

Спортивная площадка в детском саду

Полноценное и разностороннее, физическое развитие и воспитание детей дошкольного возраста невозможны без правильно организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима. Чтобы обеспечить их, необходимо в дошкольном учреждении создать физкультурную базу, т. е. соответствующие условия, как в помещении, так и на участке.

Физкультурная площадка простейшего типа с естественным грунтовым покрытием площадью не менее 250 м должна планироваться в непосредственной близости от игровых участков старших групп. Это позволит использовать её не только для проведения занятий, подвижных игр, но и для самостоятельной двигательной деятельности.

На участке, отведённом под физкультурную площадку, прежде всего необходимо провести вертикальную планировку, то есть выровнять поверхность земли. Уровень площадки должен быть на 5-7 см выше окружающей территории и слегка понижаться к границам площади, что обеспечит сток дождевых вод. Вдоль продольных краёв следует выкопать дренажные канавки глубиной 20-30см и шириной 30-40см, заполнить их крупным щебнем (гравием), а сверху засыпать песком.

После вертикальной планировки и создания травяного покрова производится разбивка площадки, определяются места размещения стационарного оборудования и снарядов (они устанавливаются, как правило, по краям). Их перечень и количество должны обеспечить условия для развития всех основных движений.

Гимнастическая стенка. В зависимости от размера физкультурной площадки можно установить четырёх- или шестипролётную гимнастическую стенку.

Шестипролётная стенка состоит из двух тройных секций, соединённых под углом 120°, что придаёт ей устойчивость. Четырёхпролётная устанавливается в развёрнутом виде.

Возможно использование ещё одного образца гимнастической стенки – двухсторонней. В этом случае две четырёхпролётные стенки устанавливаются параллельно одна дугой (на расстоянии не менее 50см) вдоль одной из продольных сторон площадки. Эта конструкция удобна тем, что на ней одновременно могут выполнять упражнения две группы детей. Высота каждой гимнастической стенки 250-280см, ширина пролёта 80см, расстояние между перекладинами 22-25см, диаметр перекладин 3см.

При окрашивании гимнастической стенки следует выделить цветом перекладины на высоте 150 и 200см, а также верхнюю перекладину. Это позволит регулировать высоту лазанья при выполнении упражнений детьми разного возраста (вставить №1)

Четырёхгранная башня также предназначена для упражнений в лазанье, имеет форму усеченной пирамиды. Размеры башни: нижнее основание 2х2м, верхнее основание 90х90см, высота корпуса 220см.

Верхнее основание и боковые поверхности башни закрывают досками. Через центр пирамиды проходит забетонированная в земле металлическая стойка, которая поднимается над верхним основанием башни не менее, чем на 100см. За крючья, приваренные к стойке на высоте 50см от верхнего основания башни, крепят четыре каната диаметром 2,5-3см. С их помощью дети поднимаются на башню, опираясь ступнями на боковые грани, где закреплены планки размером 15x2x2см на расстоянии (по высоте) 25-30см от другой.

Канаты, шесты и верёвочная лестница подвешиваются на крюки, приваренные к подвижным кольцам, надетым на трубу диаметром не менее 5см (труба закреплена на вертикальных металлических стойках) Если позволяет площадь, лучше поставить две конструкции: одну для канатов и шестов, вторую- для верёвочных лестниц.

Высота стоек (от земли) 270-300см. Расстояние между стойками для канатов и шестов 150см, расстояние от стойки до каната(шеста) 40-500см, между канатами(шестами)50-60см. Расстояние между стойками для лестниц 200см, от стойки до лестницы 30-40см, между лестницами50-60см. В зависимости от поставленных на занятия задач снаряды на стойках могут быть подвешены в разных сочетаниях: верёвочная лестница и канат или шест ; канат, верёвочная лестница и канат и т.д. При таком комбинировании на трубу должно быть надето дополнительное количество колец с крючьями.

В зависимости от поставленных на занятиях задач снаряды на стойках могут быть подвешены в разных сочетаниях: верёвочная лестница и (канат или шест); канат, верёвочная лестница и канат и т.д. При таком комбинировании на трубу должно быть надето дополнительное количество колец с крючьями.

Предложенное расположение снарядов позволит детям не только выполнять упражнения в лазанье, но и в перелезании с каната на верёвочную лестницу, на шест и т.д.

Рукоход состоит из лестницы, горизонтально закреплённой на стойках. Длина лестницы 300-400 см, ширина 50см, диаметр перекладин 2,5-3см. При установке двух снарядов расстояние между перекладинами на одном рукоходе 25см, на втором- изменяющееся: 30см,15см, затем 25см и т.д.

Высота рукоходов от земли 150см и 160см. При такой высоте ребёнок, выполняя упражнение, может опираться ногами о землю (вставить 2)

Козлики по изготовлению очень просты. Два бревна (диаметр не менее15см) вкапывают в землю на расстоянии 90-100см одно от другого (учитывается толщина бревна). Сверху закрепляется третье бревно такого же диаметра длиной 90-100см. Высота снарядов 80см и 90см.

