

Консультация для родителей: «СПОРТИВНЫЙ УГОЛОК ДОМА»

Организовать дома в условиях самоизоляции активный досуг детей, закрепить двигательные навыки, полученные на физкультурных занятиях в детском саду, развить у ребёнка ловкость, координацию движений, самостоятельность поможет **домашний спортивный уголок**. Занятия в спортивном уголке способствуют закреплению умений и навыков, развитию координации движений, ловкости, силы, самостоятельности.

Оборудовать такой уголок совсем несложно: некоторые пособия можно приобрести в спортивном магазине, другие сделать самостоятельно. По мере формирования движений и расширения интересов ребёнка уголок следует пополнять более сложным инвентарём различного назначения.

Уголок следует располагать в хорошо освещённом и проветриваемом месте комнаты. Для него достаточно места площадью 2 кв. м. В спортивном уголке дома должны быть мелкие физкультурные пособия: мячи разного диаметра (*от маленького теннисного до большого надувного мяча для малышей*), гимнастические палки разной длины, обручи, деревянные и пластмассовые кубики, флажки, шнуры или верёвки (*длиной от 30 – 40 см до 60 – 70 см*), скакалки, кегли и др.

В условиях малогабаритных квартир сложно выделить место для стационарного спортивно-игрового комплекса, содержащего лесенку-стремянку, вертикальную лестницу, верёвочную лестницу, перекладину, кольца, канат, качели. Но если у родителей есть возможность приобрести такой комплекс и разместить его в квартире, это даст дополнительный импульс в физическом развитии их малыша!

**Подготовил: инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории
Юхарева И.В.**