

### **Спортивная площадка предназначена для:**

- проведение занятий по физическому развитию на открытом воздухе для всех возрастных групп в теплый период времени (в холодный период времени для детей старшего дошкольного возраста);
- проведение утренней гимнастики, спортивных праздников и развлечений на открытом воздухе;
- проведение соревнований, в том числе с участием родителей (законных представителей) обучающихся (воспитанников);
- закрепление основных видов движений (прыжки, ходьба, лазанье, равновесие).



### **ОПИСАНИЕ СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКИ**

**БЕГОВАЯ ДОРОЖКА** Беговая дорожка замкнутая, расположена по асфальтированной физкультурной площадке. Дорожка предназначена для развития скоростных качеств ребенка, для развития ловкости и координационных способностей.

Дуги высотой 40, 50, 60 см, шириной 50, 60, 70 см. расположены на расстоянии 80-100 см. друг от друга. Предназначены для упражнений в подлезании, перелезании, прокатывании мячей.

**ПРЫЖКОВАЯ ЯМА** Яма для прыжков длиной 3-4 м. шириной 1,5-2 м. дорожка для разбега 810 м. ширина ее 80-100 см. планка для отталкивания на расстоянии 20-30 см. от края ямы. Яма заполнена песком смешанным с опилками. Яма предназначена для обучения прыжкам в длину с места и с разбега.



**СТЕНКА ДЛЯ МЕТАНИЯ** Стенка высотой 110-120 см., в которую входят два круга диаметром см., окрашенные в разные контрастные цвета. Используется для упражнения метания в цель. Позволяет развивать мышцы плечевого пояса и глазомер ребенка.



**ГИМНАСТИЧЕСКАЯ СТЕНКА** Высота до трех метров четырех-трех пролетная. Ширина пролета 70-80 см. расстояние между перекладинами 22 см. на стенке дети упражняются в лазании, перелезании с пролета на пролет

для выполнения гимнастического упражнения. Воспитывает ловкость, смелость и привычку к высоте.



**БРУС - БАЛАНСИР.** Брус шириной 10-55 см. и длиной 3-6 м. закрепляется на одном расстоянии. Высота 20-25 см. Предназначен для удержания равновесия, при котором дети учатся владеть своим телом.



**СЕКЦИЯ ДЛЯ ПОДВЕСНЫХ СНАРЯДОВ** Состоит из рамы с закрепленными на верхнем основании крюками. Предназначена для подвешивания качелей, веревочной лесенки, каната для лазания (гладкого и с узлами), мячей. Предназначена для подтягивания, развивает силу крупных групп мышц.

