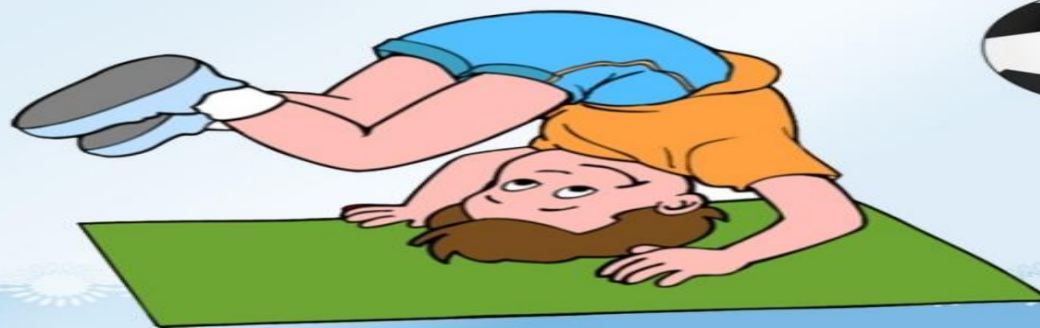


*Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
детский сад №7»Сказка»
городского округа город Мантурово Костромской области*

ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ УГОЛОК

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

Воспитатели:
Логунова Е Н
Метлина С И



Наш физкультурный центр



Оборудование

Для спортивных игр

- боулинг-2
- Дартс-2
- твистэр-2
- мяч футбольный-1
- мяч баскетбольный-1
- лыжи-по количеству детей
- хоккейные клюшки-4
- Шашки-1

Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием

- Мячи разного размера-4
- Кольцеброс-1
- мяч на липучке с мишенью-1
- кегли-22

Для игр и упражнений с прыжками, ходьбой, для развития гибкости

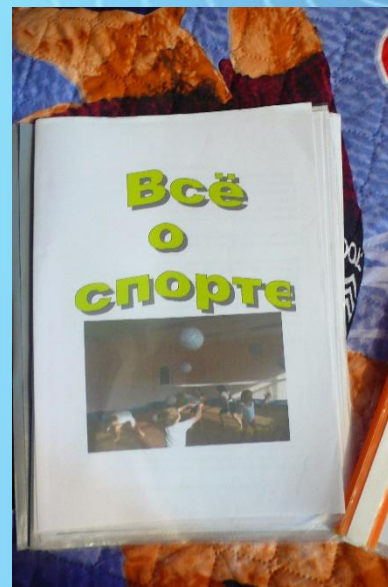
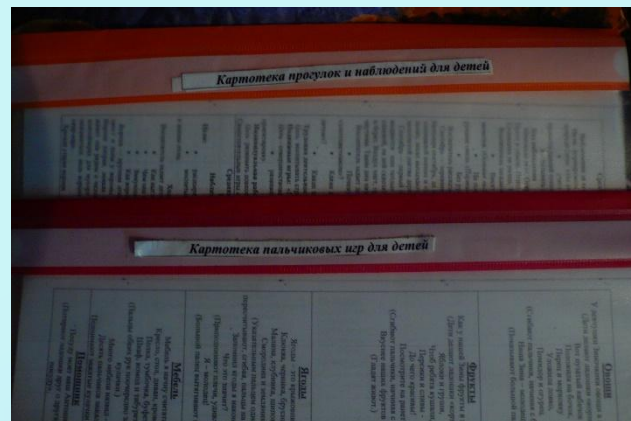
- Скакалки-3
- Обручи-4
- Кубики-20
- Гимнастические палки-5
- Косички-6
- Флажки-10

Теоретический материал

- картотека подвижных игр;
- картотека физкультминуток;
- картотека утренних гимнастик;
- картотека пальчиковых игр
- картотека гимнастики пробуждения
- иллюстрированный материал по зимним и летним видам спорта;
- символика и материалы по истории Олимпийских игр

Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук

- мешочки с песком в разных формах для ходьбы-10
- коврики и массажные-6
- бросовый материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками
- Тактильные пластинки



Утренняя гимнастика

гимнастика после сна



САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ АКТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ





Пальчиковая гимнастика

Цель пальчиковых игр – развитие мелкой и общей моторики дошкольников. Развитие тонких движений пальцев рук.

