ГБДОУ детский сад № 36 Кировского района Санкт-Петербурга

*Консультация ст.воспитателя: Талановой Ю.О.*

**Организация ППРС по ОО «Физическое развитие» в младшем дошкольном возрасте.**

**Цель**: Способствовать полноценному и всестороннему развитию и воспитанию двигательной активности у детей, которая оказывает огромное влияние на состояние здоровья и физическое развитие ребенка.  Разнообразить двигательную активность детей с помощью нестандартного оборудования, которое является составной частью общей предметно-игровой среды детского сада.

**Задачи:**

1. Создать условия для активизации двигательной деятельности детей во время их бодрствования, широко используя разнообразные яркие игрушки, предметы, пособия, которые являются стимулом к выполнению ими разных движений.

2. Способствовать развитию волевых усилий, обогащению двигательного опыта, раскрытию их функциональных возможностей.

3. Формирование двигательных навыков с использованием пособий 4.Развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции, а также смелость, решительность и находчивость.

5. Укрепление мышечного корсета и развитие разных групп мышц.

6. Помогать детям с помощью физкультурных пособий добиваться более    четкого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий.

7. Дать знания о свойствах разных предметов и пособий (форме, цвете, весе, качестве материала), познакомить с особенностями движения в пространстве, с направлениями движений.

8. Возможность выбирать интересные и доступные для себя движения с различными пособиями, которые помогут творчески решать двигательные задачи, комфортно ощущать себя в пространстве среди различных предметов и регулировать свою двигательную активность.

9. Предупреждение сколиоза и плоскостопия.

10. Формирование и закрепление правильной осанки.

11. Активизация функций сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

**Требование к оформлению пособий и к подбору оборудования**

1. Участие детей в подготовке пособий к разным видам занятий по физической культуре формирует у них навыки аккуратного и бережного обращения.

2. Разнообразие форм, цвета физкультурного оборудования должно способствовать воспитанию художественного вкуса у детей. Наиболее предпочтительны для окраски оборудования нежные пастельные тона.

3. Целесообразно комплектовать оборудование в соответствии с разными видами движений, физических упражнений, подвижных и спортивных игр. С помощью оборудования и пособий должно обеспечиваться правильное выполнение разнообразных комплексов физических упражнений (общеразвивающих, упражнений в основных видах движений), а также целенаправленное формирование различных физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, скоростных и скоростно-силовых качеств).

4. В комплекты оборудования должны входить самые разнообразные предметы: крупногабаритные (гимнастические скамейки, лестницы, бумы и др.), переносные и стационарные, изготовленные из разных материалов (дерева, резины, пластмассы и т. п.), мелкие (резиновые кольца, мячи, шары, обручи и т.п.).

5. Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду необходимо иметь достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников.

6. Необходимо, чтобы оборудование (размеры, габариты и вес предметов) соответствовало возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Габариты и вес переносного оборудования должны быть соразмеримы с возможностями детей.

**Техническое обеспечение**

1. Обеспечение безопасности детей при его использовании. Каждое пособие должно быть устойчивое и прочное. С целью обеспечения страховки, предотвращения травматизма у детей во время игр в физкультурном уголке необходимо иметь хорошие крепления.

2. Материалы, из которых изготовлено оборудование, должны отвечать гигиеническим требованиям, быть экологически чистыми и прочными.

3.    Магнитофон: диски с музыкой.

**Требования к использованию пособий и оборудования:**

1. Развивать двигательную сферу детей дошкольного возраста через выбор определенных способов их действий, требующих физических усилий и затрат энергии, соотнесения их с габаритами и массой, устойчивостью и другими свойствами используемых предметов.

2. Создавать вариативные и усложненные условия для выполнения различных физических упражнений. (Например, дети преодолевая полосу препятствий, состоящую из разных модулей, совершают множество движений: ходьба и бег по наклонному буму, ползание по гимнастической скамейке, подлезание под дуги, прыжки на батуте и т.д. различными пособиями и предметами (мячом, обручем, гимнастической палкой и т. д.).

3. Важно, чтобы в процессе обучения детей движениям пособия способствовали более быстрому их освоению.

РАЗДЕЛЫ:

1. Подвижные игры

2. Дидактические игры

3. Спортивные игры

4. Общеразвивающие упражнения: физические упражнения, выполняемые у деревянной стенки, упражнения с детскими эспандерами, гимнастической палкой и другими предметами.

