

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №1» города Сорочинска**

**Обобщение опыта работы МАДОУ «Детский сад №1» по теме:  
«Развивающая предметно-пространственная среда  
для физического развития и формирования основ  
здорового образа жизни у детей дошкольного  
возраста»**

**Выступила:  
воспитатель  
Емельянова А.Н.**

**2018год**

В ДОУ созданы необходимые условия для физического развития и формирования основ здорового образа жизни воспитанников. Материально-техническое обеспечение включает в себя требования охраны жизни и здоровья воспитанников:

- соответствие состояния и содержания территории, здания и помещений дошкольного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной и электробезопасности, требованиям охраны труда воспитанников;

- оснащенность физкультурного зала необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;

- наличие в помещениях, в которых осуществляется организованная образовательная деятельность здоровьесберегающего оборудования (зрительные тренажеры, приборы, улучшающие качество окружающей среды, аэроклиматические установки, оборудование, позволяющие удовлетворить потребность воспитанников в движении), используемого в профилактических целях.

Целесообразный подбор и рациональное использование физкультурного оборудования в процессе оптимизации режима двигательной активности детей в условиях детского сада способствует развитию двигательной сферы детей, их всестороннему развитию (таблица 11).

Таблица 11 – Набор физкультурного оборудования для физкультурного (музыкального) зала

<b>Тип оборудования</b>	<b>Наименование</b>	<b>Размеры, масса</b>	<b>Кол-во</b>
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансиры разного типа		2
	Бревно гимнастическое напольное	Длина 240 см Ширина верхней поверхности 10 см Высота 15 см	2
	Доска гладкая с зацепами	Длина 250 см Ширина 20см Высота 3 см	2
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см	2

	Дорожка-балансир (лестница веревочная напольная)	Длина 23 см Ширина 33 см Диаметр реек 5 см	1
	Дорожка-змейка (канат)	Длина 200 см Диаметр 6 см	2
	Коврик массажный	75 x 70 см	5
	Куб деревянный малый	Ребро 20 см	5
	Модуль мягкий (комплект из 6-8 сегментов)		3
	Скамейка гимнастическая	Длина 200-300 см Ширина 24 см Высота 25, 30, 40 см	3
Для прыжков	Батут детский	Диаметр 100-120 см	2
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы		2
	Диск плоский	Диаметр 23 см Высота 3 см	10
	Дорожка-мат	Длина 180 см	1
	Козел гимнастический	Высота 65 см Длина 40 см Ширина 30 см	1
	Конус с отверстиями		10
	Мат гимнастический складной	Длина 200 см Ширина 100 см Высота 7 см	1
	Мат с разметками	Длина 190 см Ширина 138 см Высота 10 м	2
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	5
	Мишень навесная	Длина 60 см Ширина 60 см Толщина 1,5 см	2
	Мяч средний	10-12 см	10
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,5 кг, 1,0 кг	по 10
	Мяч для мини-баскетбола	18-20 см	5
	Мяч для массажа	Диаметр 6-7 см, 10 см	по 5
	Комплект для детских спортивных игр (сумка)		1
Для ползания и лазанья	Дуга большая	Высота 50 см, Ширина 50 см	5
	Дуга малая	Высота 30-40 см, Ширина 50 см	5
	Канат с узлами	Длина 230 см Диаметр 2,6 см Расст. между узлами 38 см	1
	Канат гладкий	270-300 см	2
	Лестница деревянная с зацепами	Длина 240 см, Ширина 40 см Диаметр перекладин 3 см Расст. между перекл. 22-25 см	1
	Лабиринт игровой (6 секций)		1
	Лестница веревочная	Длина 270-300 см Ширина 40 см Диаметр перекладин	2

		3 см	
	Стенка гимнастическая деревянная	Высота 270 см Ширина пролета 75, 80, 90 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Тренажеры простейшего типа: детские эспандеры, диск "Здоровье", гантели, гири		По 10
	Кольцо плоское	Диаметр 18 см	10
	Кольцо мягкое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	20
	Массажеры разные: "Колибри", мяч-массажер, "Кольцо"		По 5
	Мяч малый	6-8 см	10
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 0,3 кг,	10
	Обруч малый	Диаметр 54-60 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Ролик гимнастический		10

В групповых помещениях оборудованы центры физкультуры и здоровья, главной задачей, которых является укрепление и сохранения здоровья, предупреждение утомляемости и развитие основных движений, в том числе в самостоятельной двигательной деятельности. Оборудование: горка, сухой бассейн, маты, мячи разного размера, обручи разного диаметра, скакалки, кегли, гантели, массажные дорожки и мячи, мини-баскетбол, напольный кольцеброс, мешочки для метания.

