

Исходя из требований ФГОС, отличительной чертой в комплектации физкультурного уголка для детей подготовительных групп должно являться:

- содержательная насыщенность, необходимые и достаточные материалы для всех видов детской деятельности;
- гибкость игрового пространства, полифункциональность среды и игровых материалов (наличие предметов-заместителей);
- вариативность наличие материалов и оборудования, для свободного выбора детей;
- периодическая сменяемость игрового материала, доступность игровых материалов, возможность использовать все элементы среды.

Цель физкультурного уголка: обеспечение и регулирование уровня двигательной активности детей в режиме дня.

Задачи физкультурного уголка:

- приобретение двигательного опыта и физических качеств: координации и гибкости;
- правильное формирование опорно-двигательной системы организма;
- развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук;
- закрепление навыка выполнения основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Задача воспитателя:

1. Создать разнообразную физкультурно-игровую среду, направленную на оптимизацию двигательной активности.
2. Обогащать детей элементарными знаниями о многообразии подвижных игр и физических упражнений.
3. Развивать двигательные качества и способности (быстрота, ловкость, координация, гибкость, выразительность движений).
4. Поощрять двигательное творчество детей.
5. Формировать основы здорового образа жизни в семье и детском саду.

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 спальняй 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.

Подготовительная к школе группа.

Задачи образовательной деятельности.

- Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
- Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
- Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость- координацию движений.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Наименование оборудования для двигательной деятельности детей.

Назначение оборудования	Наименование	Размер, масса	Кол-во (рекомендуемое)
-------------------------	--------------	---------------	---------------------------------

Для игр и упражнений с прыжками	Обруч большой	100 см.	1 шт.
	Обручи средние	60-70 см.	4 шт. разных цветов
	Шнур плетеный	100 см.	5 шт.
	Мини-мат		При наличии
	Скакалка длинная	3 м.	1 шт.
	Скакалка короткая	150 см.	5-7 шт.
	Куб деревянный (спрыгивание с высоты)	Ребро 30-40 см.	1 шт.
	Кирпичики деревянные или пластмассовые (перепрыгивание)	Высота 15-20 см.	5-6 шт.
Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием	Мячи разного размера	Диаметр 15 см. 20 см. 25 см.	По 3 шт.
	Кольцеброс		1-2 шт.
	Корзина для заброса мячей	Расстояние 3,5-4 м.	1 шт.
	Вертикальная мишень	Высота 2,2 м. Расстояние 3,5-4 м.	1 шт.
	Кегли (набор)		1 шт.
	Набивные мешочки	150-200 гр.	10 шт.
Для ползания и лазания	Дуга	Ширина 60-70 см. Высота 40-50 см	1 шт.
Для равновесия	Набивные мешочки	500 гр.	3 шт.
Для общеразвивающих упражнений	Колечко с лентой	Длина 50 см	20 шт.
	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см.	10 шт.
	Платочки		10 шт.
	Флажки		20 шт.
	Кубики маленькие	Ребро 4-5 см.	10 шт.
	Косички	Длина 50- 60 см.	10 шт.
	Султанчики		10 шт.
	Гимнастическая палка	71 см.	10 шт.
Для профилактики плоскостопия и развития	Колечко резиновое	Диаметр 5-6 см.	10 шт.
	Мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы		не менее 5 шт.

мелкой моторики рук	Коврики и массажные		5-6 шт.
	Бросовой материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног		Не менее 10 шт.
	Рукавички для самомассажа	Размер детской руки	Индивидуально для каждого ребенка по 1 шт.
	Доска с ребристой поверхностью	длина 150 см. ширина 20 см. высота 4 см.	1 шт.
Атрибуты к подвижным играм	Шапочки, маски, бумажные стрелы, самолетика.		По тематике игр и количеству участников.
Тренажеры для дыхательной гимнастики	Различные вертушки, трубочки, мячики для настольного тенниса, стаканчики и т. д.		Не менее 5 шт.
Игры спортивные (рекомендации по организации спортивных игр смотреть в программе «Детство»)	Городки		1 набор.
	Баскетбол	Кольцо, мяч	1 шт.
	Футбол	Футбольный мяч	1-2 шт.
	Бадминтон	Ракетки и воланы	1-2 набора
	Хоккей.	Клюшки, шайба	4-6 шт. 1-2 шт.
	Настольный теннис	Ракетки и мячики	4 шт.

Теоретический материал

- Картотека подвижных игр (рекомендуемых по программе):
Игры с бегом: «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка - бери ленту», «Совушка», «Чье звено быстрее соберется», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Жмурки», «Два мороза», «Догони свою пару», «Не намочи ноги», «Горелки».
Игры с прыжками: «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».
Игры с метанием и ловлей: «Кто назвал, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».
Игры с подлезанием и лазанием: «Перелет птиц», «Ловля обезьян».
Игры – эстафеты: «Кто скорее через препятствие к флажку», «веселые соревнования», «Чья команда больше мячей забросит в корзину».

- Карточка физкультминуток (подбирается воспитателем);
- Карточка утренних гимнастики (подбирается воспитателем совместно с инструктором по физическому воспитанию);
- Карточка бодрящих гимнастик после сна (подбирается воспитателем).
- Карточка считалок (подбирается воспитателем).
- Карточка дыхательных гимнастик (подбирается воспитателем совместно с инструктором по физическому воспитанию);
- Карточка пальчиковых гимнастик (подбирается воспитателем).

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

Наглядно-дидактические пособия

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь» и т. д.

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня» и т. д.

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта» и т. д.

Методические пособия

Т. С. Грядкина. Методический комплект программы «Детство» (Образовательная область «Физическое развитие»).

Сайкина. Физкульт-привет минуткам и паузам!

Сучкова И.М. Физическое развитие детей 2-7 лет. Развернутое перспективное планирование по программе "Детство".