

**Выпуск №2**

**Апрель 2019**

**Структурное подразделение ГБОУ гимназии ОЦ «Гармония» г.о. Отрадный «Детский сад №13»**

**ЗДОРОВЬЕ И СПОРТ**

**НЕ РАЗДЕЛИМЫ!!!**

Физическое образование ребёнка есть база для всего остального. Без правильного применения гигиены в развитии ребёнка, без правильно поставленной физкультуры и спорта мы никогда не получим здорового поколения.

А.В.Луначарский

Человек на свет родился,

Встал на ножки и пошел.

С ветром, солнцем подружился,

Чтоб дышалось хорошо.

Приучал себя к порядку:

Рано утром он вставал.

Бодро делал он зарядку,

Душ холодный принимал.

Он к зубным врачам, представьте,

Не боясь совсем, пришел.

Он ведь чистил зубы пастой,

Чистил зубы порошком.

Человечек за обедом

Черный хлеб и кашу ел.

Вовсе не был привередой,

Не худел и не толстел.

Спать ложился в девять тридцать,

Очень быстро засыпал.

С интересом шел учиться

И пятерки получал.

Каждый день он бегал, прыгал,

Много плавал, в мяч играл.

Набирал для жизни силы,

И не ныл, и не хворал!

**Читайте в номере:**

**Это интересно**

«Спортивный уголок в группе №3» стр. 2

**Спортивные игры и развлечения с детьми**

стр. 3 -

**Домашний стадион** стр. 5

*Уважаемые читатели газеты «Ребенок и спорт», второй выпуск газеты посвящен подвижным играм с нестандартным оборудованием*

**Выпуск №1 Май 2018**



Народная мудрость гласит: «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым!».

Все мы с вами знаем, что здоровье – это большой дар, без которого трудно сделать жизнь счастливой, интересной и долгой.

Полноценное и всестороннее развитие дошкольников невозможно без двигательной активности, которая оказывает большое влияние на здоровье и физическое состояние детей. Растущий организм нуждается в движении, поэтому основной задачей детского сада является оздоровление и обеспечение разностороннего физического развития ребенка.

Важным направлением в формировании у детей основ здорового образа жизни является правильно организованная предметно-пространственная среда. Она должна носить развивающий характер, быть разнообразной, динамичной, трансформируемой.

Для обогащения развивающей среды мы применяем нестандартное физкультурное оборудование, изготовленное своими руками, ведь новое спортивное оборудование – это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. В данном направлении работа ведется второй год, поэтому смело можно отметить, что нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, побуждает желание участвовать в играх, вызывает радость и положительные эмоции. Материалы для изготовления такого пособия разнообразны: футляры от «киндер-сюрпризов», пластиковые бутылочки из-под йогуртов, разные пуговицы, ткань, крышки от бутылок и многое другое.

Нестандартное оборудование обеспечивает:

* развитие интереса у детей к физкультурным занятиям;
* улучшение качества выполнения упражнений;
* формирование правильной осанки и профилактики плоскостопия;
* улучшение координации движений, увеличение силы и выносливости мышц;
* установление контакта между педагогами и родителями.

Нестандартное оборудование используется:

* на утренней гимнастике;
* на корригирующей гимнастике;
* на физкультурных занятиях;
* на праздниках и развлечениях;
* в дыхательной гимнастике;
* на прогулках;
* в индивидуальной работе с детьми;
* в самостоятельной деятельности детей.

**Выпуск №1 Май 2018**

**Представляю вашему вниманию оборудование, изготовленное своими руками и применяемое в работе с детьми старшей группы**

**«Волшебный колпачок»**

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

** **

**Костюм «Подвижная парочка»**

Цель: обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем; воспитывать выдержку, взаимопонимание. Развивать точность, глазомер, быстроту, выносливость, координацию движений.

  

**Выпуск №1 Май 2018**

**«Веселый парашют»**

Цель: пробуждать интерес к спортивным играм, занятиям, расширять круг представлений о разнообразных видах физкультурных упражнений, их оздоровительном значении; развивать глазомер,



**«Покрывало - отбивало»**

Цель: обучать правилам действовать вдвоем; укреплять и развивать мышцы груди и рук, ориентировка в пространстве, способствовать формированию физических качеств и двигательных умений детей.



**«Дружный хоккей»**

Цель: развивать точность, глазомер, быстроту, выносливость, координацию движений.Обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем, втроем; воспитывать выдержку, взаимопонимание.

**Выпуск №2 Апрель 2019**

**Домашний стадион.**

Для занятий детей спортом в домашних условиях рекомендуется использование различных тренажеров. Существует множество конструкций различной сложности для самостоятельного изготовления. Рядом предприятий освоен выпуск мини-стадионов для детей, как в виде спорткомплекса, так и в виде отдельных спортивных снарядов узконаправленного действия.

До 4-х летнего возраста ребенок может удовлетвориться «стадионом в дверном проеме». Его основа – 3 крюка из 6-ти мм проволоки (или промышленного производства) в притолоке. К среднему можно прикрепит канат, к крайним – качели, трапецию, кольца.

Но лучше всего для физических занятий детей от 3 до 6 лет подходит домашний спортивный комплекс семьи Никитиных, или аналогичные ему конструкции. Целый ряд спортивных комплексов, разработанных на основе принципов, заложенных в спорткомплекс Никитиных, сконструированы так, что могут быть использованы и 2-3 летним малышом и его папой. При разработке комплексов учтено, что он должен надежно крепиться, иметь эстетичный вид, позволять выполнять различные виды упражнений для развития различных групп мышц, а самое главное быть компактным.

Спортивные снаряды комплексов пригодны для выполнения различных упражнений. Так, для упражнений в висе имеются перекладины, кольца и трапеции. Снарядом для прыжков служит прыжковая лиана и компактный батут. Кольца используются для вращений самого различного характера.

Для ребенка имеются обычные качели. Развитию равновесия служит наклонная треугольная лестница, с небольшим углом подъема, которая связывает все снаряды комплекса. Для скатывания предусмотрена наклонная горка. В комплексе имеется большой выбор снарядов для лазания: обычный канат, наклонный канат, наклонная лестница, вертикальные качели.

В совместных занятиях родителей и детей заключен большой воспитательный смысл. Даже самый маленький ребенок стремится посоревноваться с папой, мамой, братом или сестрой. Домашний стадион – это радость общения на почве укрепления здоровья. Главное не заставлять детей подолгу заниматься на снарядах: до появления чувства усталости и не более!

***Наш адрес: г. Отрадный, ул. Советская 76 «А», СП «Детский сад №13», группа №3***

***Автор: Тараканова Елена Леонидовна***