

УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ  
СОЛОМ'ЯНСЬКОЇ РАЙОНОЇ В МІСТІ КИЄВІ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

**Дошкільний навчальний заклад № 432**

**Обладнання**

**«МОТУЗКОВЕ МІСТЕЧКО»**

Шепель Наталія Борисівна  
Інструктор з фізкультури  
Врочинська Марина Леонідівна  
Вихователь-методист

497-71-01

098-834-87-03

# Мотузкове містечко

це нестандартне фізкультурне обладнання, яке спрямоване на удосконалення рухових навичок і комплексний розвиток рухових якостей дітей у природних умовах.



# Завдання № 1 «Метелик»

Обладнання: 2 мотузки (діаметр – 5 мм, довжина – 10 м) натягнуті між дерев під кутом одна до одної, відстань від землі:

- для дітей 6 років - внизу – 25 - 30 см, вгорі – 185 - 190 см
- для дітей 7 років - внизу - 30 – 35 см, вгорі - 190 – 195см

Варіанти завдань: пролізти в «крила метелика»

- грудьми вперед
- правим (лівим ) боком
- підлізати під «крила метелика»





## Завдання № 2 «Мотузкова смуга перешкод».

Обладнання: 2 довгі мотузки (діаметр – 5 мм, довжина – 10 м) між якими кріпляться 3 короткі мотузки (діаметр – 5 мм, довжина – 80 см) на відстані одна від одної – 80 см. Довгі мотузки натягнуті між дерев вертикально; кріпляться на відстані від землі:

- для дітей 6 років - внизу – 25 - 30 см, вгорі – 105 - 110 см
- для дітей 7 років - внизу - 30 – 35 см; вгорі - 110 – 115 см

Варіанти завдань: пролізти в отвір між мотузками

- лівим (правим) боком
- грудьми вперед.



## Завдання № 3 «Нижні перила»

Обладнання: 1 мотузка (діаметр – 8 мм, довжина – 10 м) натянута між двох дерев; кріпиться на відстані від землі:

- для дітей 6 років - 25 - 30 см
- для дітей 7 років - 30 – 35 см

Варіанти завдань: переступити через мотузку,

- лівим (правим) боком
- обличчям вперед





## Завдання № 4 «Верхні перила з сюрпризом»

Обладнання: 1 довга мотузка (діаметр – 8 мм, довжина – 10 м), 4 короткі (діаметр – 5 мм, довжина 10 см), 4 шишки. Мотузка натянута між двох дерев, на відстані від землі 160 – 170 см. На мотузці на висоті 15 – 20 см над витягнутою рукою дитини висять шишки, каштани, жолуді тощо.

Варіанти завдань:

- стрибати на двох ногах з просуванням вперед торкнутись до предметів.
- стрибати на одній нозі правій (лівій) просуваючись уперед та торкнутись предметів.

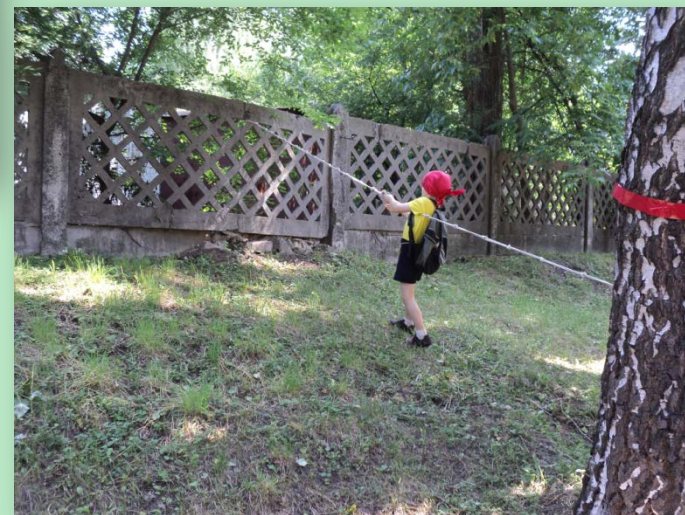
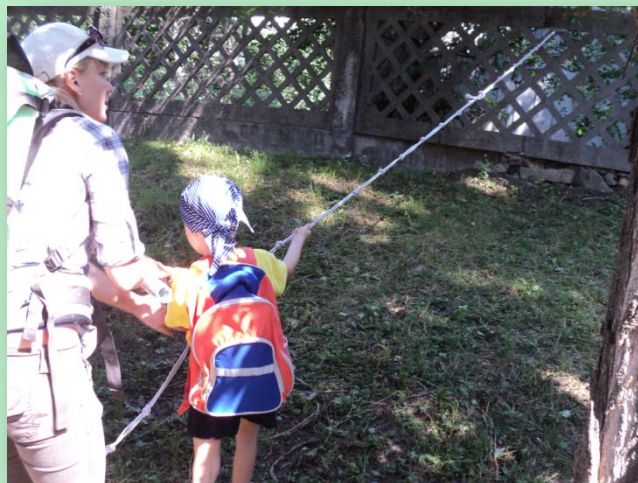


