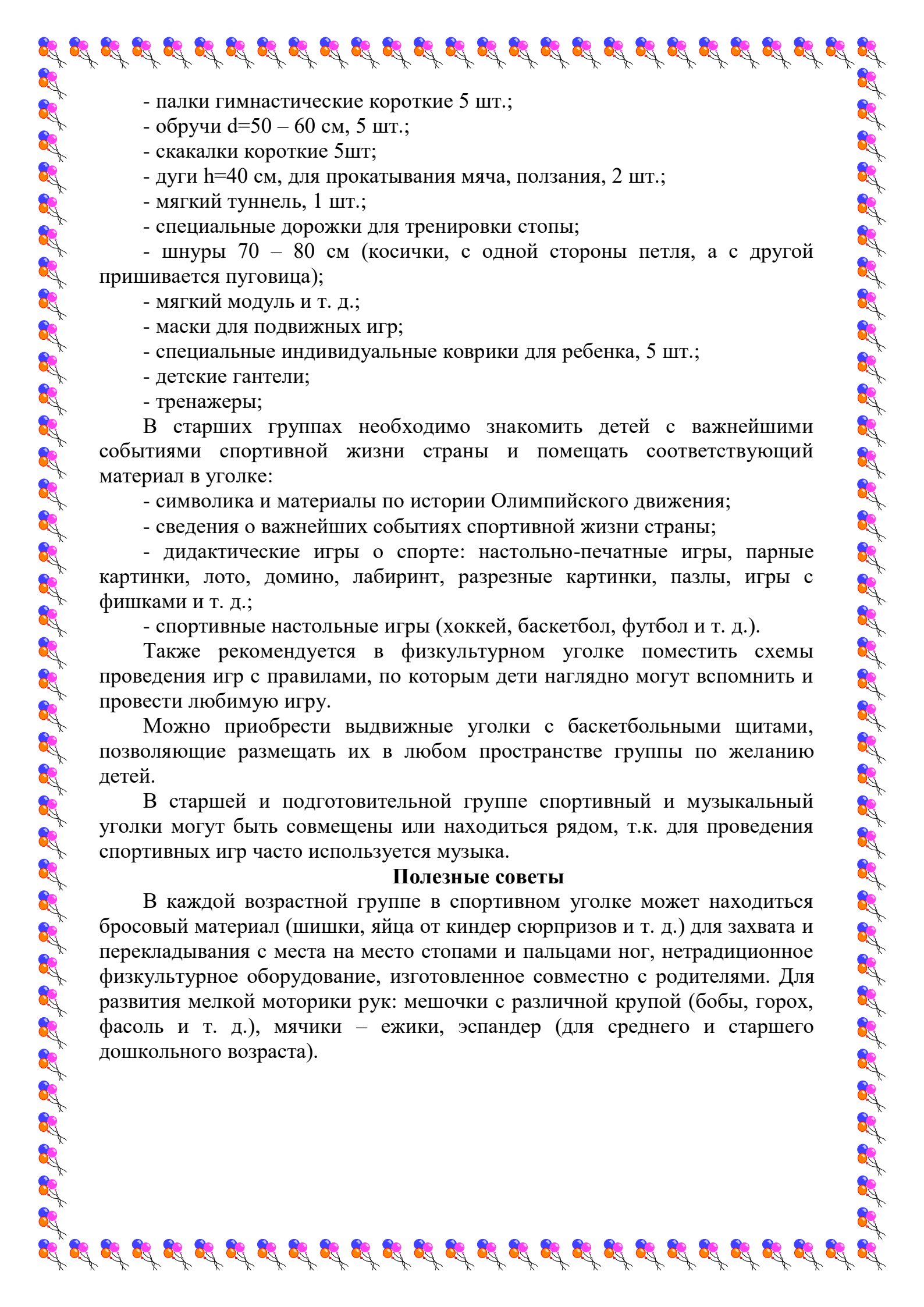
### *Старшая и подготовительная группы*

Старшие дошкольники овладевают сложными видами движений и способами выполнения, а также некоторыми элементами техники. Они способны получать удовлетворение в результате успешного достижения цели и преодоления трудностей. Детям этого возраста свойственен широкий круг специальных знаний, умение анализировать свои действия, изменять и перестраивать их в зависимости от ситуации.

