

*Методические рекомендации*

***«Развивающая предметно-пространственная среда  
в ДОУ для физического развития детей  
в соответствии с ФГОС»***

**Примерные условия для реализации  
О "Физическое развитие"  
в группе раннего возраста**

**2. Условия расположения в группе:**

▣ Правильное расположение крупной мебели и игрового материала, с тем чтобы обеспечить детям возможность удовлетворять двигательную активность (свободное пространство для совместных и самостоятельных подвижных игр)

- ▣ Безопасность
- ▣ Компактность
- ▣ Многофункциональность
- ▣ Доступность
- ▣ Мобильность
- ▣ Эстетичность
- ▣ Соответствие возрасту, требованиям СанПИНа

2. Рекомендуемый перечень оборудования соответствует примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой

№ п/п	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
1	Бревно мягкое	Длина 1500мм Диаметр 200мм	1
2	Горка детская	Длина 2500 мм Ширина 600мм Высота 870мм	1
3	Доска гладкая ребристая	Д - 1500мм Ш - 200мм В - 30мм	1 1
4	Гимнастическая стенка (5-6 реек)	В - 900-1000мм Расстояние между рейками 100-120мм	1
5	Дуги	В-400-500мм Диаметр 400мм	2
6	Мини-мат	Д-600мм Ш-600мм В- 70мм	1-2
7	Коврики для профилактики плоскостопия (разной фактуры)	Разных размеров, формы	2
8	Большая корзина для забрасывания мячей (для их хранения)	В- 250-300мм Диаметр - 500мм	1
9	Мячи разной фактуры (прозрачные надувные, резиновые, поролоновые)	Диаметр - 200-250мм 100-120мм 60-80мм	2 2 2
10	Обручи малые большие плоские	Диаметр500-650мм 1000мм 400мм	3 1 3-4
11	Палки гимнастические короткие длинные	Длина750-800мм 1500мм	3 2
12	Шнур длинный короткий	Длина 10000-15000мм 750мм	1 5
13	Кегли крупные		1 набор
14	Ленточки, платочки	Длина 500мм	по 10шт
15	Флажки (султанчики, погремушки и др.)		по 10 шт
16	Вожжи		3шт
17	Вертушки		10шт
18	Подвесные игрушки для подпрыгивания		2-3шт
19	Колечки	Диаметр 50-60мм	10шт
20	Игрушки - двигатели: Каталки Коляски		3 2-3

	Тележки Машины крупные Рули		2-3 2-3 10шт
22	Оборудование для развития вестибулярного аппарата: Качели Качалки		1 2
23	Шапки-маски (нагрудные картинки) для подвижных игр, для взрослого и детей		по 10шт раз.вида
24	Настольные игры, игрушки и пособия для развития мелкой моторики рук		до 10шт

### 3. Методическое обеспечение:

Методическая литература

Инструкции по охране жизни и здоровья детей

Картотеки:

- Основных видов движений (с рисунками (фото) для детей 3-го года жизни) • Подвижных игр со словами • Утренней гимнастики • Логоритмика

### 4. Материал по валеологии:

Лист здоровья

Лист адаптации (+сводный лист итог)

Детская художественная литература по культурно-гигиеническим навыкам

Картотека потешек, поговорок по КГН

Подбор упражнений на развитие дыхания в игровой форме

Демонстрационный материал, картины, картинки, игры по КГН, серия картинок для закрепления знаний о своем теле.

### 5. Работа с родителями:

Информационно-наглядная агитация на стенде (режимы по сезонам, в адаптационный период, для ослабленных и часто болеющих детей и др.) 1 раз в 2 недели, до 1м-ца)

Папки-передвижки (1 раз в квартал)

Папки-ширмы (1 раз в м-ц)

Консультации, выступления на родительских собраниях

Анкетирование

Стенгазеты

Совместные досуги (фото)

6. Взаимосвязь работы по Физо с другими разделами программы: игровая деятельность, речь, изо, сенсорика и т.д.