*Содержание «Уголков Здоровья»:*

- кукла-девочка, кукла-мальчик (для изучения лица, одежды мальчика и девочки в сравнении);
- набор лиц человека, изображенных с разной мимикой (для фланелеграфа);
- сюжетные картинки с изображением действий ребенка;
- блокнот с набором пословиц, поговорок, загадок, стихов о человеке, о здоровье и т.д.;
- шаблоны фигурок детей, взрослого человека;
- наборы иллюстраций: о девочке - девушке - женщине - бабушке; о мальчике - юноше - мужчине - дедушке;

- пластмассовые фигурки девочки и мальчика для изучения основных частей тела;

- альбом фотографий каждого ребенка от новорожденного до 3-4-летнего возраста;

- дидактические игры: «Угадай, кто это?» (по частям лица, головы угадать мальчика, девочку, тетю, дядю) «Собери фигуру человека», «Угадай на ощупь», «Найди правильную осанку и опиши её», «Удивительное лицо» (мимика).

- ростомер, «Стена здоровья» (пространство стены без плинтуса шириной 50 см);

- спортивное оборудование: мячи разного размера и материала, обручи;

- самодельные пособия для коррекции зрения (жуки, бабочки, елочки на палочке);

- пособия для развития дыхания (снежинки, бабочки на ниточках).

*Мультимедийное оборудование:* проекционный экран, мультимедийный проектор, слайд-проектор

*Видео-аудио-библиотека:* «Колыбельная», муз. С. Разаренова; «Елочка», муз. М. Красева; «Подснежники», муз. В. Калинникова; «Лесные картинки», муз. Ю. Слонова; «Зима», муз. В. Карасевой, сл. Н. Френкель; «Наша елочка», муз. М. Красева, сл. М. Клоковой; «Маме песенку пою», чуж. Т. Попатенко, сл. Е. Авдиенко; Мультфильм «Апельсин», презентация «Море»

Все оборудование является безопасным и эстетически привлекательным. В группах созданы условия необходимые для самостоятельной двигательной активности детей: предусмотрена площадь, свободная от мебели и игрушек.

На территории дошкольной организации группы имеют отдельные участки с верандой. Летом обустраиваются спортивные дорожки для перешагивания, лесенки для шагания. В зимний период, совместно с

родителями, возводится зимний мини-городок с горкой, лабиринтом, снежными валами и конструкциями для перешагивания.

Имеется оборудованная летняя спортивная площадка.

В зимний период строятся горки, ледяные дворцы, которые могут использоваться для игр и выполнения двигательно-игровых заданий.

Также педагогами ведется творческая работа по созданию нетрадиционного физкультурно-оздоровительного оборудования для организованной, совместной и самостоятельной деятельности.

Нестандартное оборудование— это всегда дополнительный стимул физкультурно-оздоровительной работы. Поэтому оно никогда не бывает лишним.

Спортивно-игровое нестандартное оборудование призвано содействовать решению, как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и решению задач их всестороннего развития и формирования личности, а именно:

- обогащать знания о мире предметов и их многофункциональности;
- приучать ощущать себя в пространстве, ориентироваться в нем;
- создать условия для проявления максимума самостоятельности, инициативы, волевых усилий;
- приучать применять предметы спортивно – игрового нестандартного оборудования в самостоятельной деятельности;
- пробуждать интерес к спортивным играм, занятиям, расширять круг представлений о разнообразных видах физкультурных упражнений, их оздоровительном значении.

Именно использование нетрадиционного физкультурного оборудования позволяет:

- 1)Повысить интерес детей к выполнению основных движений и игр.
- 2)Развивать у детей наблюдательность, эстетическое восприятие, воображение, зрительную память.
- 3)Развивать чувство формы и цвета.

4) Способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.

Представленное оборудование сделано руками педагогов нашего ДОУ при активном включении в творческий процесс воспитанников старшего возраста и их родителей.

### «Гантели»

Материал: пластиковые бутылки, деревянная палочка для соединения бутылок между собой, цветной скотч или изолента, горох (или другой материал для их наполнения).



Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом, для развития силы рук, воспитывать любовь к спорту.

### «Султанчики»

Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом, подвижных игр.

Варианты использования: массаж ладоней (вращение ствола карандаша между ладонями, массаж кончиков пальцев, массаж тыльной стороны и внутренней стороны ладони).



### «Бильбоке»

Материал: пластиковые бутылки, шнурок, капсулы от шоколадных яиц, нитки, изолента, маркер.

Задачи: развивать глазомер, координацию мелких движений, тренировать предплечье и кисти рук.

Варианты использования: дети подбрасывают капсулу вверх и бутылочкой ловят ее.

Если поймали — молодцы!



### «Спортивные кубики»

Изготовлено из пластмассовых кубиков, бумаги с силуэтами человека, выполняющего различные упражнения.

Способствует укреплению мышц тела, развитию общеразвивающих упражнений, внимания, координации движений, быстроты реакции.

Варианты использования: в самостоятельной игровой деятельности, организованной образовательной деятельности, для работы дома с родителями.



### «Попади в корзину»

Цель: развитие ловкости, навыки точного попадания в цель.



