НЕПОСИДАМ, ПУСТУНАМ, ФАНТАЗЕРАМ-МАЛЮКАМ

Подарувати маленьким пустунам і непосидам радість руху допоможе ось такий простий і водночас багатофункціональний інвентар, запропонований педагогами з Кам'янця-Подільського. Це обладнання — компактне, мобільне, легке для перенесення та зручне для застосування й у фізкультурній залі, й на майданчику, веранді чи терасі. А який простір для фантазії!..

ДИВО-МЕТЕОРИТИ

Опис. "Метеорити" мають кулеподібну форму, пошиті з тканини двох кольорів та розмірів (діаметр — 35 см і 18 см), наповнені поролоном; за потреби кріпляться до шнурів за допомогою карабінів. Довжину шнурів можна регулювати. Кулі розміщуються в різних конфігураціях: по прямій, колом (карусель), хаотично. Внизу до кожної кулі можна прикріпити додаткові предмети (дзвіночки, стрічки, інші орієнтири).

Мета: формувати і вдосконалювати навички ходьби, бігу, повзання по прямій, по колу, "змійкою", стрибків із просуванням уперед на одній та обох ногах, перестрибування через предмети, влізання, застрибування і зістрибування з підвищеної опори; вправляти у виконанні загальнорозвивальних вправ; розвивати швидкісно-силові якості, координацію і спритність рухів, гнучкість, окомір, відчуття рівноваги; виховувати організованість, самоконтроль.

Варіанти застосування: ходьба та біг по прямій, по колу, "змійкою" між нерухомими кулями і такими, що розгойдуються; переступання/перестрибування через кулі, влізання/застрибування на них, зістрибування, підстрибування до предметів з місця та в русі; повзання різними способами між розкладеними чи підвішеними кулями; виконання загальнорозвивальних вправ із вихідних положень сидячи на кулях, стоячи на кулях (обома чи однією ногою), з кулями в руках тощо.

Матеріал надала ***Євгенія Пиріг****, інструктор з фізкультури, ЗДО № 5 "Олімпійський", м. Кам'янець-Подільський, Хмельницька обл.*

ХОДУЛІ

Опис. Пара "ходуль" виготовлена з дерев'яного циліндра (висота — 10 см, діаметр — 10 см), розпиленого навпіл; у кожній половині просвердлені наскрізні отвори діаметром 1 см, крізь які протягнуті мотузки завдовжки до 110 см.

Мета: розвивати вміння тримати рівновагу при стоянні та ходьбі на обмеженій та нестійкій опорі, гнучкість і координацію рухів; зміцнювати м'язи тулуба й ніг; виховувати інтерес і творчий підхід до рухової активності.

Варіанти застосування: стояння на хиткій опорі, ходьба різними траєкторіями як окремі рухові вправи та під час рухливих ігор змагального типу.

Матеріал надала ***Тетяна Бондарчук****, вихователь, ЗДО № 20, м. Кам'янець-Подільський, Хмельницька обл.*

Сучасному дитсадку — сучасні журнали!

ПЕРЕДПЛАТІТЬ КОМПЛЕКТ НА ІІ ПІВРІЧЧЯ 2019 РОКУ:

- на сайті **jmil.com.ua/peredplata** (оберіть свій варіант вигідної передплати)
- у будь-якому відділенні Укрпошти (індекс комплекту – **95989**)