5. Основные виды движения

6. Традиционное оборудование:

7. Нетрадиционное оборудование: различные массажеры, мелкие предметы (колечки, палочки, шарики — для захвата пальцами ног),

8. Наглядное пособие (маски, воронки из пластиковых бутылок, изготовление мягких игрушек для развития мелкой моторики, пособия для дыхательной гимнастики). Пособия для различных подвижных игр.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ:**

**Первая младшая группа**

1. Дети третьего года жизни очень активны, стараются действовать самостоятельно, совершая большое разнообразие движений с использованием разных пособий (ходьба по скамейке, лазанье и ползание под столом, стульями, прокатывание шарика, мяча, бросание мяча и различных предметов, ходьба по ограниченной опоре с сохранением равновесия и др.).

2. Самостоятельная двигательная активность детей 2-3 лет связана с обыгрыванием разных предметов и игрушек. Дети тянутся за игрушкой, наклоняются, влезают на куб, прилагают определённые усилия, чтобы достать тот или иной предмет или пособие.

3. Имитационные движения занимают у детей важное место в их самостоятельной деятельности. Можно наблюдать, как ребёнок самостоятельно проявляет свою двигательную активность в играх с образными игрушками. Например, ребёнок с зайчиком прыгает, убегает от волка, подлезает под дуги, прячется в туннеле и т. д.

4. Действия с пособиями достаточно просты, они обычно обыгрывают их. Например, ребёнок берёт обруч, лежащий на полу, садится в него, представляя, что это домик, затем бежит к лисичке и садится вместе с ней. Потом берёт зайку, мишку и т. д. и опять кладёт их в свой "домик" и т. д. Другой ребёнок может использовать обруч в качестве руля автомобиля. Из верёвки, скакалки дети могут также соорудить дом (выложить на полу круг), построить заборчик из гимнастических палок, при этом используя такие действия, как перешагивание, подлезание.

5. Важно педагогу находить рациональное сочетание пособий и движений, не допускать их однообразия.

6. Двух-трехлетние дети любят выполнять поручения взрослых, поэтому чаще надо привлекать малышей к расстановке и уборке пособий. Педагог должен поддерживать интерес детей к разным физкультурным пособиям с помощью внесения новизны в их использование (внесение нового пособия, перестановка его с одного места на другое, усложнение двигательной задачи с одним и тем же пособием).

**Размещение физкультурного оборудования**

Все пособия должны быть доступны детям, побуждать их делать самим все, что им посильно и интересно.

1. Некоторые мелкие пособия (резиновые кольца, шарики, массажные мячи и т. д.) расположить на подвесной полке так, чтобы ребенок с пола не мог их достать.

2. Под полкой следует поставить устойчивый ящик или куб (высотой 10-15 см), на который ребенок может встать и взять интересующий его предмет.

3. С целью увеличения двигательной активности детей любимые игрушки (зайчик, мишка, лисичка) целесообразно расставлять на крупных пособиях (гимнастической лесенке и т. д.).

Физкультурные пособия важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей. Так, рядом с кукольным уголком можно поставить игрушки-двигатели (машины, тележки). Крупное физкультурное оборудование требует много места, поэтому его лучше расставить вдоль одной свободной стены.

Педагогам следует помнить, что у малышей быстро падает интерес к одному и тому же пособию. Поэтому все имеющиеся пособия нежелательно держать в групповой комнате. Лучше вносить их постепенно, чередуя их. Мелкие пособия следует держать в открытых ящиках так, чтобы дети могли свободно ими пользоваться.

**Физкультурный уголок в первой младшей группе** должен обеспечивать условия для двигательной активности детей, развивать их ловкость, выносливость и быстроту реакции.

**Примерный набор оборудования** для такого уголка может включать:

* **Атрибуты для ходьбы, бега и равновесия**: мягкий укороченный валик, гладкая и ребристая доска, коврики, гимнастическая скамейка, длинный шнур, детская горка.
* **Атрибуты для прыжков**: мини-мат, деревянный куб, плоский обруч, гимнастическая длинная палка.
* **Атрибуты для катания, бросания и ловли**: корзина для метания мячей.
* **Атрибуты для развития дыхания**: султанчики, вертушки.
* **Атрибуты для общеразвивающих упражнений и подвижных игр**: маски, флажки, кубики, ленточки, погремушки.
* **Атрибуты для лазания, подлезания и ползания**: доска, дуга, гимнастическая лесенка.
* **Атрибуты для массажа**: массажные коврики, массажеры.

