

Оснащение уголка:

Для игр и упражнений с прыжками

- ✓ Обруч большой 100см,
- ✓ Обручи средние 60-70 см
- ✓ Шнур плетеный 100см
- ✓ Мини-мат
- ✓ Скакалка длинная 3м
- ✓ Скакалка 150 см короткая
- ✓ Куб деревянный (спрыгивание с высоты) ребро 30-40 см.
- ✓ Кирпичики деревянные или пластмассовые (перепрыгивание) высота 15-20 см
- ✓



Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием



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

Для ползания и лазания

Дуги (Ширина 60-70 см. высота 40-50 см)



Для равновесия



- Набивные мешочки вес 500гр.

Для общеразвивающих упражнений

- Колечко с лентой длинна 50 см.
- Мяч массажный (8-10 см диаметр)
- Пластмассовые шарики
- 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
- Бросовой 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)

Игры спортивные

- ✓ Городки
- ✓ Баскетбол (кольцо, мяч)
- ✓ Футбол (футбольный мяч)
- ✓ Бадминтон (ракетки и воланы)



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 гимнастики (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 старшей группе



2026г.