



«ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ»

Применяется для детей всех возрастных групп.

Организация РППС: Площадка, физкультурный зал, участок детского сада.

Необходимое оборудование: Любой спортивный инвентарь и оборудование. Спортивный инвентарь и оборудование устанавливается таким образом, чтобы дети могли двигаться и выполнять различные виды движений - прыжки, лазанье, ползание, ходьбу по ограниченной плоскости, висы, перелезание и т.д.

Организация двигательной деятельности: Дети выходят на площадку, выполняют небольшую разминку (самостоятельно), проговаривают правила и начинают действовать в предлагаемой среде. Маршрут движения дети выстраивают самостоятельно.

Правила для младшего возраста:

Полоса препятствий для младшего возраста, готовится заранее. Соблюдение безопасного поведения для себя и по отношению к другим детям. Соблюдение порядка (если оборудование сдвигается, нужно поправить, вернуть на место).

Правила для старшего возраста:

Дети старшего возраста самостоятельно выстраивают полосу препятствий, используя любое оборудование, выставляя его в любой последовательности, могут применять его не по назначению.

После построения, полосу препятствий проверяют на безопасность и начинают двигательную деятельность. По сигналу убирают оборудование и инвентарь, на свои места.

Примечание: Необходимо устанавливать оборудование в разных сочетаниях, каждый раз «удивляя» детей.

Преимущества: За ограниченное время у детей есть возможность выполнять множество различных движений в разных сочетаниях. Высокая двигательная активность детей. Ребенок сам выбирает нагрузку, темп, интенсивность выполнения упражнений, а также вид деятельности, который наиболее подходит к его индивидуальным потребностям.