Препятствия устанавливаются в два ряда (от четырёх до восьми штук в каждом) на расстоянии 80-100см одно от другого.

Сплошная стенка собирается из досок со сквозными прорезями для рук и ног, расположенными в шахматном порядке. Доски закрепляются между вертикальными стойками. Высота стенки 220см, ширина 160-180см. К стенке с двух сторон можно пристроить по одному пролёту лестницы.

Такие снаряды, как дуги и заборчик с вертикальными перекладинами, изготавливаются из металла и устанавливаются на площадке в два ряда на расстоянии 100см один от другого.

Заборчик с вертикальными перекладинами для пролезания и проползания змейкой. Основные размеры: длина не менее 300см, высота 60см, расстояние между перекладинами первой половины заборчика 40см, второй половины-50см. Диаметр каждой перекладины 3-3,5см.

Для обучения прыжкам следует иметь специальную оборудованную яму и ровную грунтовую дорожку для разбега, расширяющуюся до ширины ямы. Желательно так расположить дорожку, чтобы при разбеге солнце не светило ребёнку в глаза. Глубина ямы 40-50см., длина 300-350см., ширина 200см.

Вдоль одного из боковых бортов закрепляется мерная планка, окрашенная в яркий цвет. Это помогает воспитателю определить длину выполненного прыжка.

Для упражнений в прыжках в высоту с места и с разбега устанавливают указатели высоты – деревянные съемные стойки. Они вставляются в металлические стаканы (отрезка трубы высотой 20-30 см), который вкапывают со стороны дорожки для разбега на некотором расстоянии от боковых бортов прыжковой ямы. На стойки через каждые 5 см наносят деления (с высоты 30 см до 60 – 70 см). Напротив делений сверлят отверстия, куда вставляют колышки для подвешивания шнура или резинки с грузом на концах. После занятия стойки вынимают, а стаканы закрывают пробками – заглушками.

По дорожке для разбега, если её длина 12 и более метров, дети могут преодолевать несложные препятствия, например перепрыгивать через натянутые шнуры. Для этого через каждые 2-3 метра с двух сторон дорожки вкапывают металлические стаканы, в которые вставляют деревянные стойки с делениями. Чтобы обеспечить безопасность при выполнении бега с препятствиями, между стойками лучше натягивать резинки яркого цвета. По боковым сторонам дорожки для разбега и ямы для прыжков следует предусмотреть зону безопасности.

На физкультурной площадке в качестве простейших и доступных снарядов для ряда упражнений устанавливают автомобильные покрышки разного размера. Расположить их можно параллельно одна другой, или в одну линию, или в два ряда на расстоянии 60-70см одна от другой. Высота от поверхности земли 60см. Покрышки можно поставить плотно в одну непрерывную линию, при этом их рабочая поверхность должна находиться на разной высоте от уровня земли (40.20,50.30см)

Полноценное и разностороннее физическое развитие и воспитание детей дошкольного возраста невозможны без правильно организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима. Чтобы обеспечить их необходимо в дошкольном учреждении создать физкультурную базу, т. е. соответствующие условия как в помещении, так и на участке.

Физкультурная площадка простейшего типа с естественным грунтовым покрытием площадью не менее 250 метров квадратных должна планироваться в непосредственной близости от игровых участков старших групп. Это позволит использовать ее не только для проведения занятий, подвижных и спортивных игр, но и для самостоятельной двигательной деятельности.

На участке, отведенном под физкультурную площадку, прежде всего необходимо провести планировку – выровнять поверхность и создать естественный травяной покров. Для посева рекомендуется стойкие к вытаптыванию травосмеси (мятлик луговой, овсяница красная, овсяница луговая, райграс пастбищный, полевица обыкновенная, клевер ползучий, тимофеевка луговая). Норма высева семян на 1 метр квадратный площади – 15-20 г при хорошей всхожести (95%). На почвах, где много семян сорняков, нормы посева повышаются до 25-30 г на 1 метр квадратный. Наиболее благоприятные сроки засева – с начала весны до середины июня. Первый раз скашивают траву вручную при высоте 10 см.

Часть физкультурной площадки может быть и с твердым покрытием, что позволяет проводить занятия в любое время года. Наиболее оптимальные размеры площадки – 24 на 15 м, но в зависимости от условий они могут колебаться от 30 на 18 м до 19 на 9 м. Рекомендовано резино-битумное и асфальтовое покрытие. Занятия в холодное время года на асфальтовой площадке не нарушают развитие свода стопы детей. Кеды с войлочной стелькой и шерстяные носки создают достаточную амортизацию при выполнении интенсивных движений (*бег, прыжки*).

Уровень физкультурной площадки должен быть на 10 см выше уровня окружающей среды и слегка понижаться к ее границам, что обеспечит сток дождевых вод. После планировки проводится разбивка площадки, определяются места размещения снарядов. При их установке на физкультурной площадке во избежание травм детей необходимо соблюдать следующие требования.

