

*Создание здоровьесберегающей среды
в группе, как средство сохранения и
укрепления здоровья детей
дошкольного возраста*

Инструктор по физической культуре:

Янузакова Т.Н.

МБДОУ д/с комбинированного вида №60

ЗАДАЧА ВОСПИТАТЕЛЯ:
**Научить детей самостоятельной двигательной
активности в условиях ограниченного
пространства и правильному
использованию физкультурного оборудования**





Требования к проектированию среды

- Содержательно насыщенная
- Безопасная
- Вариативная
- Трансформируемая
- Полифункциональная
- Безопасная



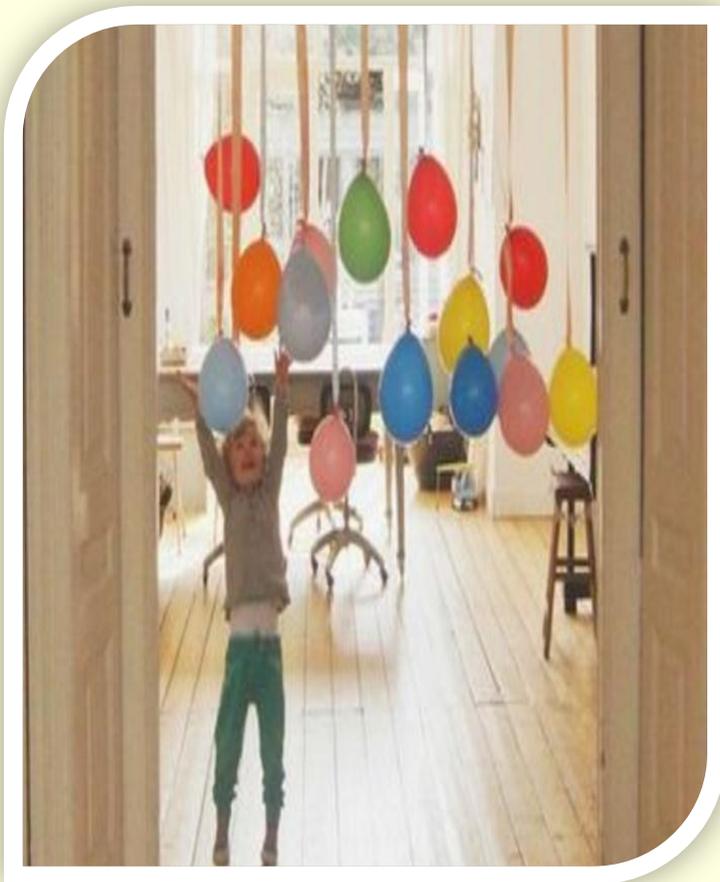


Требования к спортивному уголку:

- 1. Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, центром науки и природы, центром песка и воды, центром театра и музыки. Он может быть размещен: в приемной, групповой или спальнной комнате.*
- 2. Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение - принципу целесообразности.*
- 3. Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен.*
- 4. Уголок должен соответствовать возрасту детей и требованиям программы, обеспечивать свободный выбор и доступ детей.*
- 5. Материалы, из которых изготовлено оборудование, должны отвечать гигиеническим требованиям, быть экологически чистыми и прочными.*



*В младших группах –
яркие игрушки- стимул к
движению*



Создаем ситуацию активного поиска





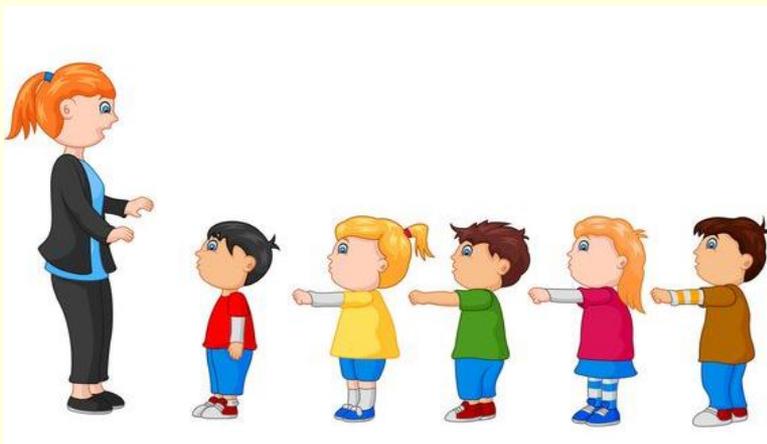
Должно быть

- Горка
- Скамеечки
- Игрушки-качалки
- Модульные сооружения различных форм из разнообразных материалов
- Веревки или шнуры Большие и маленькие мячи
- Обручи Кубики Мешочки с песком
- Корзина Кегли Бубен
- Дорожки для ходьбы, задающие изменение направления движения
- Массажные дорожки и коврики с разным покрытием
- Мини-маты
- Трехколесный велосипед
- Игрушки и материалы, развивающие мелкую моторику, в том числе, которые можно катать, толкать.
- Предметы разноцветные различной формы для нанизывания
- Доски с пазами, крючками, молоточками, застежками



Для детей – карточка строевых упражнений (в виде картинок)

Построение друг за другом



Круг



Пары





Для воспитателя – картотека подвижных игр (1 мл. гр.)