7. Наличие выносного материала для проведения подвижных игр и упражнений на прогулке (в зависимости от сезона)

### • Примечание:

— В таблице приведен примерный перечень пособий и атрибутов на весь учебный год (в наличии должен быть представлен только тот материал, который используется на данный период: месяц или квартал), учтена специфика ДОУ

— При наличии физкультурного зала группы могут использовать имеющиеся там пособия и атрибуты

— Возможна взаимозаменяемость атрибутов, пособий, игр, дидактического материала между параллельными группами

## Примерные условия для реализации О "Физическое развитие"

*младший дошкольный возраст (младшая и средняя группы)*

### Условия расположения в группе:

■

Правильное расположение крупной мебели и игрового материала, с тем чтобы обеспечить детям возможность удовлетворять двигательную активность (свободное пространство для совместных и самостоятельных подвижных игр)

■ Безопасность

■ Доступность

■ Компактность

■ Мобильность

■ Многофункциональность

■ Эстетичность

■ Соответствие возрасту, требованиям СанПиНа

**1. Рекомендуемый перечень** оборудования соответствует примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы»

№ п/п	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
1	Бум напольный (бревно мягкое)	Длина 2000мм Высота 300мм	1
2	Валик мягкий	Длина -1500мм Диаметр - 200мм	1
3	Доска ребристая	Д - 2000мм Ш - 200мм В - 40мм	1
4	Гимнастическая стенка (5-6 ступенек)	В - 1000мм	1
5	Дуги	В-500мм Ширина- 400мм	2
6	Мини-мат	Д-600мм Ш-600мм В- 70мм	1-2
7	Коврики для профилактики плоскостопия (разной фактуры)	Разных размеров, формы	3-4
8	Большая корзина для метания мячей (для хранения) -младшая, Средняя группа стеллаж для хранения		1
9	Мячи разной фактуры: прозрачные надувные, цветные мячи среднего размера резиновые	Диаметр - 200-250мм 100-150мм	2 4
10	Обручи малые большие плоские	Диаметр550-650мм 1000мм 400мм	3-5 1-2 3-4
11	Шнур длинный короткий	Длина 10000-15000мм 750мм	1 6
12	Кегли крупные средние		1 набор 1 набор
13	Ленточки, платочки	Длина 500мм	по 10шт
14	Флажки, султанчики, погремушки (2я мл.) и др.)		по 10 шт
15	Палки гимнастические: короткие длинные (на 2-ю младшую)	750мм 2500мм	3-6шт 2 шт
16	Кубики (бруски) из строительного уголка 2-я младшая группа средняя группа	Высота от 20 до 50мм от50мм до 100мм	10шт
17	Подвесные игрушки для подпрыгивания		2-3шт
18	Шары на резинке для ловли рукой (с 4 лет)		2шт
19	Кольцебросы: ручные напольные		4шт 2шт
20	Скакалки: короткая Длинная	1200мм-1500мм 3000мм	3-5шт 1шт
21	Мешочки с грузом: малый большой	Масса 150-200гр 400гр.	6шт 2шт
22	Мишень для метания напольная, горизонтальная		2шт

23	Игрушки - двигатели: <i>коляски</i> <i>тележки</i> <i>машины крупные</i> <i>рули</i>		2-3 2-3 2-3 10 шт
24	Шапки-маски (нагрудные картинки) для подвижных игр, для взрослого (2-я мл.г) и детей Шапки-маски, картинки-эмблемы разного способа крепления для средней группы (для водящего)		по 10шт раз. вида по теме подвижных игр
25	Настольные игры, игрушки и пособия для развития мелкой моторики рук		до 10шт

## 2. Методическое обеспечение:

☞ Инструкции по охране жизни и здоровья детей

☞ Режим двигательной активности

☞ Методическая литература с подбором упражнений по программе или картотеки: •

Основные виды движений (с рисунками (фото) для детей 4,5-го года жизни)

- Подвижные игры со словами
- Игры малой подвижности
- Народные игры (средняя гр.)
- Утренняя гимнастика
- Бодрящая гимнастика
- Корректирующие упражнения
- Логоритмика
- Физминутки
- И т.п.

3. ИКТ (обучающие, информационные фильмы, слайд шоу и т.п.)

4. Музыкальное сопровождение (песни, ритмические упражнения под музыку и т.п.)

5. Детские мультфильмы и т.п.

## 6. Материал по валеологии:

☞ Лист здоровья с рекомендациями медиков

☞ Лист адаптации (+сводный лист итог) только вновь прибывших 2-я младшая гр.

☞ Результаты обследования детей по Физо, индивидуальный маршрут

☞ Воздушное закаливание

☞ Детская художественная литература по культурно-гигиеническим навыкам

☞ Картотека потешек, поговорок, загадок по КГН

☞ Демонстрационный материал, картины, картинки, игры по КГН, серия картинок для закрепления знаний о своем теле. Игры из серии: «Малыши-крепыши», «Найди и покажи», «Найди такую же», «Чтобы быть здоровыми» и т.д.