Для старших дошкольников необходимо создавать вариативные усложненные условия для выполнения разных видов физических упражнений с использованием пособий. Преодолевая полосу препятствий, (составленную из разных пособий, дети вынуждены применять свои двигательные умения и навыки и проявлять находчивость, решительность, смелость и самостоятельность.

В старшей группе при организации занятий в спортивном уголке включайте:

- плоские кольца ( $d=40$  см, ширина обода 5 см), 4 шт.;
- массажные, резиновые мячи (разных размеров), 10 шт.;
- мешочки с песком ( $m=150$  гр., размер  $7 \times 10$  см.), 10шт;
- ленты 50-60 см, 12 шт.;
- флажки разных цветов 12 шт., палочка 25см., полотно  $20 \times 10$  см;
- кольцебросы разной конструкции, 2 набор;
- бильбоке 3 шт.;
- кегли 2 набора;
- стойки 5 шт.;

- 
- палки гимнастические короткие 5 шт.;
  - обручи d=50 – 60 см, 5 шт.;
  - скакалки короткие 5шт;
  - дуги h=40 см, для прокатывания мяча, ползания, 2 шт.;
  - мягкий туннель, 1 шт.;
  - специальные дорожки для тренировки стопы;
  - шнуры 70 – 80 см (косички, с одной стороны петля, а с другой пришивается пуговица);
  - мягкий модуль и т. д.;
  - маски для подвижных игр;
  - специальные индивидуальные коврики для ребенка, 5 шт.;
  - детские гантели;
  - тренажеры;

В старших группах необходимо знакомить детей с важнейшими событиями спортивной жизни страны и помещать соответствующий материал в уголке:

- символика и материалы по истории Олимпийского движения;
- сведения о важнейших событиях спортивной жизни страны;
- дидактические игры о спорте: настольно-печатные игры, парные картинки, лото, домино, лабиринт, разрезные картинки, пазлы, игры с фишками и т. д.;
- спортивные настольные игры (хоккей, баскетбол, футбол и т. д.).

Также рекомендуется в физкультурном уголке поместить схемы проведения игр с правилами, по которым дети наглядно могут вспомнить и провести любимую игру.

Можно приобрести выдвижные уголки с баскетбольными щитами, позволяющие размещать их в любом пространстве группы по желанию детей.

В старшей и подготовительной группе спортивный и музыкальный уголки могут быть совмещены или находиться рядом, т.к. для проведения спортивных игр часто используется музыка.

### **Полезные советы**

В каждой возрастной группе в спортивном уголке может находиться бросовый материал (шишки, яйца от киндер сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног, нетрадиционное физкультурное оборудование, изготовленное совместно с родителями. Для развития мелкой моторики рук: мешочки с различной крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.), мячики – ежики, эспандер (для среднего и старшего дошкольного возраста).

## *Как использовать игровое оборудование на участке детского сада?*

Игровая зона для детей разных возрастных групп будет отличаться, так как малыши имеют различный уровень способностей и потребностей в физической активности.

Существует исчерпывающий перечень игрового оборудования для детского сада, который является обязательным к установке на игровых и спортивных площадках.

### **В базовый набор включены следующие варианты оснащения:**

- Горка или спортивный комплекс с горкой с высотой ската от 70 см до 2 м;
- Песочница для игр в песке;
- Качалка, установленная на пружине;
- Игровой домик;
- Качели и агрегаты для лазанья;
- Скамейки для отдыха;
- Веранда с крышей и достаточной площадью для одновременного пребывания группы детей.

Любая площадка должна оснащаться достаточным количеством игровых локаций, чтобы каждый воспитанник в момент прогулки нашел отличное занятие, а также все дети в группе имели возможность чередовать подвижные и спокойные виды активности.

На групповую площадку выносятся мелкие физкультурные пособия, способствующие активизации двигательной активности детей, а также стимулирующие их детское творчество. Старшие дошкольники могут широко использовать оборудование, расположенное на физкультурной площадке. Подбор пособий зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также от сезона года и условий погоды.

Приемы повышения эффективности использования физкультурного оборудования:

- Создание эффекта новизны за счет смены переносного оборудования, внесения новых пособий.
- Размещение (подвешивание, прикрепление и т.д.) на стационарном и переносном оборудовании дополнительных видов пособий, таких как доски, ленты, мишени для метания и пр.
- Объединение разных пособий в определенные комплексы, такие как полоса препятствий, игровые и массажные дорожки, заборчики, домики и т.д.
- Перестановка пособий, различное их пространственное расположение, рациональная смена и чередование.
- Создание разных игровых зон для игр с мячом, ракеткой и воланом, со скакалкой, с обручем, с мелкими геометрическими формами, для упражнений с простейшими тренажерами и тренажерами сложного устройства.