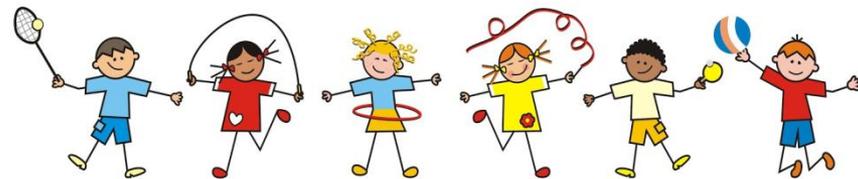
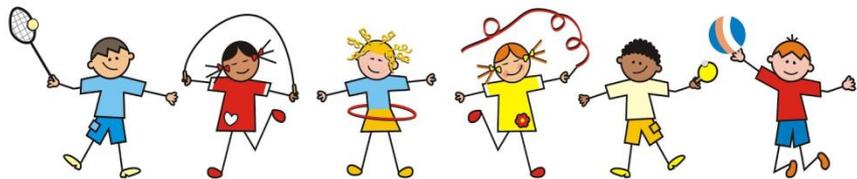
■ **Игры с ходьбой и бегом:** « В гости к куклам» « Догони мяч» « По тропинке» «Через ручеек» «Кто тише?» «Догоните меня» «Перешагни через палку» «Воробушки и автомобиль» «Поезд» «Самолеты» «Пузырь»

■ **Игры с ползанием:** «Доползи до погремушки» «В воротаки» «Не наступи на линию»
« Будь осторожен»

Игры с бросанием и ловлей мяча: «Мяч в кругу» «» Прокати мяч» «Лови мяч» «Попади в воротаки» «Целься вернее»

Игры с подпрыгиванием: «Мой веселый звонкий мяч» «Зайка беленький сидит»
«Птички в гнездышках» «

Игры на ориентировку в пространстве: «Где звенит?» «Найди флажок»





Для воспитателя – картотека подвижных игр (2 мл.гр.)

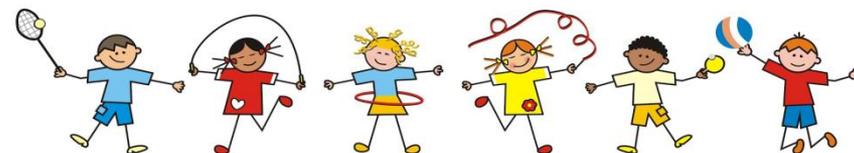
■ **Игры с ходьбой и бегом:** «Бегите ко мне» «Солнышко и дождик» «Принеси игрушку» «Не опоздай» «Кот и мыши» «Беги к флажку» «Найди свой цвет» «Трамвай» «Поезд» «Лохматый пес»

■ **Игры с подпрыгиванием и прыжками:** «По ровненькой дорожке» «Поймай комара» «Воробушки и кот»

■ **Игры с подлезанием и лазанием:** «Наседка и цыплята» «Мыши в кладовой» «Кролики» «Обезьянки»

Игры с бросанием и ловлей мяч: «Кто дальше бросит мешочек» «Попади в круг» «Подбрось повыше» «Поймай мяч»

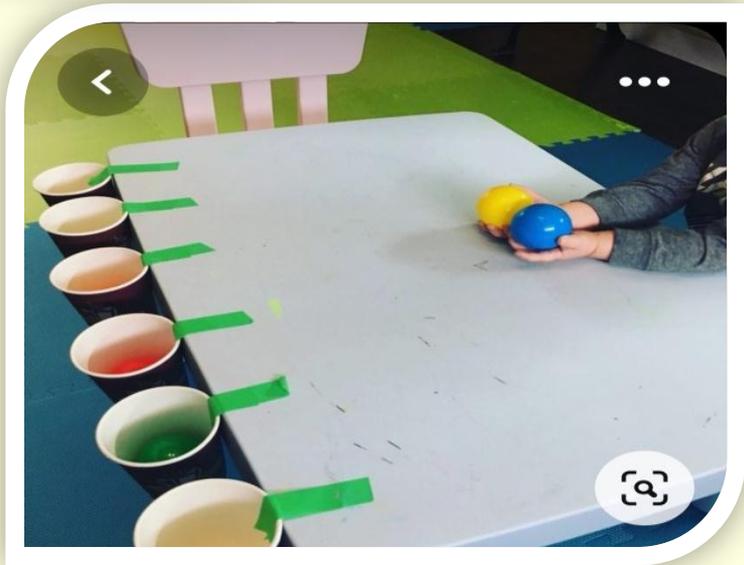
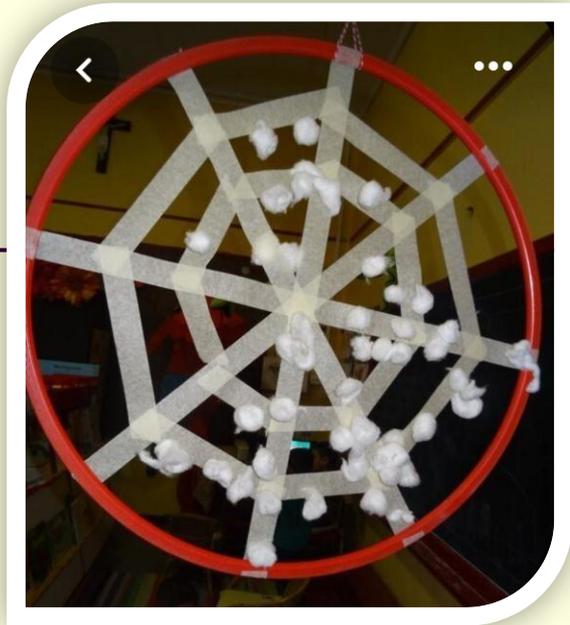
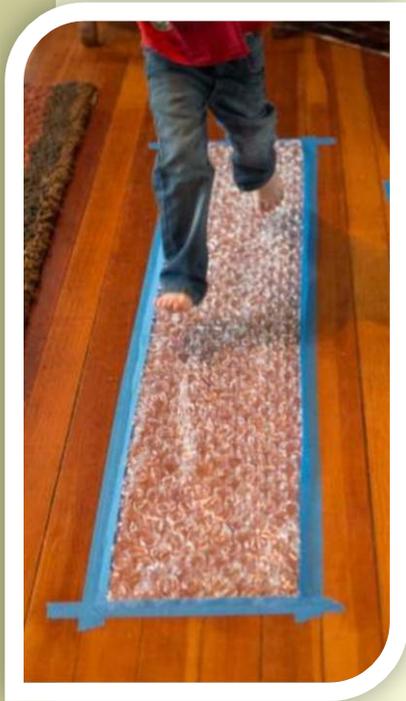
Игры на ориентировку в пространстве: «Угадай, кто кричит?» «Что спрятано?» «Иди тихо»