**Некоторые рекомендации по размещению оборудования**:

* Крупное физкультурное оборудование требует много места, поэтому его лучше расставить вдоль одной свободной стены.
* Мелкие пособия следует держать в открытых ящиках, чтобы дети могли свободно ими пользоваться.
* Любимые игрушки для увеличения двигательной активности детей можно расставлять на крупных пособиях (гимнастической лесенке, на ребристой доске, под дугой и т. д.).

**Важно, чтобы оборудование соответствовало возрастным особенностям детей**, их антропометрическим показателям и физическим возможностям. Также необходимо обеспечить безопасность использования: каждое пособие должно быть прочным и надёжным.

**Примерное наполнение развивающей предметно-пространственной среды в группе по образовательной области «Физическое развитие» (младший возраст)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование** | **Назначение** |
| 1 | Картотека утренней гимнастики. | Содержит методические приемы и методы проведения  утренней гимнастики. |
| 2 | Картотека гимнастики после сна. | Содержит методические приемы и методы проведения  гимнастики после сна. |
| 3 | Картотека зрительной гимнастики. | Содержит методические приемы и методы проведения  зрительной гимнастики; цели, названия и описание упражнений. |
| 4 | Картотека дыхательной гимнастики. | Содержит методические приемы и методы проведения  дыхательной гимнастики; цели, названия и описание упражнений. |
| 5 | Картотека артикуляционной гимнастики. | Содержит методические приемы и методы проведения  артикуляционной гимнастики; цели, названия и описание упражнений. |
| 6 | Картотека пальчиковой гимнастики. | Содержит методические приемы и методы проведения  пальчиковой гимнастики; цели, названия и описание упражнений. |
| 7 | Картотека физкультминуток. | Содержит методические приемы и методы проведения  физкультминуток;  цели, названия и описание физкультминуток. |
| 8 | Картотека подвижных игр. | Содержит методические приемы и методы проведения  подвижных игр; цели, названия и описание игр. |
| 9 | Полумаски. | Для проведения игр. |
| 10 | CD – проигрыватель. | Для прослушивания музыкальных CD – дисков. |
| 11 | CD – диски с записью физкультминуток. | Для проведения физкультминуток под музыкальное сопровождение. |
| 12 | CD – диски с записью ритмичной музыки. | Для проведения утренней гимнастики, пальчиковой, зрительной гимнастики, подвижных игр под музыкальное сопровождение. |
| 13 | CD – диски с записью спокойной музыки. | Для проведения зрительной, дыхательной, артикуляционной гимнастики, гимнастики после сна под музыкальное сопровождение. |

**Перечень оборудования для детей 2 – 3 лет**

Выписка из Приказа Минпросвещения России от 25.12.2024 N 1057
"Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ дошкольного образования, присмотра и ухода за детьми в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования, в целях реализации мероприятий государственной программы Российской Федерации "Развитие образования" по капитальному ремонту, строительству и оснащению зданий указанных организаций»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 2.4.6.2 | Спортивный инвентарь |  |  |
| 2.4.6.2.1 | Бассейн сухой с комплектом шаров | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.2 | Дорожка ребристая и/или тактильная для профилактики плоскостопия - комплект | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.3 | Кегли с мячом разноцветные - набор | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.4 | Коврик массажный | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.5 | Кольцеброс | Шт. | 2 |
| 2.4.6.2.6 | Мешочки для метания и упражнений на балансировку, комплект | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.7 | Мяч надувной | Шт. | 2 |
| 2.4.6.2.8 | Мяч (разного размера 5 шт., резина) - набор | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.9 | Мячи-массажеры комплект | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.10 | Обруч гимнастический плоский (диаметр 50 - 60 см.) | Шт. | 2 |
| 2.4.6.2.11 | Полусфера балансировочная мягкая с массажной поверхностью | Шт. | 6 |
| 2.4.6.2.12 | Трансформируемый напольный комплекс для подлезания, перелезания, перешагивания, тренировки баланса и основных движений | Шт. | 1 |
| 2.4.6.2.13 | Султанчики для упражнений, флажки разноцветные (атласные), ленты на кольцах | Шт. | 20 |

