

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ПРОГИМНАЗИЯ № 48
РАМЕНСКОГО РАЙОНА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ПРЕДМЕТНО- РАЗВИВАЮЩАЯ СРЕДА ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАПА

Кабалина Татьяна Николаевна
инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории

ФИЗКУЛЬТУРНОЕ И СПОРТИВНО-ИГРОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

СТАЦИОНАРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ПЕРЕДВИЖНЫЕ КОНСТРУКЦИИ

ПРИСТЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ПОДВЕСНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СТРАХОВКИ

ПОСОБИЯ ДЛЯ ОРУ И ПОДВИЖНЫХ ИГР

ТРЕНАЖЕРЫ И ТРЕНИРОВОЧНЫЕ УСТРОЙСТВА

СТАЦИОНАРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ: ГИМНАСТИЧЕСКАЯ СТЕНКА



ЛАЗАНИЕ ПО
ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СТЕНКЕ
СПОСОБСТВУЕТ РАЗВИТИЮ
ЛОВКОСТИ, СИЛЫ,
СМЕЛОСТИ, ВЫНОСЛИВОСТИ,
КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ.



ВО ВРЕМЯ ЛАЗАНИЯ ДЕТЕЙ ПО СТЕНКЕ НА ПОЛ ОБЯЗАТЕЛЬНО КЛАДЕТСЯ МАТ
ДЛЯ СТРАХОВКИ.

ПРИСТЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ: БРУСЬЯ, СКАМЬЯ, ЛЕСЕНКА С ЗАЦЕПАМИ



ОБОРУДОВАНИЕ НАДЕЖНО
КРЕПИТСЯ К
ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СТЕНКЕ НА
РАЗЛИЧНОЙ ВЫСОТЕ.
ЗАНЯТИЯ ПРОВОДЯТСЯ СО
СТРАХОВКОЙ ВОЗРАСТАЮЩЕГО

ПРИСТЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ: НАВЕСНЫЕ МИШЕНИ, КОЛЬЦО БАСКЕТБОЛЬНОЕ



**НАВЕСНЫЕ МИШЕНИ
ДЛЯ МЕТАНИЯ,
БАСКЕТБОЛЬНЫЕ
КОРЗИНЫ
РАЗМЕЩАЮТСЯ НА
РАЗЛИЧНОЙ ВЫСОТЕ.**

ПЕРЕДВИЖНЫЕ КОНСТРУКЦИИ: ГИМНАСТИЧЕСКИЕ СКАМЕЙКИ



ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ, УПРАЖНЕНИЙ В СОХРАНЕНИИ РАВНОВЕСИЯ, В ПОДЛЕЗАНИИ, ПОЛЗАНИИ.