В группах среднего возраста







Должно быть



Валик мягкий укороченный

Массажные дорожки

Дорожки со следками

Куб деревянный

Ленты на колечках

Дуги для подлезания

Мешочки с песком(100г)

Кегли

Флажки

Шнуры или веревочки

Бубен

Мячи разных размеров

Платочки

Кубики

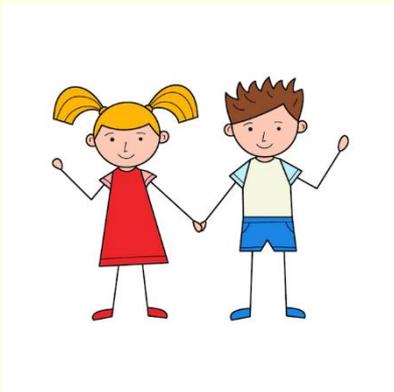
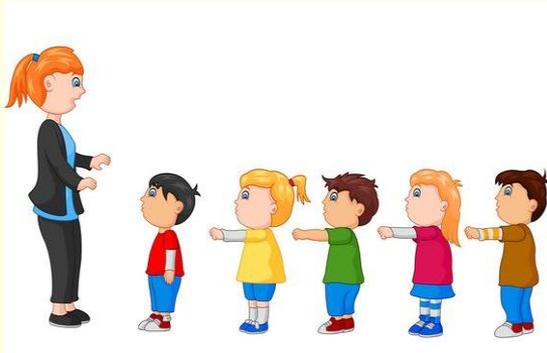
Массажные мячи(Су-джок)среднего размера

Пособия для дыхательной гимнастики

Трехколесный велосипед



Для детей- карточка строевых упражнений (в виде картинок)





Для воспитателя картотека подвижных игр:

■ **Игры с ходьбой и бегом:** «Пилоты» «Цветные автомобили» «Птичка и кошка» «У медведя во бору» «Найди себе пару» «Лошадки»

■ **Игры с ползанием и лазанием:** «Пастух и стадо» «Перелет птиц»

Игры с бросанием и ловлей мяча: «Подбрось - поймай» «Сбей булаву» «Школа мяча» «Кегли» «Кольцеброс»

Игры с прыжками: «Зайцы и волк» «Лиса в курятнике» «Зайка серый умывается»

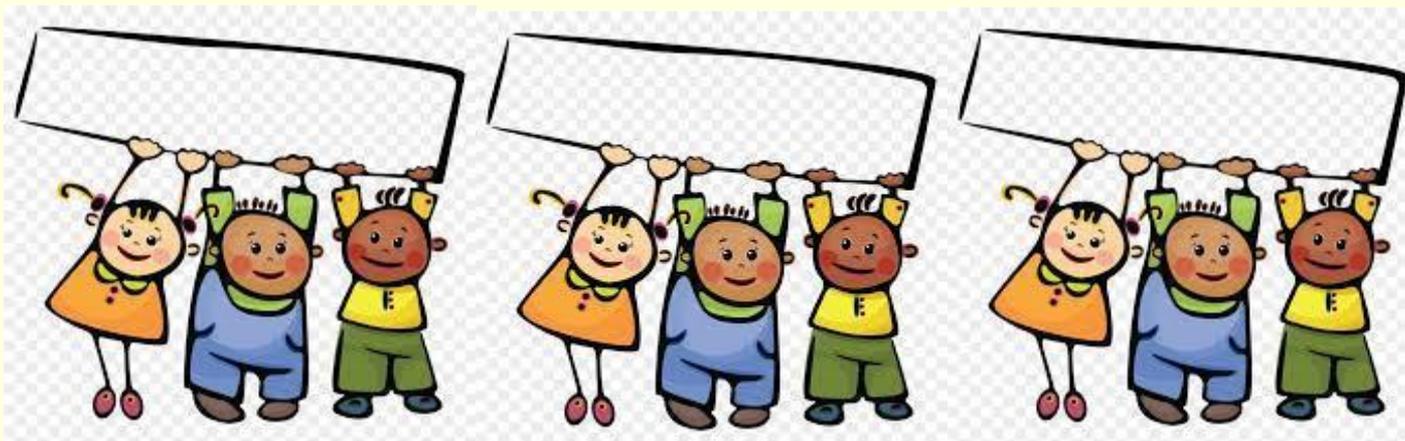
Игры на ориентировку в пространстве: «Найди и промолчи» «Найди, где спрятано» «Кто ушел?»