☞ Дыхательная гимнастика в игровой форме

## 7. Работа с родителями:

Информационно-наглядная агитация на стенде (режимы по сезонам, в адаптационный период, для ослабленных и часто болеющих детей и др.); смена материала 1раз в 2недели ( до 1м-ца)

Папки-передвижки (1 раз в квартал)

Папки-ширмы (1раз в м-ц)

Консультации, выступления на родительских собраниях с приглашением специалистов (инструктор Физо, лечебной физкультуры, медики ДОУ и поликлиники и т.п.)

Анкетирование

Стенгазеты

Совместные досуги (фото)

Опыт семейного воспитания

Фоторепортаж «Прыг, скак на прогулке», «Велосипедная прогулка» и т.п.

## 8. Интеграция образовательных областей

9. Наличие выносного материала для проведения подвижных игр и упражнений на прогулке (в зависимости от сезона: велосипед, санки, лыжи, вертушки, скакалки, мячи, обручи и т.д.)

***К выше приложенному перечню педагоги указывают в своей рабочей программе дополнительное оборудование и методическое обеспечение с учетом:***

У Специфики работы дошкольной образовательной организации;

У Основной образовательной программы ДОУ (ДОО);

У Поставленных образовательных задач в данной возрастной группе;

У Использования современных образовательных программ, технологий и методик;

У Авторских пособий, программ, методик, технологий.

## Примерные условия для реализации

### О «Физическое развитие»

#### физкультурный зал

#### 1. Условия:

Безопасность (надежность и устойчивость крупных пособий, ограждение окон, освещение люминесцентными лампами, защищенные съемными сетками, желательно иметь гигиенический сертификат на спортивно-игровое оборудование)

Разнообразие и достаточное кол-во спортивно-игрового оборудования (кол-во на группу или подгруппы детей)

Компактность

Многофункциональность

Доступность и целесообразное размещение

Мобильность

Оригинальность

Эстетичность (оформление стен и пола в физкультурном зале целесообразно оформлять однотонными и неяркими красками; используемые атрибуты и пособия должны быть яркими и разнообразными по цвету)

Соответствие возрасту, требованиям СанПИНа

#### 2. Рекомендуемый перечень оборудования соответствует примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы»

№ п/п	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
1	Гимнастическая стенка (3-4 пролета): деревянная или металлическая - с приставной лестницей - скатом-доской	В-2700мм, Ш.пролета-800мм Диаметр рейки -30мм. Расстояние между рейками 220мм	3-4шт 1шт 1шт
2	Лесенка-стремянка двойная	В-1500мм, Ш -одного пролёта 1000мм, высота между рейками 120-150мм, диаметр рейки-20мм	1шт
3	Гимнастический мат Большой Малый С разметками (спрыгивание, прыжки в длину и т.д.)	2000мм *1380мм*70мм 1000мм*1000мм*70мм 1900мм*1380мм*100мм	2шт 2шт 2шт
4	Скамейка гимнастическая	Дл.-2500мм3000мм Ш.-240мм В.-300мм	4-6шт
5	Качалка-мостик	Дл-2000мм Ш-400мм В-630мм, Диам. реек-26мм, Раст.между рейками 50-50мм	1шт
6	Доска с ребристой поверхностью	Дл-1500мм. Ш-200мм, В-30мм	2шт
7	Доска гладкая с зацепами	Дл.-2500мм, Ш-200мм, В-30мм	2шт
8	Батут детский	Диаметр-1000-1200мм	2шт
9	Беговая дорожка (детский тренажер)		2шт
10	Бревно гимнастическое напольное	Дл-2400мм, Ш-100мм, В-150мм	1шт
11	Велотренажер детский		2шт
12	Дуги:	В -600мм, 500мм, 400мм Ш-500мм	5шт
13	Оборудование для прыжков	В-1300мм, Диаметр -25-30мм, Диаметр основания 240мм	1комплект
14	Канат: Гладкий С узлами	Дл-2700*3000мм Дл 2300мм диаметр 26мм, расстояние между узлами 380мм	2шт 1шт
15	Щит баскетбольный навесной с корзиной	Дл-590мм, Ш-450мм, внутренний диаметр корзины -450мм, дл.сетки - 400мм	2шт
16	Дорожки: матерчатые клеенчатые, поролоновые, ковровые и т.п. для равновесия Дорожки с разметкой («Альма»)	Д- от2000мм. Ш-250-350мм	от 2шт
17	Фитболы		6-8шт
18	Мишень для метания: -навесная	Дл-600мм, Ш-600мм, толщина - 15мм	2шт