ПЕРЕДВИЖНЫЕ КОНСТРУКЦИИ: ГИМНАСТИЧЕСКОЕ БРЕВНО



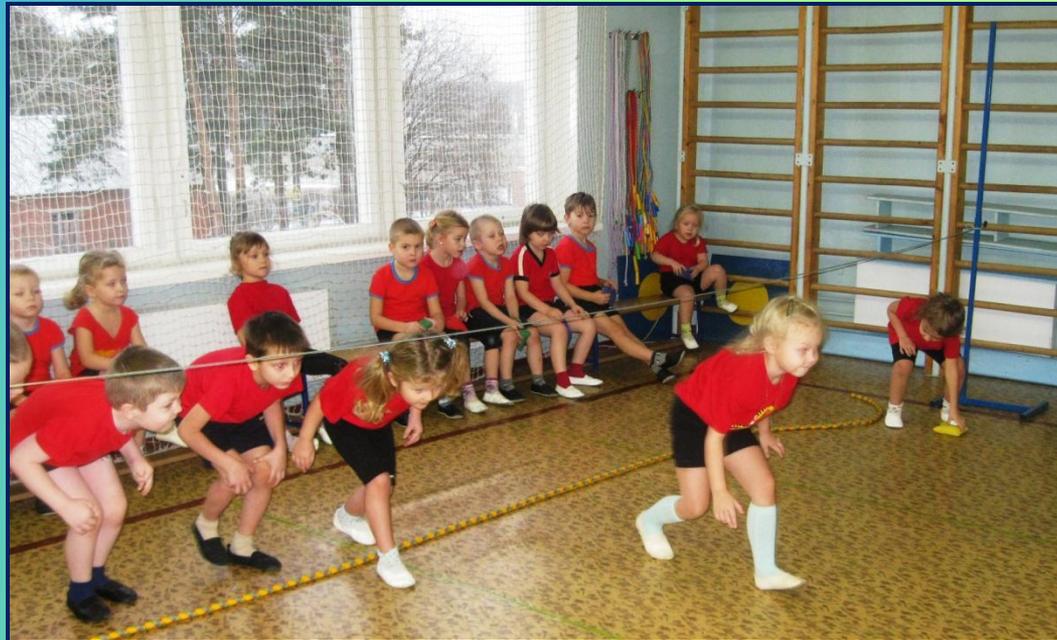
ГИМНАСТИЧЕСКОЕ БРЕВНО ИСПОЛЬЗУЕТСЯ
ДЛЯ УПРАЖНЕНИЙ В СОХРАНЕНИИ
РАВНОВЕСИЯ, ДЛЯ РАЗВИТИЯ
КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ



ПЕРЕДВИЖНЫЕ КОНСТРУКЦИИ : СТОЙКИ ДЛЯ ПРЫЖКОВ В ВЫСОТУ



ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ПРИ
ОСВОЕНИИ ПРЫЖКОВ В
ВЫСОТУ, УПРАЖНЕНИЙ В
ПЕРЕШАГИВАНИИ,
ПОДЛЕЗАНИИ,
ПРИ ПЕРЕСЫВАНИИ МЯЧА,
В ПОДВИЖНЫХ ИГРАХ.