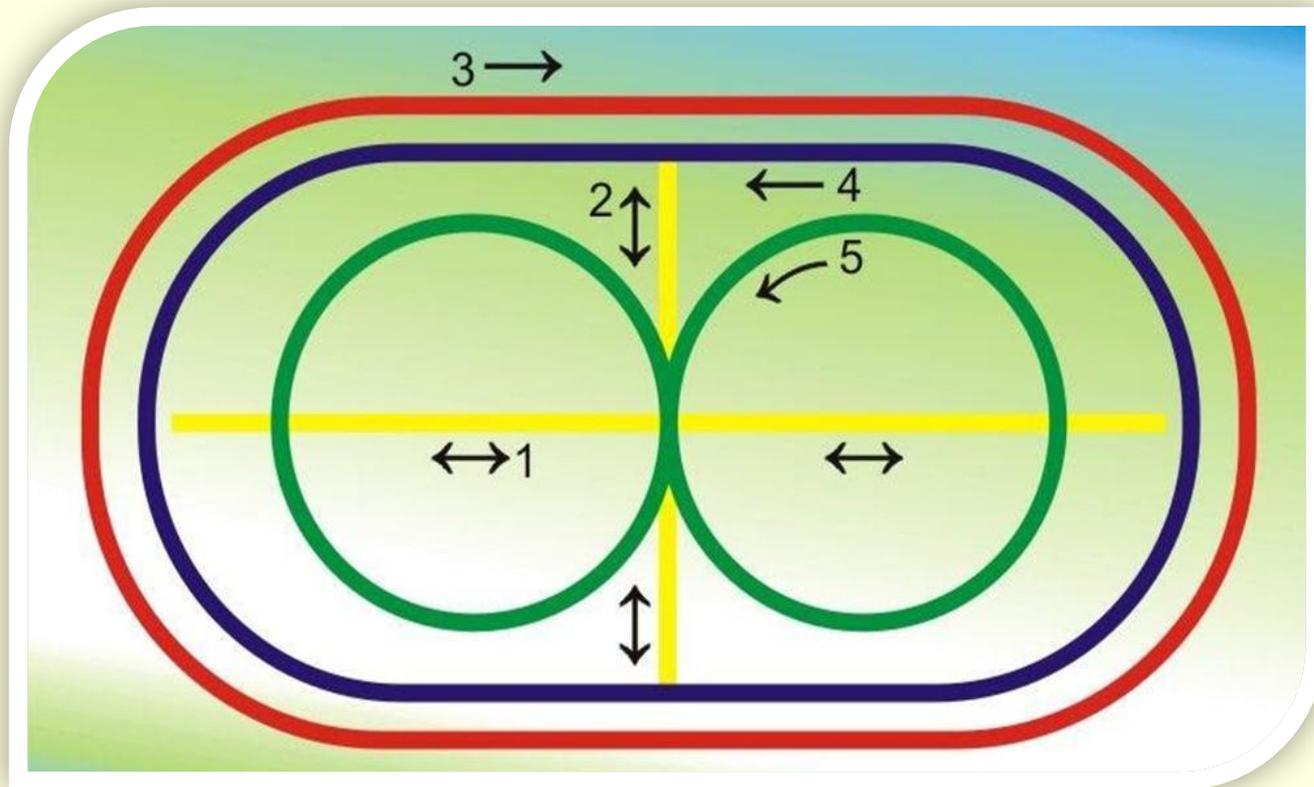
Для воспитателя:

- *Карточка дыхательной гимнастики*
- *Карточка пальчиковой гимнастики*
- *Карточка гимнастики пробуждения*



В старших и подготовительных группах

- *Тренажер Базарного В. Ф. способствует улучшению координации движения глаз. Детям предлагается проследить глазами по указанным направлениям по стрелкам.*