Задачи:

- 1.Развивать мелкую мускулатуру пальцев руки, точную координацию движений.
- 2.Совершенствовать зрительно–двигательную координацию и ориентировку в микропространстве.
- 3.Совершенствовать умение детей учитывать сенсорные свойства предметов в различных видах деятельности: пальчиковые игры с предметами, изобразительной, конструктивной.
- 4.Совершенствовать умение подражать взрослому, понимать смысл речи.
- 5.Совершенствовать произвольное внимание, зрительную память, аналитическое восприятие речи.

Массажные мячики, занятия оригами способствуют развитию моторики пальцев рук.



Дыхательная гимнастика



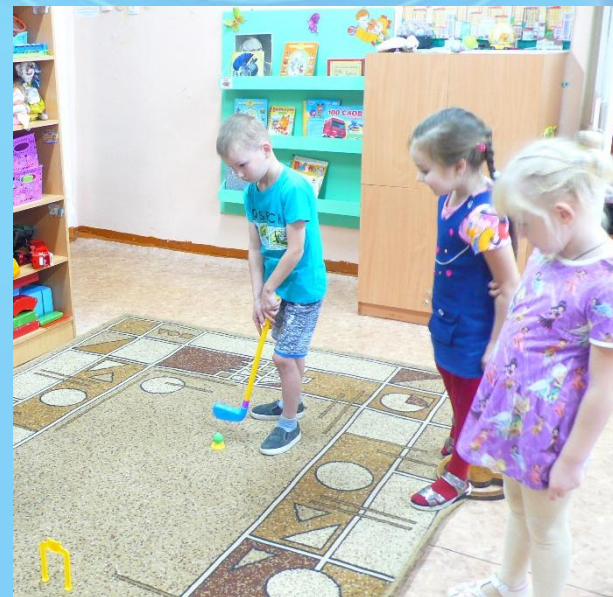
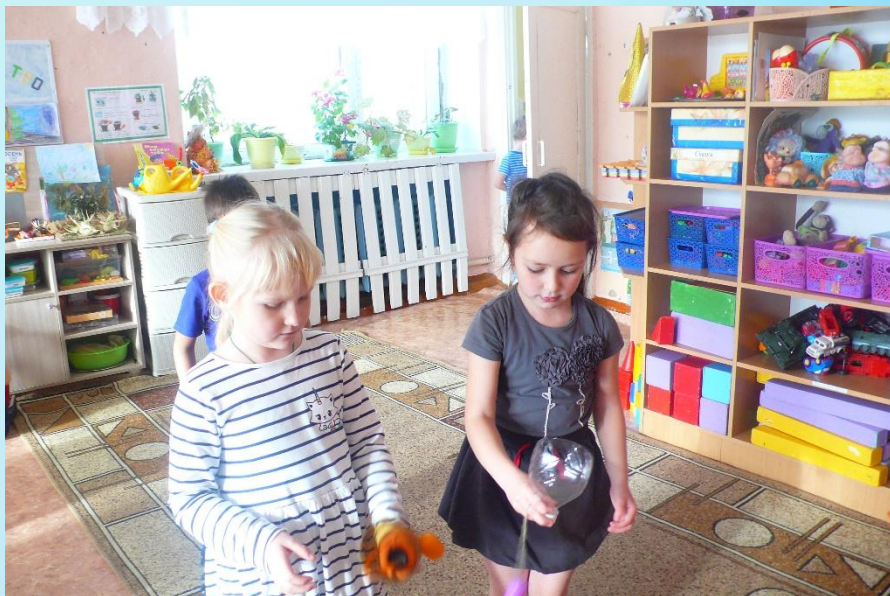
Упражнения для дыхания полезны не только для профилактики простудных заболеваний, бронхитов и синуситов, они обучают ребенка правильному дыханию. Недаром, элементы дыхательной гимнастики обязательно включают в комплекс упражнений на занятиях физкультурой.

Игровой массаж и самомассаж

Стимулирует рост и развитие мышечной массы, способствует поддержанию оптимального тонуса, является своеобразным раздражителем рецепторов кожи глубже лежащих тканей. Укрепляя организм и содействуя общему развитию, массаж помогает предупредить заболевания. В сочетании с физическими упражнениями, значительно укрепляют здоровье каждого. Они закаливают и делают более устойчивыми к изменениям погоды. Приятно тренировать себя для того, чтобы сопротивляться преувеличенной опасности холода.



Спортивные игры



ФИЗКУЛЬТУРА – ЭТО КЛАСС! ВСЕ ЗДОРОВЫЕ У НАС!