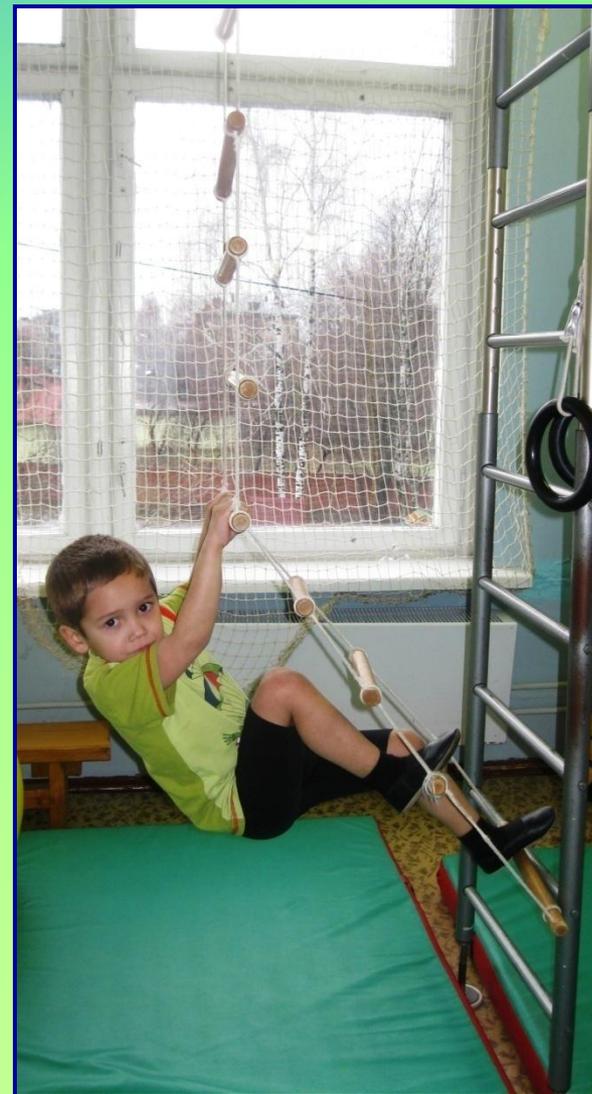


ПЕРЕДВИЖНЫЕ КОНСТРУКЦИИ: ДУГИ И ВОРОТЦА ДЛЯ ПОДЛЕЗАНИЯ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДУГ ПОЗВОЛЯЕТ ОБУЧАТЬ ДЕТЕЙ ПОДЛЕЗАНИЮ РАЗЛИЧНЫМИ СПОСОБАМИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВЫСОТЫ ПРЕПЯТСТВИЯ.



ПОДВЕСНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ: КОЛЬЦА, ЛЕСЕНКА-ТРАП, КАНАТ



ЛАЗАНИЕ ПО ПОДВЕСНЫМ КОНСТРУКЦИЯМ
РАЗВИВАЕТ МЫШЕЧНУЮ СИЛУ, КООРДИНАЦИЮ,
ЛОВКОСТЬ



ВО ВРЕМЯ ЛАЗАНЬЯ ДЕТЕЙ ПО СТЕНКЕ НА ПОЛ ОБЯЗАТЕЛЬНО КЛАДЕТСЯ МАТ
ДЛЯ СТРАХОВКИ.

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СТРАХОВКИ

гимнастические маты



гимнастические коврики



МАТ-ДОРОЖКА ГИМНАСТИЧЕСКИЙ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ПРЫЖКОВ, ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ.

ПОСОБИЯ ДЛЯ ОРУ И ПОДВИЖНЫХ ИГР



султанчи
ки



мешочк
и



обруч
и



флажк
и



кегл
и



кубик
и



скакалки,
шнуры



ленточки,
атрибуты
для подвижных
игр

КАЖДОЕ ПОСОБИЕ В КОЛИЧЕСТВЕ НА ГРУППУ 25
ЧЕЛОВЕК

ПОСОБИЯ ДЛЯ ОРУ И ПОДВИЖНЫХ ИГР: КОСИЧКИ, БАЛАНСИРЫ, ХОДУНКИ



УПРАЖНЕНИЯ НА БАЛАНСИРАХ, ШАГАЙКАХ, С БРУСКАМИ-ХОДУНКАМИ, ШНУРАМИ СПОСОБСТВУЮТ РАЗВИТИЮ КООРДИНАЦИОННОГО РАВНОВЕСИЯ.

ПОСОБИЯ ДЛЯ ОРУ И ПОДВИЖНЫХ ИГР: ГИМНАСТИЧЕСКИЕ ПАЛКИ



УПРАЖНЕНИЯ МОЖНО
ВЫПОЛНЯТЬ
В ПАРЕ С ОДНОЙ ПАЛКОЙ

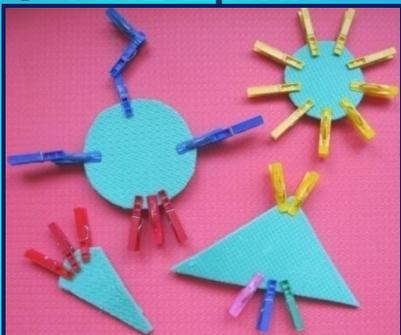
МЯГКИЕ ПАЛОЧКИ ИЗ ПОРОЛОНА МОЖНО
СОЕДИНЯТЬ МЕЖДУ СОБОЙ

ПОСОБИЯ ДЛЯ ОРУ И ПОДВИЖНЫХ ИГР



УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧАМИ РАЗНОГО РАЗМЕРА СПОСОБСТВУЮТ РАЗВИТИЮ МЫШЦ ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА И РУК, КООРДИНАЦИИ И ТОЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ, ГЛАЗОМЕРА, МЫШЕЧНОГО ЧУВСТВА И СИЛЫ

ПОСОБИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ: ЭСПАНДЕР, ПРИЩЕПКИ, МОТАЛЬЩИКИ