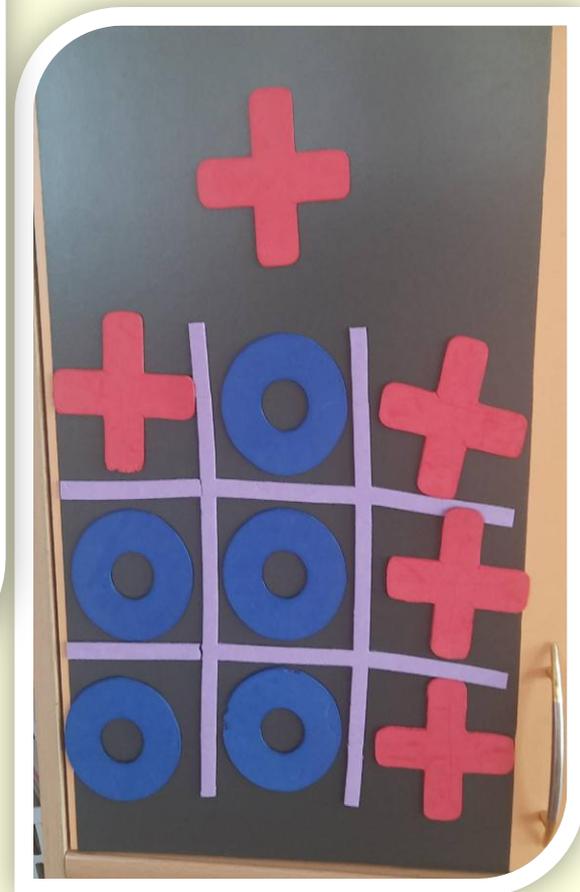
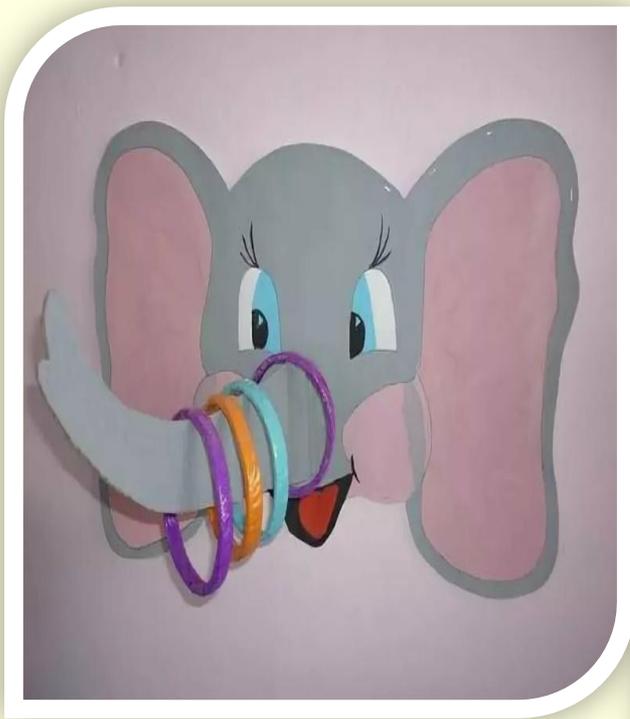


*Тихий тренажер – это наклеенные на стене
силуэты детских ладошек, стоп.*



■ *Игры: «Пройди по стене», «Достань фигуру какую скажу», «Допрыгни до полоски»*

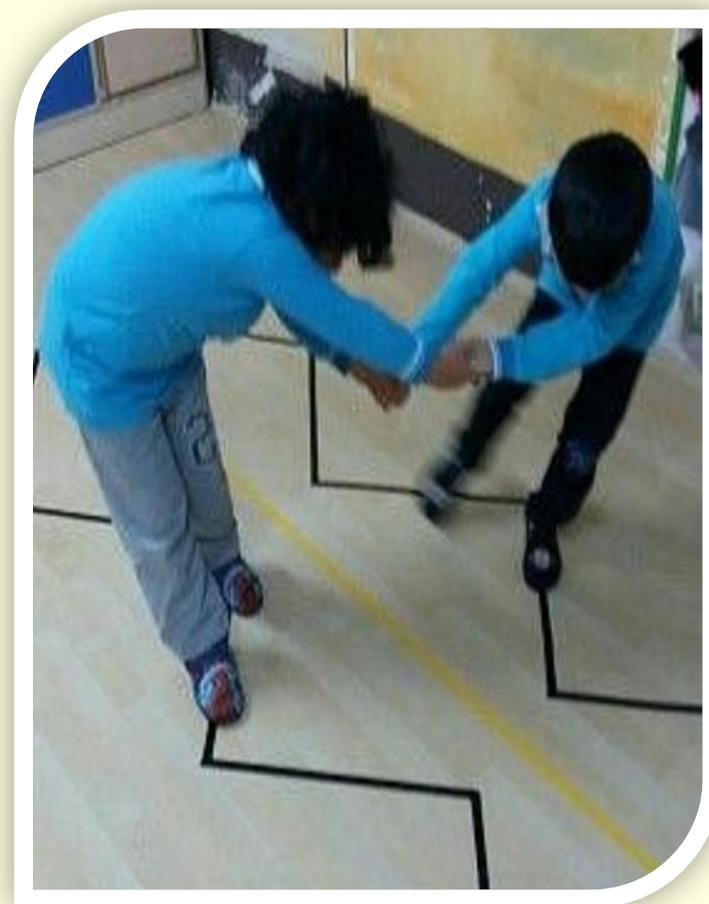
*В дверных проёмах можно укрепить тренажёр
«Попади в цель», «Крестики – нолики»*



