

Спортивный уголок дома

Спортивный уголок дома помогает правильно организовать досуг детей, оказывает содействие в закреплении двигательных привычек, приобретённых ранее, развитии ловкости, самостоятельности.

Устроить уголок лучше ближе к окну.

Спортивно- игровой комплекс должен состоять из деревянной стремянки, вертикальных стенок, на которых крепятся канат, стремянка из веревок, резиновая лиана, качели, кольца, турник.

В спортивном уголке необходимо иметь малое физкультурное оборудование: мячи разных размеров, обруч, палку, скакалку. Можно сделать большие мешочки с песком для бросания или ношения на голове (для развития правильной осанки).

Новые упражнения на снарядах вводятся постепенно. Сначала дети выполняют под руководством или наблюдением взрослых, а после удачного усвоения могут заниматься самостоятельно.

Занятия в спортивном уголке должны приносить ребёнку только положительные эмоции.

Взрослые должны хорошо подготовиться, чтобы ребёнку было интересно заниматься.