### «Чудо-сачок»

Цель: развитие ловкости, навыки точного попадания в цель.

*«Волшебное ведёрко»*

- цель для метания и сбора мячей.



*«Волшебные колечки»*

Задачи: учить выполнять ОРУ с предметом, развивать ловкость, координацию движений, использовать в ОВД, подвижных играх

Материал: капсулы от шоколадного яйца, шнур, шило.

*«Ленточки»*

Материал: разноцветные ленты, колечки



### «Стойки»

Материал: труба от линолиума, краска

Задачи: учить детей перешагивать, перепрыгивать, пробегать через предметы.

Для продвижения правым и левым боком, прямо; для метания, перебрасывания, прокатывания мячей и игры в футбол, для ориентира.

Для продвижения правым и левым боком, прямо; для метания, перебрасывания, прокатывания мячей и игры в футбол, для ориентира.



### «Кольцеброс»

Материал: пласмасовые бутылки, обклеенных цветной изолентой.

Цель: развивает мелкую моторику, глазомер, координацию движений.



### «Моталочки»

Материал: деревянные и мягкие игрушки, тесьма и палочка

Задачи: развивать мелкую моторику пальцев рук и ловкость.

### *«Массажеры»*

Материал: капсулы от шоколадных яиц, ручки от 5 литровых бутылок, шнур, шило; рукавички или перчатки, бусинки и пуговицы  
Задачи: укреплять мышцы спины, груди и ног.



### *«Массажные дорожки»*

Материал: изготовлены из плотной ткани, цветных крышечек из под соков, растительного масла, молока, кефира.

Задачи: осуществлять профилактику плоскостопия; укреплять иммунитет; развивать внимание, мышление, сообразительность.



### «Солнышко»

Помогает в развитии мелкой моторики рук, учит детей действовать по сигналу. Дети с удовольствием раскручивают и закручивают солнечные лучики.

Развитие у детей навыка ползания, тренировка вестибулярного аппарата, укрепление мышц туловища и конечностей.

Воспитание правильной осанки, внимания.

Использование: режимные моменты, закаливание после дневного сна, на физкультурных занятиях, индивидуальная работа с детьми.

Основные движения: тренировка пальцев, развитие выносливости мышц, улучшение гибкости позвоночника, ползание, перешагивание, прыжки, прокатывание мяча.



### «Лыжи-сороходы»

Материал: изготовлены из пастмасовых бутылок, которые покрашены, и деревянные палки.

Для развития координации движений, физических качеств при выполнении скользящих движений.



### «Ходунки»

Материал: изготовлены из деревянных брусков, которые покрашены, и бельевой веревки.

Варианты использования: предназначены для выполнения основных видов движения, для развития координации движения, для самостоятельной игровой деятельности.



### «Бадминтон»

Знакомство детей с элементами бадминтона, учить правильно держать ракетку для игры в бадминтон, подготовительные упражнения для игры, учить координировать свои движения, ловкость, сообразительность.

Ракетки в бадминтоне легкие и с ними свободно справляются дети. Игра в бадминтон положительно влияет на зрение.

### «Волшебный колпак»

Материал: обруч, ткань.

Используется для организации и проведения сюрпризных моментов в ходе проведения утренников и развлечений для детей дошкольного возраста.

Игра «Угадай, кого накрыли»

Дети передвигаются в рассыпную. По команде приседают, закрывают глаза. Воспитатель накрывает одного из детей колпаком. Дети открывают глаза, угадывают, кто накрыт.





### «Шнуры»

Использование: для упражнений в равновесии, перешагивании, выполнения ОРУ.

Задача: развитие гибкости, ловкости, координации движений, равновесия.



### «Классики»

Для развития координации движений и ознакомления с цифрами.

### «Попади в цель»

Материал: Плотная ткань, с вырезанными отверстиями (кругом), мяч.

Развитие: Глазомер, внимание, быстроту реакции, ловкость рук, координацию движение.

Использование: Для бросания и попадания в цель.



### «Дыхательный тренажер»

Материал: зонтик, бумажные бабочки

Задачи: учить детей правильному дыханию

Цель: развивать дыхательную мускулатуру, координацию движений, вырабатывать правильное ритмичное дыхание.



Подвижная игра «*Твистер*»  
Водящий бросает кубик и, называя игрока, говорит на какой цвет ставить ногу или руку, все игроки на скорость выполняют это задание. Занимать можно только свободный круг. Если все круги этого цвета заняты, ведущий бросает кубик ещё раз. Принятую позу нужно сохранять до объявления следующего хода. Игрок, потерявший равновесие или локтем/коленкой коснувшийся пола, выбывает из игры.

«*Мишени*»

Цель: развивать меткость.

Материалы: картон, самоклеящаяся цветная бумага.

«*Попади в мишень*»

развивать навыки попадания в цель, глазомер, ловкость, координацию движений; укреплять мелкую мускулатуру кистей рук.

Упражнения: метание предметов в цель.