Коррекционный тренажер

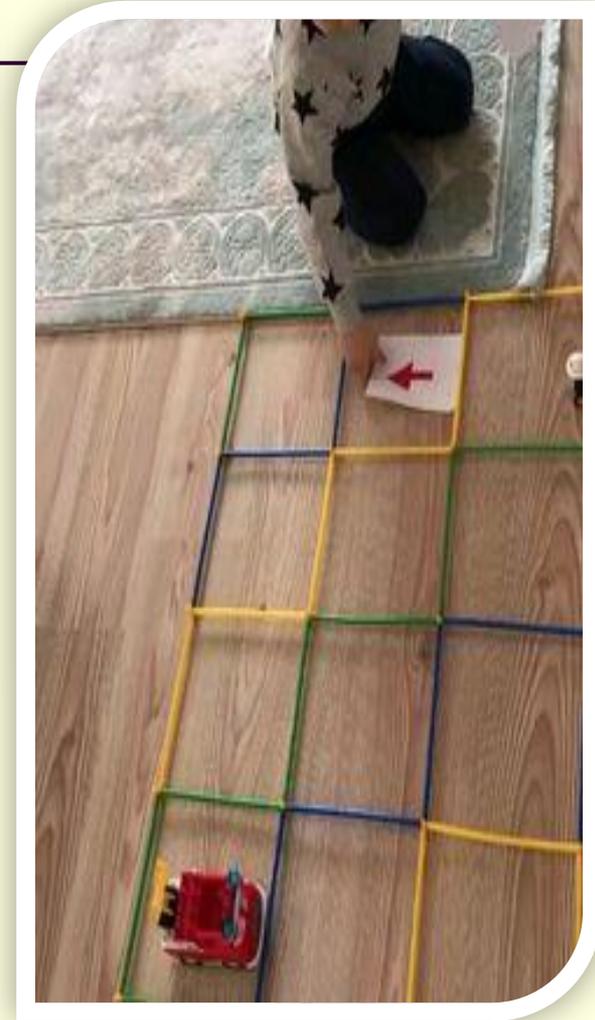
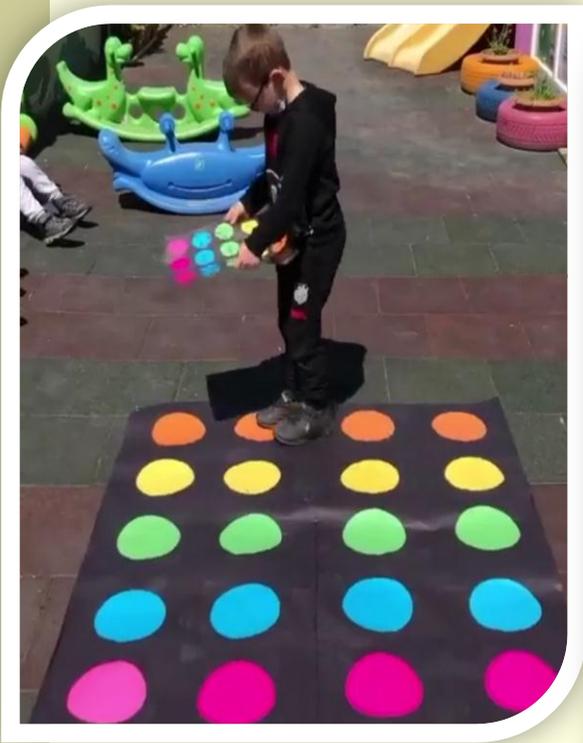


Яркой изолентой сделать разметку для игр.

