

Спортивный уголок в каждый дом



Лобанцева Татьяна Вячеславовна

Студентка группы №12 БПОУ
ВО «Сокольский педагогический
колледж»

Наверное, ничто не заботит современных родителей более, чем проблема развития их любимых детей.

Скупая целые кипы соответствующей литературы, целые полки всевозможных развивающих игрушек, отправляя малыша на всевозможные занятия, мы хотим одного: сделать все возможное для того, чтобы маленький человек рос гармонично развитым и счастливым.

Как и древние греки, мы осознаем, что счастливым и гармоничным ребенок никогда стать не сможет, если не будет развивать свое тело и не будет осваивать разнообразные физические упражнения.

И сами малыши, подсознательно чувствуя это, испытывают желание двигаться.

И тогда родители должны задуматься над приобретением спортивного оборудования, которое смогло бы помочь их ребенку правильно и безопасно выполнять разнообразные физические упражнения в домашних условиях: лазать, качаться, карабкаться и прыгать.

Физическое воспитание дошкольников – сложный процесс.

Усвоение техники выполнения физических упражнений осуществляется на специально организованных физкультурных занятиях.

В дальнейшем ребенок использует эти движения в повседневной жизни, в самостоятельной деятельности.

Самый эффективный обучающий и развивающий процесс для ребенка всегда - игра.

И спортивные тренировки для малышей должны проводиться именно в этой форме.

Дети способны не один раз в день обращать внимание на тот или иной спортивный снаряд и «между делом», в процессе игры или просто так выполнять полезные упражнения.



Оборудованный в детской комнате спортивный уголок – совсем не роскошь, а необходимость.

Основой любого спортивного уголка, конечно, является **шведская стенка с турником, качелями, канатом и т.п.** – то есть то, что принято называть **детским спортивным комплексом.**

Все детские спортивные комплексы, в основном, подобны по принципам построения конструкции и исполнению, но различаются по конфигурации и комплектации.

Но, какую бы модель Вы бы ни выбрали, одним из основных критериев для принятия окончательного решения должно служить качество и надежность крепления детского спортивного комплекса.

Опоры конструкции должны выдерживать не только статическую, но и динамическую нагрузку (например, когда ребенок прыгает и резко повисает на турнике).

Каким же может быть этот спортивный уголок?

Обычно особым вниманием
детей всех возрастов
пользуются кольца, трапеция,
тарзанка,
сеть для лазания и качели.



Если в семье растет один ребенок – ему вполне будет достаточно Г- или Т-образной конструкции – она не займет много места. Если площадь позволяет и, особенно, если в семье несколько детей, во избежание конфликтов лучше приобрести многоопорный комплекс. Вариантов множество – от небольших Т-образных конструкций до многоопорных моделей с несколькими шведскими стенками, канатами и турниками.





Приобретая детский спортивный комплекс стоит особенно позаботиться о безопасности занятий.

Современные производители предлагают защитные маты из различных материалов, любых размеров и расцветок. Так что целостность любого интерьера не будет нарушена добавлением такого важного предмета.

К тому же, в зависимости от потребностей, предпочтений и целей тренировок можно подобрать и материал, из которого будет выполнен Ваш спорткомплекс.

На современном рынке широко представлены детские спортивные комплексы, произведенные и из металла, и из дерева.

Считается, что металлические спорткомплексы выдерживают большую нагрузку. Ступени таких комплексов достаточно тонки – за них удобно хвататься детским ладошкам. К тому же богатство цветовых решений позволят подобрать комплекс, гармонично сочетающийся с интерьером именно Вашей детской комнаты.

Для тех, кто предпочитает экологический стиль, предлагаются деревянные комплексы, которые дарят ребенку тепло и красоту натурального материала.

Ступени деревянной шведской стенки более толстые – это полезно для выполнения упражнений по профилактики плоскостопия.

Спасибо за
внимание!

