

***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 профилактики плоскостопия, формированию правильной осанки, укрепление мышц.
5. необходимо иметь комплексы упражнений (карточки), карточки по подвижным играм, карточки основных движений в каждой возрастной группе, иллюстрации или альбомы о различных видах сорта.

дети должны знать и уметь рассказать, для чего нужен тот или иной снаряд, как им пользоваться, как он называется, для чего нужна страховка.

***Чтоб здоровым быть сполна***

Чтоб здоровым быть сполна  
Физкультура всем нужна.  
Для начала по порядку -  
Утром сделаем зарядку!

И без всякого сомненья  
Есть хорошее решенье -  
Бег полезен и игра,  
Занимайся детвора!

Чтоб успешно развиваться,  
Нужно спортом заниматься.  
От занятий физкультурой  
Будет стройная фигура.

Нам полезно без сомненья  
Все, что связано с движеньем.  
Вот, поэтому, ребятки,  
Будем спортом заниматься .



*Составил : инструктор*

*По физ. культуре*

*Аманатиди О.В.*

МБДОУ №21



2012г.

**Задачи:**

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

**Требования к физ. уголку:**

1. физ. уголок можно расположить в раздевалке или групповой комнате, там, где есть свободная стена, для отбивания мяча от стены, метания, набрасывания колец;
2. один или два раза в год менять место расположения физ. уголка;
3. периодически убирать не востребованное оборудование, и затем вновь вносить;
4. уголок оформляется с учетом программы: (например, «Детство: начиная со средней группы – самоконтроль за развитием двигательных качеств»);
5. в физ. уголке должны учитываться:
   * + - здоровье детей;
     + - интересы детей (мальчики и девочки);
     + - учет задач решающих в ДОУ;
     + - учет возрастных условий;
     + - учет динамичности;
6. в физ. уголок можно добавлять оборудование для сюжетно-ролевых игр;

***Примерный перечень спортивного инвентаря:***

***Для младшей и ср. группы:***

**

- 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 (разные размеры)

- гимнастические ящики (50Х50; 40Х40; 45Х45, высота 20, 15, 10)

- настольно – спортивные игры для развития мелкой моторики рук, развития мышц, пальцев, кисти

- для средней группы – мишень для метания или баскетбольная корзина

- скакалки

***Для старшей и подготовительной групп:***

**

- веревочная лестница

- мат

- канат

- гимн. стенка (высота 2м.)

- мишень, мешочки для метания

- мячи всех размеров

- настольные спортивные игры, игрушки – самоделки

- скакалки (обязательно одна для взрослого)

- мелкие пособия: обручи, кегли, ленточки, дуги, гимн. палки, шнур

*Для всех:* Различные массажные коврики