	-напольная (для забрасывания)	Диаметр - 700-1000мм, В - 500мм	2шт
19	Сетка волейбольная		1шт
20	Мячи: большие -средние -малые	Диаметр-200-250мм 100-120мм 60-80мм	10шт 20шт 20шт
21	Мячи для мини-баскетбола	180-200мм	4шт
22	Мячи набивные для балансировки, прыгивания	Масса 3-5кг	5-10шт
23	Мячи утяжеленные для развития силы	Масса 0,5кг 1кг	10шт 10шт
24	Мячи надувные большие	Диаметр- от300до800мм	от 4шт
25	Обручи: Малые Большие Плоские	Диаметр 550-650мм 1000мм 320, 450, 550мм	20шт 4-6шт по 12шт
26	Палки гимнастические: Короткие длинные	500мм 750мм	20шт 20шт
27	Палка гимнастическая длинная	2500мм-3000мм	2-4шт
28	Скакалки: короткая длинная	1000-1200мм-1500мм 3000мм	20шт 2шт
29	Шнур плетеный Длинный короткий	15000-20000мм 750мм	1шт 20шт
30	Гиря полая детская	Вес 500гр.	4шт
31	Гантели детские	Вес 250, 500гр	20шт
32	Кольцесбросы: Напольные Настенные ручные		2-3шт 2-3шт 5-6шт
33	Ленты длинные	1000-1500мм	20шт
34	Ленты разноцветные короткие	400-600мм	40шт
35	Диск «здоровья» детский		10шт
36	Диск плоский	Диаметр-230мм, высота -30мм	12шт
37	Кольцо: -плоское -мягкое	Диаметр 180мм 130мм	10шт 10шт
38	Массажеры разные: - «Колибри» - мяч-массажер - и др.		4-6шт 20шт
39	Эспандер детский		10шт
40	Ориентиры для разметки игрового поля -плоскостные на липучках -фишки, конусы		от 6шт
41	Боксёрская груша (или бесформенный предмет) для снятия стресса, напряжения Для мальчиков как элементы бокса (с 6 лет)		1шт
42	Кегли набор		2шт
43	Кегельбан		2шт
44	Секундомер		1шт
45	Ролик гимнастический		12шт
46	Теннисные ракетки и шарики Ракетки для бадминтона, волан		2-4наб 2-4наб
47	Коврики для профилактики плоскостопия (массажные дорожки)		2-4шт
48	Кубы: -деревянный малый - большой	200мм 400мм	10шт 4шт
49	Мешочки с грузом:		

	-для метания -для равновесия	150-200гр 400гр	20шт 20шт
50	Игры для развития мелкой моторики и ловкости рук: Мотальщицы		10шт
51	Шарики на резинке для развития кисти руки, ловкости		10шт
52	Погремушки, султанчики, вертушки, платочки и т.п. (из музыкального зала)		по 20шт
53	Подборка атрибутов и пособий для развлечений	По теме досуга	
54	Ходули		3-4шт
55	Льжи бутафорские		10шт
56	Элементы костюмов для подвижных игр (маски, нагрудные картинки,)		по теме игр
57	Авторские пособия и атрибуты		
58	Наличие тренажерного зала (лианы, кольца, канаты, качели и т.д.)		2комп.