### *Нестандартное оборудование своими руками.*

Нестандартное физкультурное оборудование – это оборудование, сделанное своими руками из списанного инвентаря и подручных средств и материалов.

Работая над проблемой повышения интереса детей к различным видам двигательной деятельности, можно разнообразить самостоятельную двигательную активность детей с помощью нестандартного физкультурного оборудования, сделанного своими руками из различных подручных средств и материалов, так как оно позволяет:

- повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр;
- развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие;
- воображение, зрительную память;
- развивать чувство формы и цвета;
- способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

К нестандартному оборудованию предъявляются определённые санитарно-гигиенические требования.

#### **Нестандартное оборудование должно быть:**

- 1.Безопасным;
- 2.Максимально эффективным;
- 3.Удобным к применению;
- 4.Компактным;
- 5.Универсальным;
- 6.Технологичным и простым в изготовлении;
- 7.Эстетическим.

Представляем вашему вниманию оборудование, разработанное и применяемое в работе с детьми нашей группы.

#### *Массажные коврики и дорожки*

Цели: развитие мышц нижних конечностей, координации, ловкости, внимания, массаж рефлекторных зон стопы; формирование навыков различных видов ходьбы, прыжков.

Материалы: на основу (пластинки, линолеум, плотная ткань) нашивают и наклеивают различные бусины, крышки от пластиковых бутылок, пенициллиновых пузырьков, камни, пуговицы, карандаши, деревянные палочки и т.д.

Задания: ходьба и бег на носках, пятках, ладонях и стопах, скрестным шагом, прыжки.

#### *Тренажёры «Бильбоке»*

Цели: развитие глазомера, меткости, координации, ловкости, внимания.

Материалы: пластиковые бутылки из-под сока, к которым на шнуре прикрепляются мягкие шарики.

Задания: поймать шарик ёмкостью.



### *Эспандер*

Цели: развитие силы и гибкости, улучшение координации движений.

Материалы: пустые катушки от ниток, костяшки от счёт, шнур.

Эспандер называют универсальным тренажером. В некоторых странах растягивание эспандера стало признанным видом спорта (растягивание стальных пружин – «стрейнпулинг»).

Эспандеры используются при выполнении общеразвивающих упражнений в старшем возрасте.

### *Гантели*

Цели: развитие мышц плечевого пояса и рук.

Материалы: пластиковые ёмкости из под сока, наполненные крупой и соединённые друг с другом.

Задания: различные упражнения.

### *Тренажёры для профилактики плоскостопия*

Цели: развитие и укрепление мышц стопы, воздействие на биологически активные точки стопы.

Материалы: крышки от пластиковых бутылок, цветные карандаши, фломастеры, цилиндры.

Задание: собирание крышек пальцами ног или перекладывание из одной ёмкости в другую; рисование цветными карандашами на листах бумаги; катание и захватывание цилиндров стопами.

### *Снаряды для метания «Бомбочки», «Мешочки»*

Цель: развитие глазомера, меткости, координации, ловкости, внимания.

Материалы: мешочки с песком, связанные крючком бомбочки и наполненные поролоном.

Задание: попади в цель; пронеси не урони.

### *Моталочки*

Материал: палки, шнур, упаковки от киндер-сюрпризов, сшитый из ткани круг, веревки.

