

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад
№ 249 компенсирующего вида»

Развивающая предметно- пространственная среда тренажерного зала.

Инструктор по физической культуре
Бобоев Руслан Анорович

Значение предметно-пространственной среды

- Предметно-пространственная среда — это совокупность объектов и пространства, которые способствуют развитию физических навыков, координации и общей физической подготовки.
- Важно, чтобы среда была безопасной, доступной и разнообразной.

Цель:- способствовать гармоническому развитию и саморазвитию детей в соответствии с требованиями ФГОС.

Задачи:

- организовать развивающую среду, способствующую эмоциональному благополучию детей с учётом их потребностей и интересов;
- создать условия для обеспечения разных видов деятельности дошкольников (игровой, двигательной, самостоятельной);
- учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей;

Тренажерный зал

- Тренажерный зал — это ключевое место для занятий физической культурой.

- Он хорошо освещен, проветриваем и оснащен современным оборудованием.



Основные зоны тренажерного зала

1. Кардиозона:

- Беговые дорожки
- Велотренажеры
- Эллиптические тренажеры

2. Силовая зона:

- Гантели и штанги
- Силовые тренажеры (брусья, лавки)

3. Функциональная зона:

- Маты для растяжки
- Скакалки, медболы и эспандеры



Описание тренажеров

- Беговая дорожка: помогает развивать выносливость и укреплять сердечно-сосудистую систему.
- Велотренажер: идеален для кардионагрузок, подходит для людей с разным уровнем подготовки.
- Силовые тренажеры: позволяют безопасно выполнять упражнения на различные группы мышц с возможностью регулировки нагрузки.



Безопасность и уход за оборудованием

- Регулярная проверка состояния тренажеров.
- Обучение пользователей правильному использованию оборудования.
- Создание безопасной среды для тренировок.







Заключение

- Развивающая предметно-пространственная среда играет ключевую роль в успешной работе инструктора по физической культуре.
- Правильно организованный тренажерный зал способствует повышению интереса к занятиям физической культурой и улучшению результатов обучающихся.