

Рекомендации для педагогов по наполнению физкультурного уголка в группе

Массажная дорожка

Использовать для массажа ступней, ходьба с целью профилактики плоскостопия. Цель: стимулирует работу внутренних органов. Развивает координацию движений, равновесие.

Материалы: Резиновый коврик, деревянные палочки, камушки, пуговицы, поролон.

Разноцветные ручейки

Можно использовать для прыжков через «ручей», для ходьбы по «дорожке» (по узкой по широкой).

Цель: Упражнения развивают координацию движений, прыгучесть, ловкость, укрепляют мышцы ног.

Материалы: Линолеум, деревянные палочки, пластмассовые палочки

Классики

Цель: Упражнения развивают координацию движений, прыгучесть, ловкость, укрепляют мышцы ног.

Материал: плотная ткань – на ней изображены геометрические фигуры, внутри тонкая прослойка поролона.

Можно использовать в различных упражнениях с прыжками. Прыжки – как в классиках, через классики; бег вокруг, змейкой; перешагивание.



Дорожка следов

Использовать для массажа ступней, ходьба с целью профилактики плоскостопия.

Цель: стимулирует работу внутренних органов. Развивает координацию движений, равновесие.

Материалы: Клеенчатый коврик, следы от рук и ног сделанные из разного материала

Разноцветные ручейки

Используются для прыжков через «ручей», для ходьбы по дорожке.

Цель: развивает координацию движений, прыгучесть, ловкость. Укрепляет мышцы ног.

Материалы: Полоски линолеума, крышки от пластмассовых бутылок

Разноцветные пенечки

Можно использовать на занятиях для перешагивания, бега змейкой.

Цель: развивает координацию движений.

Капсулы от киндера – сюрпризов



Капсулы от киндер-сюрпризов, крышки от бутылок – применяются для развития мелкой моторики; используются в аттракционах «Кто быстрее соберет», «Собери зерно», а также для профилактики плоскостопия (дети садятся вокруг обруча, опираясь о руки или локти, и пальцами ног собирают предметы).



Мешочки для метания

Используются для развития силы рук, профилактики нарушений осанки, для ОРУ, для метания вдаль, в горизонтальную и вертикальную цель;
Материал: искусственная кожа, наполнены крупой или песком по 150-200 гр.

Шишки

Используются на праздниках и развлечениях. Применяются для развития мелкой моторики; используются в аттракционах «Кто быстрее соберет», «Чья команда

быстрее».

Баранки

Используются для ОРУ, для выступления на праздниках.

Материал: бобины от скотча и обклеены цветной бумагой и пленкой.

Цветные жгуты

Использование: в общеразвивающих упражнениях.

Цель: развивать общую координацию движений.

Материал: разноцветные тряпки или разноцветные колготки.

Набивные мячи

Использование: Ходьба змейкой между мячами, толкание мяча головой перед собой, перешагивание через мячи.

Цель: развивает координацию движений, глазомер, ловкость, умение играть в паре, положительные эмоции.