

Экскурсия по физкультурному залу



Выполнил: инструктор
по физкультуре
Дмитриева Е. В.

Санкт – Петербург

2016 год

Сухой бассейн



Область применения:

1. Развитие мелкой моторики
2. Релаксация
3. Обучение техники плавания

Батуты



Область применения:

1. Обучение прыжкам
2. Равновесие
3. Формирование физических качеств (ловкость)

Многофункциональные блоки



Область применения:

1. Упражнения в равновесии
2. Прыжки
3. Ползание
4. Подлезание
5. Интеграция (конструирование)

Тренажеры



Область применения:

- 1.Индивидуальная работа
- 2.Беговая дорожка: скоростные качества (быстрота, выносливость)
- 3.Велосипед: скоростные качества (быстрота, выносливость), профилактика плоскостопия

Канаты



Область применения:

1. Лазание (начиная со старшей группы)
2. Формирование правильной осанки
3. Развитие мышц рук (подтягивание)

Баскетбольные корзины



Область применения:

- 1.Обучение броскам: из-за головы, от плеча, от груди (баскетбольный вариант)
- 2.Развитие глазомера
- 3.Навыки игры в баскетбол

Волейбольная сетка



Область применения:

1. Обучение метанию вдаль
2. Перебрасывание мяча в парах (развитие глазомера)
3. Обучение игре в пионербол
4. Упражнение в группировках
5. Знакомство с волейболом, как видом спорта

Футбольные ворота



Область применения:

1. Знакомство с футболом, как видом спорта
2. Изучение терминологии (штрафной, вратарская зона, угловой и т.д.)
3. Развитие глазомера
4. Упражнения в ударе по воротам
5. Мини-футбол по схеме: 1*1, 2*2, 3*3

Вертикальные мишени



Область применения:

- 1.Метание в вертикальную цель
- 2.Развитие глазомера

Гимнастические мячи



Область применения:

- 1.Формирование правильной осанки
- 2.Комплексы ОРУ на мячах
- 3.Подвижные игры и эстафеты
- 4.Упражнение в отбивании и ведении мяча - баскетбольный вариант(формирование чувства мяча, развитие глазомера)

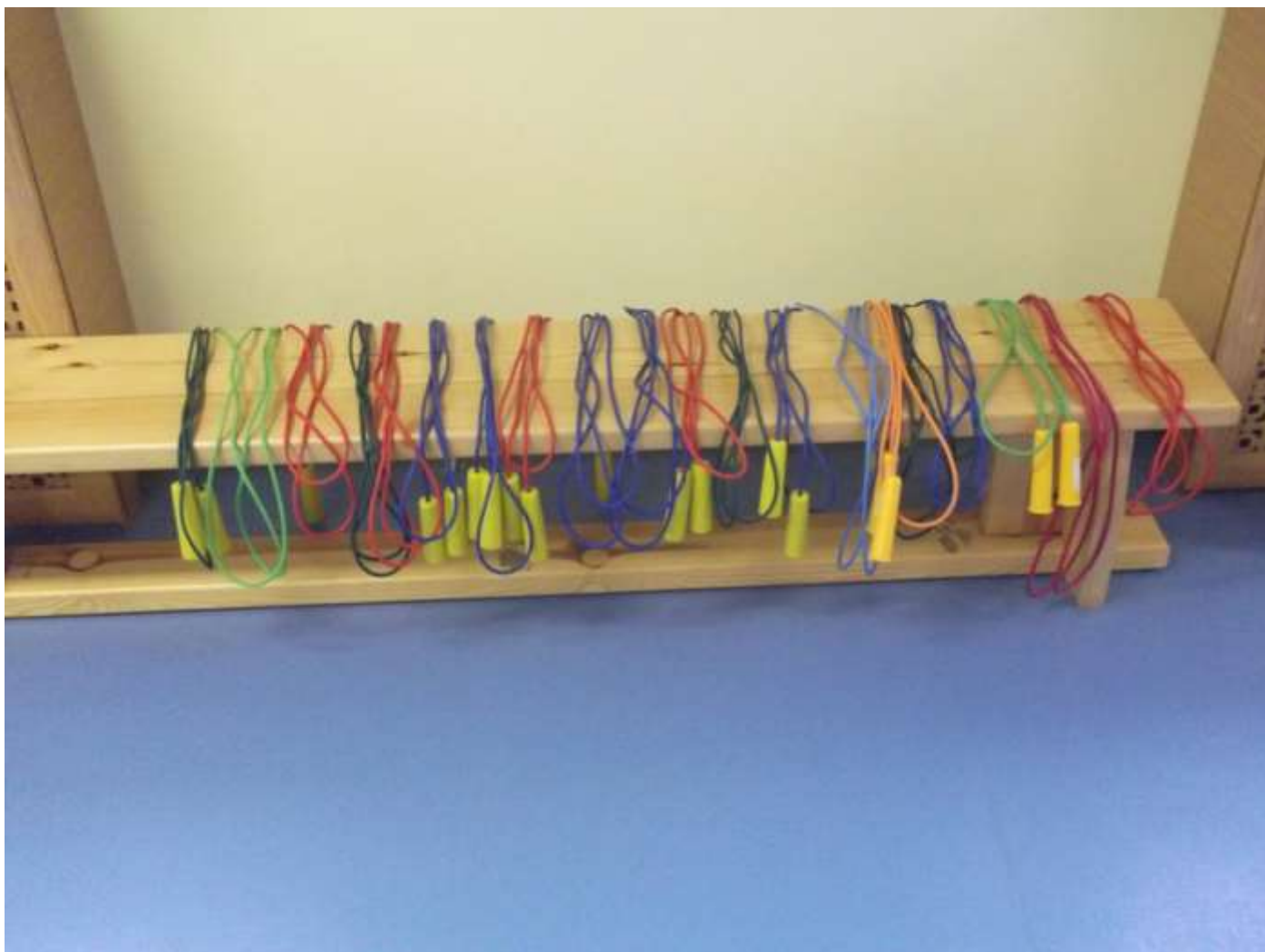
Мячи резиновые, диаметром 20 см



Область применения:

1. Развитие мелкой моторики руки
2. Развитие глазомера и координации движений
3. Используется на всех этапах НОД, начиная с 1 младшей группы

Скакалки



Область применения:

- 1.Обучение вращению скакалки (развитие подвижности кисти)
- 2.Обучение правильному отталкиванию и приземлению на носки
- 3.Обучение перекидыванию скакалки через себя (согласованность движений двух рук одновременно)
- 4.Обучение прыжкам на скакалке (сложная координация движений)
- 5.Применяется на всех этапах НОД

Разноуровневые дуги



Область применения:

- 1.Прокатывание мяча (развитие глазомера)
- 2.Ползание на средних четвереньках (формирование правильной осанки)
- 3.Подлезание в группировке, прямо и боком (формирование ОБЖ)

Массажные дорожки



Область применения:

- 1.Профилактика плоскостопия
- 2.Применяется на заключительном этапе НОД