Вспомогательные средства

Физкультурное стандартное оборудование

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование** | **Назначение** |
| **1** | Комплект разноцветных кеглей. | Для игры в кегли, развивает у детей ловкость рук, меткость. |
| **2** | Мяч резиновый. Диаметр 20-25 см. | Для игр детей, развивает ловкость, глазомер. |
| **3** | Мяч резиновый. Диаметр 10-15 см. | Для игр детей, развивает ловкость, глазомер. |
| **4** | Мяч пластмассовый цветной. Диаметр 6-8 см. | Для подвижных игр, развивает у детей  ловкость, глазомер, восприятие цвета. |
| **5** | Корзины пластмассовые. | Для метания мячей, развивает глазомер. |
| **6** | Гантели. | Развивает и укрепляет у детей мышцы рук. |
| **7** | Массажерный набор «Су – Джок». | Развивает тактильное восприятие,  укрепляет у детей мышцы пальцев рук. |
| **8** | Обруч плоский цветной. Диаметр 40-50 см. | Для проведения подвижных игр. |

Физкультурное нестандартное оборудование

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование** | **Назначение** |
| **1** | Гиря. | Тренируют мышцы рук; развивают стойкость, выносливость. |
| **2** | Гантели. |
| **3** | Стойка для прыжков. | Для прыжков в высоту, развивает мышцы ног. |
| **4** | Эспандер. | Развивает мышцы рук. |
| **5** | Атрибут «Коктейль». | Для проведения дыхательной гимнастики, укрепляет дыхательную систему. |
| **6** | Атрибут «Шторы». |
| **7** | Атрибут «Воздушные картинки». |
| **8** | Карточка «Лево – право». | Способствует развитию у детей пространственной ориентации. |
| **9** | Карточки – «Крабик ищет клад», «Бабочка летит на цветок», «Мишка – сладкоежка», «Рыбки и пруд», «Дракоша поливает цветок». | Для проведения зрительной гимнастики. |
| **10** | Подушечки для бросания. | Развивает меткость, глазомер, силу. |
| **11** | Массажная дорожка  «Следы». | Для профилактики плоскостопия, массируют стопы ног, развивают координацию движений. |
| **12** | Массажная дорожка «Следы из пуговиц». |
| **13** | Массажная дорожка «Следы из бус». |
| **14** | Массажная дорожка «Цветочная полянка». |
| **15** | Массажная дорожка «Кочка-раз, кочка-два». |
| **16** | Массажная дорожка «Сеньор карандаш». |
| **17** | Массажная дорожка «Палочки». |
| **18** | Массажная дорожка «Цветная мозаика». |
| **19** | Массажная дорожка «Ровная дорожка». |
| **20** | Массажная дорожка «Весело шагаем». |
| **21** | Массажная дорожка «Разноцветные круги». |
| **22** | Массажная дорожка – трансформе  «Травка». |
| **23** | Массажный коврик из пуговиц. |
| **24** | Массажный коврик из гороха. |
| **25** | Массажные тапочки. | Для массажа стопы ног, профилактика плоскостопия. |
| **26** | Массажер. | Для массажа спины, поясницы, укрепление мышечного корсета. |

#### Атрибуты физкультурного уголка — таблица

|  |  |
| --- | --- |
| Атрибуты для подвижных и малоподвижных игр | * Эмблемы;
* маски;
* оборудование (например, ленточки для всех возрастных групп).
 |
| 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 дорожки с рельефами, «рёбрами», резиновыми шипами и т. д.;
* бросовый материал (шишки, яйца от киндер-сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
* нестандартное оборудование, сделанное своими руками;
* мячики-ёжики;
* мешочки с разной крупой для рук;
* эспандер (средний и старший возраст).
 |
| Для игр и упражнений с прыжками | * Скакалки;
* обручи;
* шнуры;
* бруски.
 |
| Для перешагивания, подъёма и спуска | * Деревянные бруски;
* пластиковые ступеньки;
* модули.
 |
| Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием | * Кольцеброс;
* мячи резиновые разных размеров;
* попрыгунчики (средние и старшие группы);
* мячи или мешочки с песком для метания (средние и старшие группы);
* корзины для игр с бросанием;
* мишень для метания или дартс с мячиками на липучках (средний и старший возраст);
* кегли;
* нестандартное оборудование.
 |
| Выносной материал (по возрасту детей) | * Мячи резиновые;
* мяч футбольный (средний и старший возраст);
* бадминтон (старший возраст);
* скакалки;
* обручи;
* лыжи;
* хоккейные клюшки;
* санки и т. д.
 |

## Работа в спортивном уголке детского сада

В образовательной области «Физическое развитие», согласно ФГОС, синтезируются категории «Физическая культура» и «Здоровье». Таким образом, функционирование спортивного кружка направлено как на стимулирование и обогащение двигательной деятельности детей, так и на приобщение их к правильному образу жизни, заботе о здоровье.