### 3. Методическое обеспечение:

- ◆ Методическая литература по Физо и физкультурно-оздоровительной работе, современные программы и технологии инструктивно-методический материал, литература по олимпийскому движению, энциклопедии
- ◆ Подборка иллюстраций по видам спорта, олимпийскому движению, олимпийским чемпионам.
- ◆ Инструкции по охране здоровья (+материал по обучению детей правильному падению), акты проверки спортивного оборудования по технике безопасности
- ◆ Рабочие программы на разные возрастные группы
- ◆ Карты индивидуального маршрута развития физических качеств
- ◆ Режим двигательной активности на разные возрастные группы
- ◆ Картотеки для руководителя физического воспитания; детей старшего дошкольного возраста (или схемы, или алгоритмы, или рисунки):
  - Основных видов движений (с предметами и без)
  - Упражнений для девочек и мальчиков
  - Упражнений в паре
  - Подвижных игр со словами
  - Народных игр
  - Школа мяча
  - Игры с мячом для развития мелкой моторики
  - Физкультминутки
  - Утренней гимнастики
  - Бодрящей
  - Корректирующей
  - Логоритмика
  - Упражнения в паре «Вместе с папой, вместе с мамой»
  - Для развития мелкой моторики рук
  - Буренина
  - Упражнения на фитболах
  - И другие
- ◆ Картотека стихов и загадок о видах спорта
- ◆ Магнитофон с подбором аудиозаписей
- ◆ Фотоматериал по работе с детьми (праздники, досуги, развлечения, инд. работа и т.д.)
- ◆ Информационный стенд по Физо для родителей
- ◆ Развивающие панно (по теме занятия, по Олимпиаде, по чемпионатам мира и т.п.)
- ◆ Подборка материала по работе с родителями, педагогами
- ◆ График работы физкультурного зала (использование зала в течении дня)

### 4. Материал по валеологии:

- ┌|| Лист здоровья по возрастным группам с рекомендациями врача
- ┌|| Результаты обследования детей по Физо
- ┌|| Дифференцированный подход в воспитании мальчиков и девочек
- ┌|| Детская художественная литература о здоровом образе жизни
- ┌|| Картотека потешек, поговорок, стихов и загадок
- ┌|| Демонстрационный материал по валеологии (правильная осанка, профилактика плоскостопия, гимнастика для глаз)
- ┌|| Дыхательная гимнастика
- ┌|| Закаливание воздушное (например: воздушные ванны в движении в облегченной форме: подвижные игры, хороводные в т.ч. с пением; ритмика; спортивный ералаш, босохождение и т.п.). Водное (игры с водой, мытье рук до локтя прохладной водой, обтирание, или контрастные ножные ванны, питье прохладного настоя трав, умывание прохладной водой после интенсивных физических занятий, плавание и т.п.)
- ┌|| Упражнения для профилактики плоскостопия и осанки (схемы выполнения)



Т|| Дидактические пособия и атрибуты по профилактике плоскостопия (например: коврики; трубочки, камешки, платочки и т.п. для захватывания пальцами ног; массажеры и т.д.). Осанки (например: использование шаблона постановки стоп, спины; массажеры и т.д.)

Т|| Дидактический материал: коллажи, схемы, рисунки, пособия и т.п.

Т|| Связь с другими разделами программы. (Например: экология и здоровье /комнатные санитары/, математика)

#### 5. **Работа с родителями:**

П Папки-передвижки (1раз в квартал)

П Папки-ширмы (1раз в м-ц)

П Консультации, выступления на родительских собраниях.

П Анкетирование

П Стенгазеты

П Совместные досуги (фото) + (спортивный клуб «Я с мамой» («Я с папой») на базе ДОУ или спорткомплекса - если есть)

П Альбомы: «Каким видам спорта занимаются мои родители, родные, я», «Активный отдых в семье» и т.п.

6. **Взаимосвязь работы по Физо с другими разделами программы:** игровая, самостоятельная художественно-творческая деятельность, математическое развитие, речевое развитие, музо и т.п.

7. **Наличие выносного материала:** велосипед, санки, лыжи, хоккейные клюшки, скакалки, мячи, обручи, бадминтон, городки, самокаты, велосипеды, серсо, и т.п. Выносной материал представлен в зависимости от сезона, поставленной задачи и оборудования на участке.

#### \* **Примечание:**

-в таблице приведен примерный перечень пособий и атрибутов на весь учебный год -возможна взаимозаменяемость атрибутов, пособий.

***К выше приложенному перечню инструктор по физической культуре указывает в рабочих программах дополнительное оборудование и методическое обеспечение с учетом:***

У Специфики работы дошкольной образовательной организации;

У Основной образовательной программы ДОУ (ДОО);

У Поставленных образовательных задач в каждой возрастной группе;

У Использования современных образовательных программ, технологий и методик;

У Авторских пособий, программ, методик, технологий.

#### ***Используемая литература:***

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. С.Я.Лайзане «Физическая культура для малышей»

Г.В.Хухлаева «Занятия по физической культуре с детьми 2-4 лет в малокомплектном детском саду»

М.Н.Попова «Двигательно-игровое пространство в группе детского сада»