## Завдання № 5 «Підйомник (спуск) на пагорб 5м»

Обладнання: 3 мотузки (діаметр – 6 мм, довжина – 6 м) з яких сплетений канат (6 м), по його довжині кожні 25 см нав'язані вузли «вісімка».

Варіанти завдань::

- підняти на пагорб обличчям вперед за допомогою канату.
- спуститись з пагорба спиною вперед за допомогою канату





## Завдання № 6 «Драбина»

Обладнання: 1 стандартна мотузкова драбина (довжина – 2м 40 см, ширина – 30 см, відстань між щаблями – 20 см), яка натягнута між дерев горизонтально, кріпиться на відстані від землі:

- для дітей 6 років - 25 - 30 см
- для дітей 7 років - 30 – 35 см

Варіанти завдань:

- переступити через щаблі драбини обличчям вперед
- переступати лівим (правим) боком.





## Завдання № 7 «Перейти через болото»

Обладнання (ландшафт): розрихлена смуга (площа 4 x 2 м), в яку вкопані 11 дерев'яних дисків - «купинок» (висота – 7 см; діаметр – 15 – 22 см) на відстані одна від одної 45 – 50 см

Варіанти завдань: перейти болото по дерев'яним дискам « з купинки на купинку».

- обличчям вперед.
- тримаючись за мотузку.





## Завдання № 8 «Переправа з карабінами»

Обладнання: 3 колоди (довжина – 1 м, діаметр – 30 см), які вкопані в землю на 10 см на відстані 45 см одна від одної та укріплені кожна 4 кілочками (довжина 20 см, діаметр – 3 см ); над колодами між двох дерев, на відстані від землі 90 см натягнута 1 довга мотузка (діаметр – 10 мм, довжина – 20 м) – «перила». У дітей на поясі одягнена страховка – мотузка з карабіном.

Варіанти завдань: переправитись по колодах приставним кроком лівим (правим) боком, тримаючись руками за «перила» .

- з карабіном
- без карабіну





## Завдання № 9 «Маятник»

Обладнання: 4 мотузки (діаметр – 8 мм, довжина – 4 м) з яких сплетений канат (4 м), по його довжині кожні 25 см нав'язані вузли «вісімка». Канат міцно закріплений на дереві на висоті 2,5 м над землею. Під деревом невеличкий рівчак (площа 1,5 – 2 м)

Варіанти завдань: перестрибнути через рівчак за допомогою канату

- з місця
- з розбігу.





# Завдання № 10 «Павутиння»

Обладнання: з мотузки (діаметр – 5 мм, довжина – 30 м) сплетена сітка (площа – 5 x 4 м) з отворами різної величини, яка натягнута між дерев; кріпиться на відстані від землі:

- для дітей 6 років - 25 - 30 см
- для дітей 7 років - 30 – 35 см

Варіанти завдань: перейти з одного боку «павутиння» на інший не зачепивши мотузки.

- обличчям вперед
- спиною вперед
- лівим (правим) боком