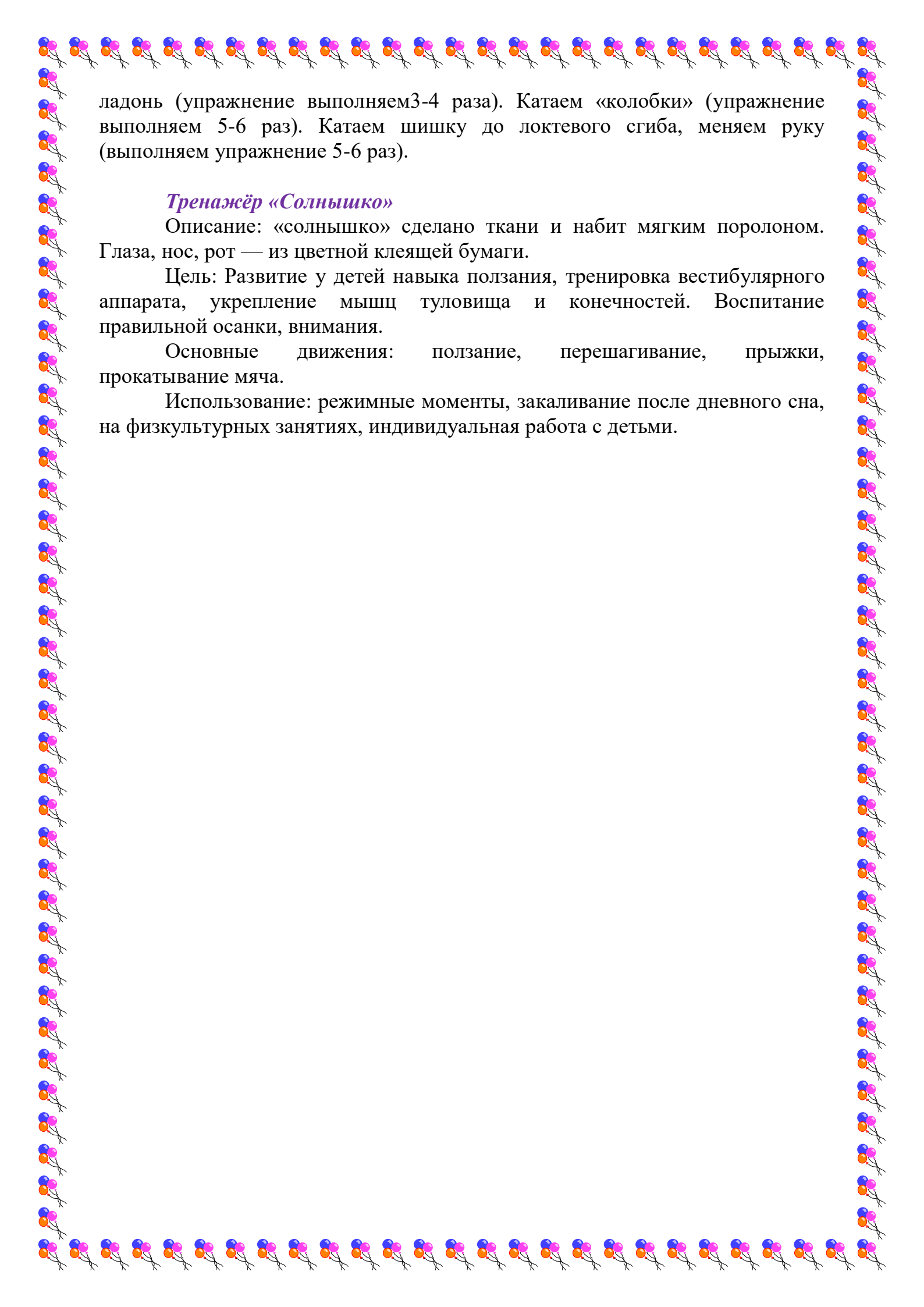
Цель: Развивать мелкую моторику рук, ловкость, быстроту движений. Воспитание упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества.

Использование: Можно использовать в свободной игровой деятельности, в соревнованиях. Дети наматывают шнур с привязанным киндером на палочку.

Игра «Кто быстрее?».

### *Массаж сосновыми шишками*

Сосновые шишки намного грубее (колючие). Берем шишку и хорошо сжимаем в ладони, затем перекадываем в другую ладонь и (повторяем упражнение 3-4 раза). Кладем шишку на ладонь и перекадываем из ладони в



ладонь (упражнение выполняем 3-4 раза). Катаем «коlobки» (упражнение выполняем 5-6 раз). Катаем шишку до локтевого сгиба, меняем руку (выполняем упражнение 5-6 раз).

### *Тренажёр «Солнышко»*

Описание: «солнышко» сделано ткани и набит мягким поролоном. Глаза, нос, рот — из цветной клеящей бумаги.

Цель: Развитие у детей навыка ползания, тренировка вестибулярного аппарата, укрепление мышц туловища и конечностей. Воспитание правильной осанки, внимания.

Основные движения: ползание, перешагивание, прыжки, прокатывание мяча.

Использование: режимные моменты, закаливание после дневного сна, на физкультурных занятиях, индивидуальная работа с детьми.