СПОРТИВНЫЙ УГОЛОК В ДЕТСКОЙ КОМНАТЕ

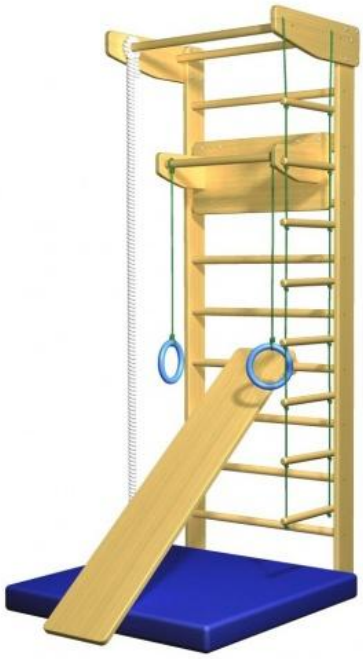
Консультация для родителей

Воспитание многих современных детей основывается на интеллектуальном становлении. С раннего возраста детей отдают на различные дошкольные и подготовительные курсы. Безусловно, все это нужно, но не в ущерб физическому развитию. Задача любого родителя – сделать так, чтобы ребенок рос и формировался во всех планах: как умственно, так и физически. Одним из важных этапов – детская комната, которая должна быть оборудована не только всеми инструментами для учебы и отдыха, но и спортивным уголком. В обычных условиях, когда квартиры имеют небольшую площадь комнаты, сделать это проблематично, но все-таки можно.

Ведь современные конструкции достаточно разнообразны, чтобы удовлетворить потребности ребенка в постоянном движении, а также соответствовать пожеланием родителей, как в ценовой политике, так и в плане размещения.

ВИДЫ СПОРТИВНЫХ УГОЛКОВ

Перед установкой уголка, следует ознакомиться с их видами и ассортиментом. В комнату небольшого размера лучше всего подойдет спортивный уголок Г-образной формы.



Они свободно крепятся к стене и не занимают много места. Однако такая конструкция будет менее функциональна. Если есть возможность, лучше выбирать спортивный уголок П-образной формы. Несмотря на то, что конструкция требует больше пространства, она является более функциональной, что, несомненно, пойдет на пользу ребенку. Кроме того, не менее важно, чтобы вся спортивная конструкция гармонично вписывалась в общий интерьер. Помимо различных цветовых вариаций, также можно выбрать и материал уголка. Основными для изготовления являются дерево и металл. Первый вариант считается лучшим, так как он изготовлен из натурального материала и не имеет в составе никаких дополнительных примесей. Однако металлический вариант является более прочным и способен одновременно выдержать несколько детей.

Домашний спортивный уголок для детей также разнообразен в плане выбора атрибутов. Наиболее популярным являются следующие составные компоненты, которые служат не только в качестве развлечения, но и развивают у ребенка мышцы и различные характерные качества:

- Шведская стенка – основа любого уголка. Дополнив его различными деталями, ребенок может заниматься любыми упражнениями.
- Гимнастические кольца, горизонтальные лесенки, турники способны не только скоротать время чада за веселой игрой, но и укрепить мышцы рук и живота.
- Качели подойдут даже для самых маленьких. Главное перед приобретением, учитывать пространство. Ведь даже самый компактный их вид требует довольно много свободного места.
- Канаты, веревочные лестницы и сетки помимо воздействия на все группы мышц, разовьют у ребенка силу воли. Ведь какова будет его радость, когда, несмотря, на многие неудачные попытки, он все-таки доберется до верха веревки.
- Баскетбольное кольцо и мяч обеспечат любовь к данному виду спорта и разовьют моторику рук и координацию движений.
- Также ребенок будет с удовольствием отрабатывать боксерские навыки на груше, представляя себя любимым героем, который одолел целую армию своих врагов.
- Маты. Позаботившись об инструментах, не стоит забывать и безопасности. Наверняка ребенок во время игры будет падать далеко не один раз. Чтобы обезопасить его от ссадин и синяков, пол в обязательном порядке должен быть устелен матрасами.

ИДЕИ ДЛЯ УСТАНОВКИ СПОРТИВНОГО УГОЛКА

Первый вариант заключается в монтировании обычной спортивной шведской стенки с турником, к которой также можно добавить грушу, кольца или баскетбольное кольцо. Такая установка может занять не более одного метра. А установив ее в углу комнаты, она нисколько не будет мешать передвижению и использованию других вещей в комнате.