1. Располагать оборудование по краям площадки так, чтобы большая часть ее использовалась для проведения подвижных игр, физкультурных праздников и досугов.

2. Следует предусмотреть зоны безопасности. Расстояние между снарядами должно быть не менее 2 м, расстояние до деревьев, кустарника и скамеек не менее чем 150 см. Кустарник и деревья необходимо своевременно подстригать. Под снарядами для лазанья, подъемов, соскоков (*возможны срывы и падения*) должна быть мягкая песчано-опилочная подушка толщиной 30-40 см.

3. Снаряды, сделанные из металла следует установить на прочном, устойчивом фундаменте.

4. У деревянного оборудования все части, находящиеся в земле, должны быть покрыты битумным лаком с целью предохранения от гниения.

5. Учитывая всестороннее воздействие упражнений на организм ребенка, важно правильно, разместить физкультурное оборудование, чтобы:

Обеспечить многократность повторения одного и того же движения;

Упражнения выполняемые ребенком поочередно на нескольких снарядах, не воздействовали на одну и ту же группу мышц;

Сильные по физиологическому эффекту упражнения сменялись упражнениями спокойного характера.

Вариантность размещения оборудования позволит при обучении переходить от простого к сложному, подбирать разнообразные сочетания упражнений. Предлагаемое нами оборудование исключает односторонность в физическом развитии и рассчитано на то, чтобы у детей вырабатывались и совершенствовались стереотипные и ситуационные движения.

Во время работы на снарядах инструктор координирует деятельность детей, вместе с воспитателем помогает им при выполнении сложных упражнений, обеспечивает страховку. Дети занимаются а спортивной одежде и обуви, в теплое время года – босиком.

Желательно, чтобы отдельные небольшие участки площадки были затенены. Скамейка и диванчики устанавливаются как на открытой ее части, так и на теневой, физкультурную площадку необходимо содержать в чистоте, регулярно пропалывать сорняки, скашивать траву, поливать, опрыскивать кустарник и крону деревьев.

На физкультурной площадке создаются условия для развития всех основных видов движений. Пролезание, лазание, перелезание относятся к любимым движениям детей. Упражнения в лазании на снарядах разной конструкции и высоты воспитывают ловкость, смелость и привычку к высоте.

Расположение снарядов на физкультурной площадке.

1. Гимнастическая стенка.
2. Бревно приподнятое.
3. Заборчик для пролезания с вертикальными перекладинами.
4. Стенка (*сплошная*) для перелезания.
5. 7. Сектор для прыжков.
6. 9. Стойка с канатами и веревочными лестницами.
7. 12. Дорожка из малых заборчиков.
8. 15. Стенка с горизонтальными перекладинами.
9. 17. Расположение снарядов на дорожке препятствий.
10. Гимнастическая стенка.
11. Заборчик для пролезания с вертикальными перекладинами.
12. Стенка (*сплошная*) для перелезания.
13. 10. Стойка с канатами и веревочными лестницами.
14. 12. Дорожка из малых заборчиков.
15. 13. Дорожка из шин.
16. 14. Бревно приподнятое.
17. 15. Стенка с горизонтальными перекладинами.
18. 17. Сектор для прыжков.

Предметно развивающая среда в дошкольном учреждении Презентация "Предметно-развивающая среда в дошкольном учреждении. В которой показано оформление продуктивной деятельности в группах. Данная.

Чтобы полноценно развиваться, дошкольники должны проводить 3-4 часа в день на свежем воздухе. В детских садах для прогулок оборудованы специальные площадки. Разбираемся, как они должны быть обустроены согласно СанПиН и ФГОС и что делать, если эти правила нарушаются.

Как должны быть обустроены детские площадки с точки зрения СанПиН

Пространство. В новых СанПиН не сказано, какого размера должна быть площадка для прогулок в детском саду. Но, во-первых, понятно, ее должно хватать для всех групп. Во-вторых, участки разных групп должны быть отделены друг от друга. В-третьих, на площадке нужно разместить теневой навес, который чаще оборудуют как веранду, песочницы, место для игр и спортивных занятий. В-четвертых, можно ориентироваться на старые СанПиН, по которым на одного ребенка должно было приходиться не меньше 9 кв.м. игровой площадки.

Покрытие должно быть мягким, натуральным или полимерным, без дефектов. Если появляются дефекты, покрытие необходимо менять. Конечно, это не твердый асфальт.

Оборудование. На площадке должны быть навес, песочницы, оборудование для детских игр. Точных требований к оборудованию в документах нет — дошкольные организации сами решают, какое подойдет им лучше. Но все оборудование должно соответствовать ГОСТ и СНиП (строительные нормы и правила). Например, у любого оборудования должны быть закругленные углы, у горок должны быть перила на лестницах и скате.

В песочницах необходимо менять песок раз в год — новый песок нужно проверить в лаборатории на отсутствие паразитов.