УПРАЖНЕНИЯ С ПРИЩЕПКАМИ



«ПРОВОРНЫЕ МОТАЛЬЩИКИ»



КИСТЕВОЙ ЭСПАНДР

ИГРОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ



КОЧКИ
И



«ПУТАНИЦА»



ПАРАШЮТ



КОНУСЫ

**ТРЕНАЖЕРЫ И
ТРЕНИРОВОЧН
ЫЕ
УСТРОЙСТВА**

НАВЕСНАЯ ДОСКА ДЛЯ ПРЕССА



УПРАЖНЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ **ТРЕНАЖЕРОВ** СЛОЖНОГО
УСТРОЙСТВА
НАПРАВЛЕННЫ НА РАЗВИТИЕ ОПРЕДЕЛЕННОЙ ГРУППЫ МЫШЦ.

ПРОСТЕЙШИЕ ТРЕНАЖЕРЫ: ГАНТЕЛИ, ДИСК «ЗДОРОВЬЕ», МАССАЖНЫЕ МЯЧИ И ПР.



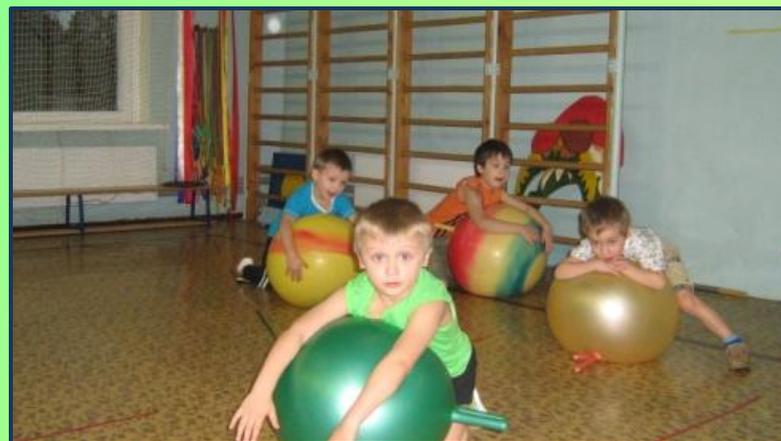
ДИСК
«ЗДОРОВЬЕ»



ГАНТЕЛИ



МАССАЖНОЕ
КОЛЬЦО



ГИМНАСТИЧЕСКИЕ
МЯЧИ

ЗАНЯТИЯ С ПРОСТЕЙШИМИ ТРЕНАЖЕРАМИ НАПРАВЛЕННЫ НА РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ И ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ДЕТЕЙ.

ПРОСТЕЙШИЕ ТРЕНАЖЕРЫ: ГИМНАСТИЧЕСКИЙ РОЛИК



ГИМНАСТИЧЕСКИЙ
РОЛИК

УПРАЖНЕНИЯ НАПРАВЛЕННЫ НА РАЗВИТИЕ МЫШЦ
ВЕРХНИХ И НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ, ТУЛОВИЩА



ПРОСТЕЙШИЕ ТРЕНАЖЕРЫ: МАССАЖНЫЕ МЯЧИ, ВАЛИКИ, ПОЛУСФЕРЫ



МАССАЖНЫЙ
МЯЧ



МАССАЖНАЯ
БАЛАНСИРОВОЧНАЯ
ПОЛУСФЕРА



МАССАЖНЫЙ
ВАЛИК



ПРОСТЕЙШИЕ ТРЕНАЖЕРЫ: СТЕП-ПЛАТФОРМА



ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ, ДЛЯ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ И ФУНКЦИИ РАВНОВЕСИЯ



НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ (ДОРОЖКА ИЗ БРУСКОВ) ИСПОЛЬЗУЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ ГИБКОГО ЗОНИРОВАНИЯ ПРОСТРАНСТВА, НО И ДЛЯ УПРАЖНЕНИЯ ДЕТЕЙ В ЛАЗАНИ, ПЕРЕБРАСЫВАНИИ МЯЧЕЙ.