Вторым, более универсальным и функциональным вариантом оснащения спортивным инвентарем небольшой детской комнаты является использование комбинированной мебели. В таком случае мебель может одновременно выполнять несколько функций. В нее, помимо компонентов для спортивных занятий входит кровать, шкаф, стол или тумбочка. Комбинированная мебель прекрасно экономит место. К тому же, ее можно подобрать под любой дизайн комнаты.

Если же у ребенка большая и просторная комната, вариантов и методов установки уголков значительно больше. В таком случае можно поставить целую спортивную систему. Обычная шведская стенка может быть дополнена не только турником, но и горизонтальными лестницами, различными препятствиями и прочим другим инвентарем. Цена такой спортивной установки в детской комнате будет значительно превышать предыдущие варианты. Однако ее наличие позволит весело проводить время с друзьями, устраивать детские вечеринки в честь дня рождения или другого торжества прямо дома. При этом детям никогда не будет скучно. К тому же обилие спортивных снарядов еще больше будет наталкивать ребенка на занятия спортом.

Подключив воображение, можно оформить уголок в виде пиратского корабля или джунглей. Соответственно и комната должна быть оформлена в подобном стиле. Такая обстановка требует больших хлопот. Но можно не сомневаться, что смех ребенка и его восторженные глаза окупят все усилия.

ПОКРЫТИЕ КОНСТРУКЦИИ

Определившись с материалом и габаритами спортивного уголка, можно выбирать цветовую гамму. Опираться можно на классический вариант. То есть, для мальчика выбирается уголок с различными оттенками синего, зеленого, черного. Для девочек подойдет красный, желтый и другие яркие тона. Если выбирать нужно для мальчика и для девочки, можно сочетать цвета на любой вкус.

Более важен не цвет, а качество покрытия. Со временем, из-за интенсивного использования, краска может отслоиться или протереться. Учитывая высокую стоимость конструкции, этот фактор является весьма неприятным.

Совет! Некоторые родители вовсе отказываются от покрытия краской. Деревянные спортивные уголки просто обрабатываются лаком, а металлические – специальным раствором, который обезопасит железо от различных изменений.

Несмотря на простоту, при правильной обстановке комнаты, такой уголок будет смотреться ничем не хуже.

РУЧНОЕ ИЗГОТОВЛЕНИЕ

Умелый хозяин может построить детский спортивный уголок и своими руками. Для этого, сначала нужно определиться, какие составляющие будет иметь конструкция. Основой является шведская стенка. Поэтому ее возведение обязательно.

Для этого понадобится:

- 2 бруса с размерами 5x14x300. Последнее значение можно менять в зависимости от высоты потолка.
- 6 черенков под лопату. Купить их можно в строительном магазине.

Важное условие, чтобы они не имели никаких сучков и трещин. Поверхность должна быть идеально гладкой.

- Металлические уголки и шурупы для крепления к стене.
- Качественный супер-клей
- Бельевая веревка
- Трос
- Кольца
- Маты
- Инструменты: дрель, пила, наждачная бумага

После того как оба бруса будут подогнаны под высоту потолка, следует обработать их рубанком и наждачной бумагой, пока поверхность не станет гладкой. После этого, в каждой балке следует проделать отверстия для перекладины. Используя трехметровый брус, будет достаточно 11-12 отверстий. Их диаметр должен соответствовать черенкам, иначе перекладины либо не станут, либо будут прокручиваться.

Далее разделенные пополам черенки вставляются в проделанные отверстия, а к балкам монтируются уголки. Затем конструкция ставится к стене. Таким образом, наносится разметка, которая отображает места крепления уголков.

Перед установкой стенки, все перекладины должны быть заделаны клеем. Монтировать конструкцию к стене можно уже после высыхания черенков. Шведская стенка для спортивного уголка готова. Дополняется она турником, который можно либо смастерить вручную, используя два бруса, шурупы и перекладину, либо приобрести в магазине. Гимнастические кольца также можно сделать самостоятельно, используя кольца и трос. Остальные детали (канат, веревочную лестницу и прочие) также можно установить самостоятельно.

По желанию, спортивный уголок можно покрыть лаком или краской.
Источник: https://bouw.ru/article/sportivniy-ugolok-v-detskoy-komnate