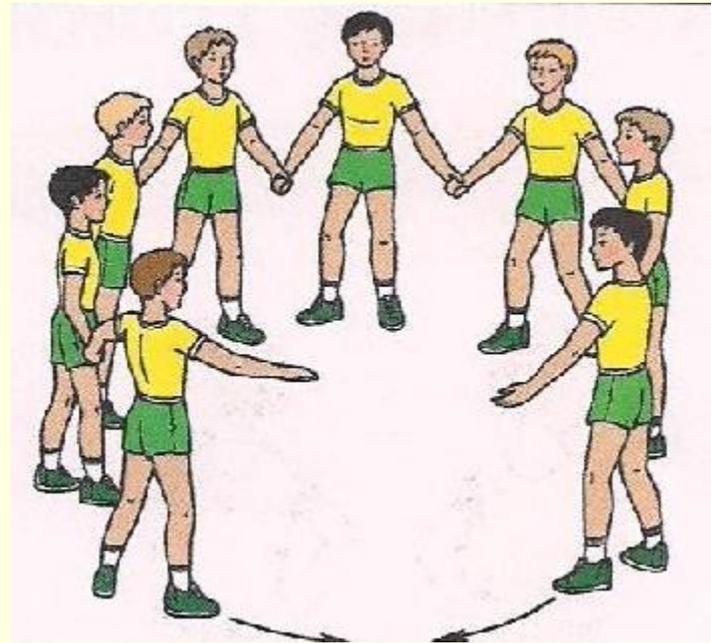


Тренажер на развитие дыхания

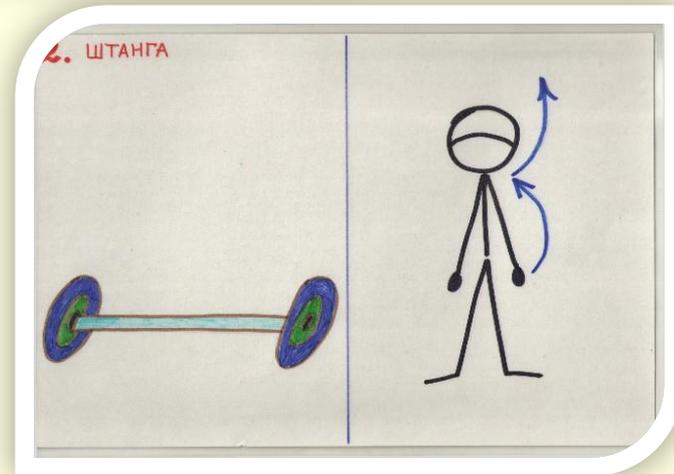
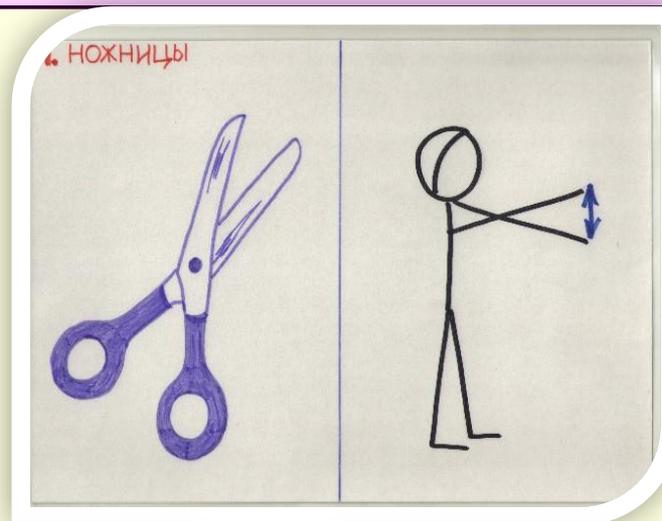
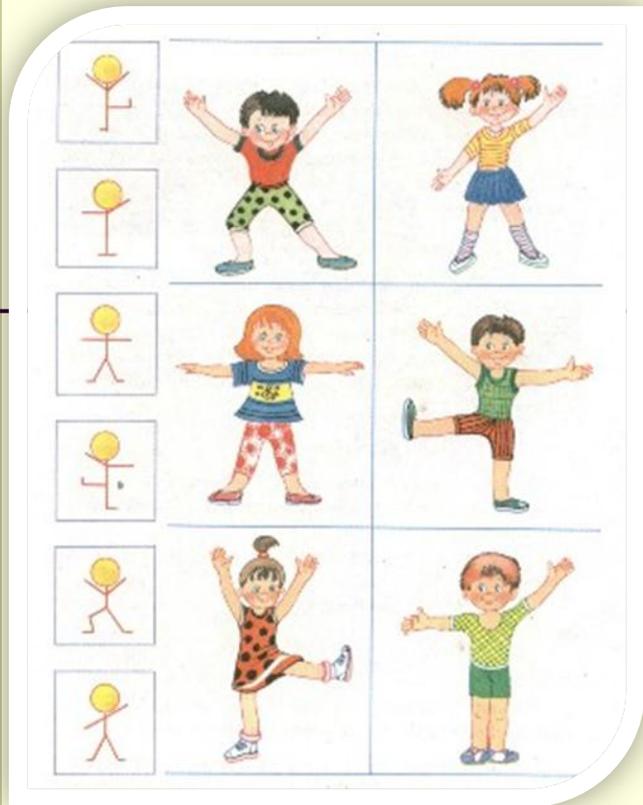




*Для детей-
карточка строевых упражнений
(в виде картинок)*



Для детей карточки-схемы О.Р.У.

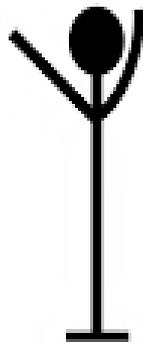


Для детей - Алфавит телодвижения

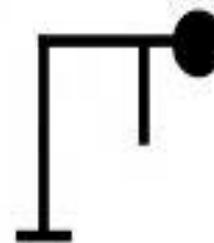
А



У



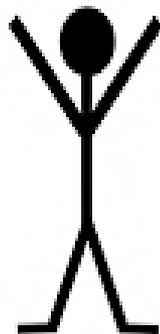
П



Б



Х



В





Дидактические и настольные игры для ознакомления детей с видами спорта

<https://vk.com/logozan>

НАЗОВИ СПОРТСМЕНОВ

<https://vk.com/logozan>

Пёсик занимается
боксом



БОКСЁР

Львёнок занимается
теннисом



ТЕННИСИСТ



Иллюстрированный материал, для ознакомления детей с видами спорта

бег



прыжки с шестом



баскетбол



плавание



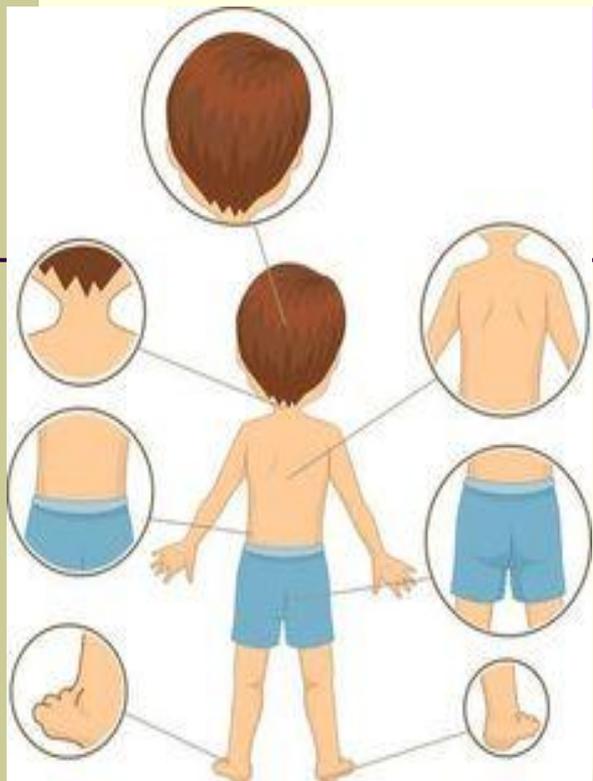
тяжёлая атлетика



фехтование



Валеология





Должно быть (ст.гр.)