Ошибочно видеть значение физкультурного уголка в предоставлении воспитанникам места и атрибутов для подвижных игр, зарядки, упражнений. Эти виды деятельности детей интегрируются на занятиях с областями «Познание», «Художественно-эстетическое»: дети узнают новое о видах спорта, матчах и чемпионатах, рекордах и наградах, о спортсменах, рассматривают иллюстрации и создают поделки на тему спорта, занимаются под музыку.

Работа в центре физического развития выстраивается при помощи включения детей в разнообразные формы деятельности. Яркое оборудование вызовет интерес единожды, но без обучения новым способам игр и вариантов упражнений, без развлекательного элемента пребывание в спортивном уголке перестанет вызывать позитивный настрой. Для создания устойчивой мотивации к занятиям в уголке воспитатель организует детскую деятельность: изучает темы блока «Физкультура» в соответствии с планированием, проводит динамические паузы и физкультминутки, обучает пальчиковым играм и элементам самомассажа, создаёт интерес к играм.

Для каждой возрастной группы детей отбираются атрибуты и инвентарь для самостоятельных упражнений и игр в уголке физкультуры. За деятельностью младших воспитанников воспитатель осуществляет непрерывный контроль.

### Основные виды деятельности

* **Двигательные упражнения: утренняя зарядка, гимнастика после дневного сна.** В первой половине дня двигательные упражнения выполняются под ритмичную, весёлую музыку (например, марши), во второй половине дня — под тихие и спокойные мелодии. Для младших ребят воспитатель осуществляет показ действий, выполняет вместе с ними зарядку и гимнастику от и до. В старших группах выученные движения ребята воспроизводят без показа, при возникновении заминок среди воспитанников, для демонстрации можно поставить лицом к группе одного из ребят, уверенно выполняющего действия.
* **Физкультурные минутки, динамические/танцевальные паузы.** Воспитатель приглашает ребят пройти в спортивный уголок и немного позаниматься для смены вида деятельности (после длительного изучения наглядных материалов, прослушивания сказки, проведения опыта и т. д.), когда возникает необходимость в двигательной активности для профилактики переутомления детей.
* **Упражнения на расширение двигательного опыта и развитие физических качеств.** Это ходьба и бег, выполнение прыжков, подскоков, бросков, ловли, упражнения с атрибутами: скакалкой, резиночкой, мячом, обручем, гантелями и т. д. Дошкольникам будет интересно упражняться без какой-либо цели только первый раз или с новым предметом. Для развития заинтересованности воспитатель привлекает к показу упражнения игрушку или сказочного персонажа, включает детей в игровую ситуацию, предлагает стимул (наклейку, время на игру, выбор сказки для прослушивания).
* **Подвижные игры.** Для игровой деятельности в спортивном уголке должны иметься наборы масок или шапочек. Младшие ребята любят изображать животных и имитировать их движения (лягушата, мишки, зайчики). Воспитанники старшей и подготовительной групп увлекаются играми с сюжетными элементами: ковбои и индейцы, пираты, казаки-разбойники.
* **Дидактические игры.** Познавательные задания с карточками и фигурками направлены на формирование у дошкольников интереса к спорту и развитие мыслительных способностей. Для детей 5–7 лет в физкультурном уголке имеются настольные игры.
* **Досуговая деятельность.** Уголок физического развития не подходит в качестве площадки для проведения спортивного праздника, но здесь могут быть проведены тематические досуги для воспитанников: «Участие наших спортсменов на чемпионате», «День физкультурника», «День футбола» и т. д. Развлекательным элементом мероприятия могут быть просмотр презентации или мультфильма на спортивную тематику, дружеский матч по настольному хоккею или дартсу, мастер-класс по айкидо/каратэ (с приглашённым педагогом дополнительного образования). Рекомендуется делать фотографии спортивных досугов и размещать их на информационном стенде «Спортивная жизнь нашей группы».

**Литература и информационные источники:**

1. ФАОП ДО

2. ФГОС ДО

3. <https://melkie.net/oformlenie-gruppy/sportivnyiy-ugolok-v-detskom-sadu-oformlenie.html>

4. Приказа Минпросвещения России от 25.12.2024 N 1057 "Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ дошкольного образования, присмотра и ухода за детьми в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования, в целях реализации мероприятий государственной программы Российской Федерации "Развитие образования" по капитальному ремонту, строительству и оснащению зданий указанных организаций»