

*Спортивное оборудование и
инвентарь как средство
физического воспитания в ДОУ*

*Выполнил студент 331
группы: Гафаров Данил*

Задачи ДОУ:

- *Охранять и укреплять здоровье детей.*
- *Формировать навыки к здоровому образу жизни.*
- *Обучить их доступным двигательным умениям и навыкам.*
- *Привить детям интерес к физической культуре и спорту.*

Важным направлением в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованная предметно-пространственная среда, прежде всего это двигательная предметно-развивающая среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой, функциональной.

Для этого в нашем саду я использую крупный и мелкий спортивный инвентарь (стойки для прыжков, гимнастические стенки, скамьи, мячи, скакалки и пр.). Без них нельзя научить детей правильному выполнению движений. Кроме того, использование спортивного инвентаря повышает интерес детей к физическому воспитанию.

Занятия со спортивным инвентарем направлены на развитие движений, совершенствование двигательных навыков и физических качеств (ловкость, гибкость, выносливость, сила, координация)

Использование спортивного инвентаря во всех формах двигательной активности детей

Физкультурные занятия

Мониторинг

Физкультминутка

Утренняя гимнастика

Подвижные игры и физические упражнения на прогулке

Физкультурные праздники и досуги

Прогулки-походы

Самостоятельная двигательная деятельность

Гимнастическая (шведская) стенка

- Профилактика плоскостопия и сколиоза.
- Развитие координации, гибкости, ловкости и силы



Гимнастическая скамейка

Упражнения на скамейках развивают и совершенствуют силу мышц, гибкость, подвижность суставов, быстроту мышечных сокращений, координацию, ловкость, умение регулировать напряжение и расслабление отдельных групп мышц.



скакалки

- Развивают координацию.
- Укрепляют мышцы стопы.
- Способствуют развитию воображения.



Мячи разных диаметров

- Развивают координационные способности.
- Способствуют формированию правильной осанки, скоростно-силовых способностей.
- Помогают восстановлению с использованием самомассажа, лечению плоскостопия.
- Развивают ориентировку в пространстве, глазомер, ловкость, быстроту реакции, регулируют силу и точность броска;
- Нормализуют эмоционально-волевую сферу.

Теннисные



Мячи больш. размера



Хопы и фитболы

- Развивают чувство равновесия, координацию движений.
- Помогают развивать и укреплять мышцы спины, живота, ног и рук
- Помогают формировать правильную осанку детей.
- Тренируют вестибулярный аппарат.
- Избавляют от стрессов и снимают нервное напряжение.



кубики разной величины

- Развивают чувство равновесия, координацию движений.



обручи

- Укрепляет мышцы брюшного пресса и мышцы спины.
- Способствует развитию гибкости, силы.



Дорожка здоровья

- Профилактика плоскостопия (укрепляет мышцы стопы).
- Способствует развитию равновесия.



туннели

Развивает координацию движений, ловкость, смелость, умение лазать на четвереньках, опираясь на ладони и колени в замкнутом пространстве и ориентироваться в нем.



доски

- Профилактика плоскостопия.
- Способствует устойчивому равновесию.



Бруски, кегли

- *Способствует развитию ловкости, координации.*



Баскетбольные кольца и щиты для метания

- Способствуют развитию глазомера, меткости, силы.
- Развивают мышцы рук, спины, живота и ног.



**«Чтобы сделать ребенка умным и
рассудительным, сделайте его
крепким и здоровым»**

Жан Жак Руссо



Спасибо за внимание!