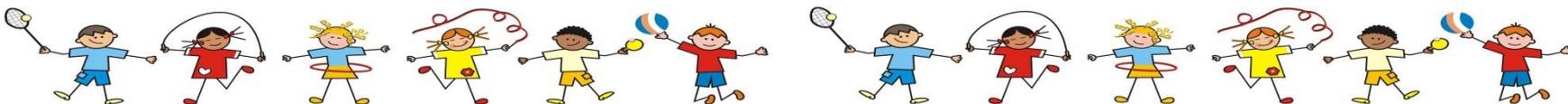
- Маски, ленточки на кольцах,
- мячи разного диаметра, мячи-ёжики,
- кубики, обручи, гимнастические палки, кегли, гантели;
- дорожки здоровья,
- коврики для массажа,
- бубен,
- массажёры,
- мешочки с песком (200гр),
- шнуры или верёвочки,
- дуги для подлезания,
- детские варежки для массажа и самомассажа.
- Дидактическая игра «Мой организм».
- Коврик с разметкой для игры в «классики»; кольцебросы; городки; теннисные ракетки, воланчик; шашки;
- Дидактические игры: «Мой организм».





Должно быть (под.гр.)

- Кегли пластмассовые; гантели пластмассовые; скакалки, гимнастические палки; штанга самодельная; шнуры или веревочки; султанчики;
- мешочки с песком (200гр); флажки; бубен; желуди и шишки;
- мячи большие и маленькие, обручи,
- дуги для подлезания;
- мячи массажные; коврики массажные; доска ребристая;
- ленты на кольцах;
- платочки;
- кубики;
- маски; раскраски о ЗОЖ; пособие для развития речевого дыхания.
- Игры: настольный футбол, настольный хоккей.
- Коврик с разметкой для игры в «классики»; «Резиночка»; кольцебросы; городки; теннисные ракетки, воланчик; шашки;





Для воспитателя.

- *Карточки дыхательной гимнастики*
- *Карточка пальчиковой гимнастики*
- *Карточка гимнастики пробуждения*
- *Карточка гимнастики для глаз*
- *Карточка подвижных игр*
- *Карточка речевок для утренней гимнастики.*





Для воспитателя картотека подвижных игр (ст.гр.)

Игры с ходьбой и бегом: «Мышеловка» «Мы веселые ребята» «Ловишки» «Карусель» «Гуси - лебеди» «Затейники» «Сделай фигуру» «Караси и щука» «Перебежки. Кто скорее к флажку?» «Кто сделает меньше шагов?» «Пробеги тихо» «Поспеши, но не урони» «Парный бег» «Встречные перебежки» «Хитрая лиса»

■ **Игры с лазанием:** «Кто скорее до флажка?» «Медведи и пчелы» «Пожарные на учении»

Игры с метанием, бросанием и ловлей мяча: «Охотники и зайцы» «Брось за флажок» «Попади в обруч» «Сбей кеглю» «Сбей мяч» «Школа мяча» «Мяч водящему»

Игры с прыжками: «Не оставайся на полу» «Удочка» «С кочки на кочку»

Игры малой подвижности: «Кто летает?» «Свободное место»

■ **Элементы спортивных игр:** Бадминтон





Для воспитателя картотека подвижных игр: (под. гр)

Игры с ходьбой и бегом: «Перемени предмет» «Жмурки»

«Два Мороза» «Совушка» «Ловишки в кругу» «Ловишка, бери ленту» «Ловишка, ноги от земли» «Догони свою пару» «Горелки» «Чье звено скорее соберется?» «Кто скорее докатит обруч до флажка?» «Веселые соревнования» «Не намочи ног»

■ **Игры с лазанием:** «Ловля обезьян» «Перелет птиц»

Игры с метанием, бросанием и ловлей мяча: «Кого называли тот и ловит» «Стой!» «Поймай мяч» «Охотники и утки» «Школа мяча»

Игры с прыжками: «Лягушки и цапля» «Попрыгунчики - воробушки» «Волк во рву»

Игры малой подвижности: «Стоп» «Найди и промолчи»

Элементы спортивных игр: Городки, Настольный теннис, Бадминтон



Важно помнить:

- *-во-первых, чем больше пособий и оборудования, тем больше ребятшек можно одновременно включить в процесс выполнения движения.*
- *-во-вторых, чем разнообразней оборудование, тем больше двигательных навыков, реакций, умений формируется, осваивается в процессе выполнения задания.*
- *-в-третьих, использование разнообразного оборудования способствует не только*
- *удовлетворению двигательной активности ребенка, но и влияет на его всестороннее развитие.*



В-О-Т
ТАКУЩЕЕ СПАСИБО

