

Оснащение уголка:

Для игр и упражнений с прыжками

- ✓ Обруч большой 90см,
- ✓ Обручи малые 50-60 см.
- ✓ Шнур короткий плетеный 75см
- ✓ Мини-мат
- ✓ Куб деревянный (спрыгивание с высоты) ребро 25см
- ✓ Кирпичики деревянные или пластмассовые (перепрыгивание) высота 5-10см



Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием



- Мячи разного размера. Диаметр 15 см., 20 см. 25 см
- Кольцерброс
- Корзина для заброса мячей
- Кегли (набор)
- Вертикальная мишень
- Набивные мешочки 150-200 гр.

Для ползания и лазания

Дуги (ширина 50-60 см. высота 40 см)



Для общеразвивающих упражнений

- Колечко с лентой длина 50 см
- Мяч массажный (8-10 см диаметр)
- Пластмассовые шарики диаметр 6-8 см
- Платочки
- Флажки
- Кубики маленькие (ребро 4-5 см)
- Косички (длина 50-60 см)
- Султанчики
- Колечки резиновые диаметр 5-6 см
- Гимнастическая палка 71см



Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук

- Мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т.д.) в разных формах для ходьбы
- Коврики и массажные
- Бросовый материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног
- Доска с ребристой поверхностью. (длина 150 см. ширина 20 см, высота 4 см)
- Рукавички для самомассажа. (Размер детской руки)



Атрибуты к подвижным играм

- Шапочки, маски, бумажные стрелы, самолетик. (по тематике игр и количеству участников)

Тренажеры для дыхательной гимнастики

- ❖ Различные вертушки, трубочки, мячики для настольного тенниса, стаканчики и т. д.



Методический материал

- ✓ Картотека подвижных игр;
- ✓ Картотека физкультминуток (подбирается воспитателем);
- ✓ Картотека утренних гимнастик (подбирается воспитателем);
- ✓ Картотека бодрящих гимнастик после сна (подбирается воспитателем).
- ✓ Картотека считалок (подбирается воспитателем).
- ✓ Картотека пальчиковых гимнастик (подбирается воспитателем).
- ✓ Картотека игр, связанных с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни (рекомендуемые по программе).

Согласно требованиям ФГОС ДО, отличительной чертой в комплектации физкультурного уголка

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;
- безопасность (каждое пособие должно быть прочным, надежным, пригодным для эксплуатации).



Государственное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад №11
Пушкинского района Санкт-Петербурга

**Методические рекомендации
по оснащению
спортивного уголка
в средней группе**



2026г.