



Образовательная область «Физическое развитие» в рамках введения ФГОС ДО

Старший воспитатель
МБДОУ ЦРР-д/с № 13
МО г. Новороссийска
БОЙКО Л.Ф.



Федеральный государственный стандарт дошкольного образования ориентирует на решение следующих задач:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитию способностей и творческого потенциала каждого ребенка;
- формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности.



Образовательная область «Физическое развитие» в рамках введения ФГОС ДО

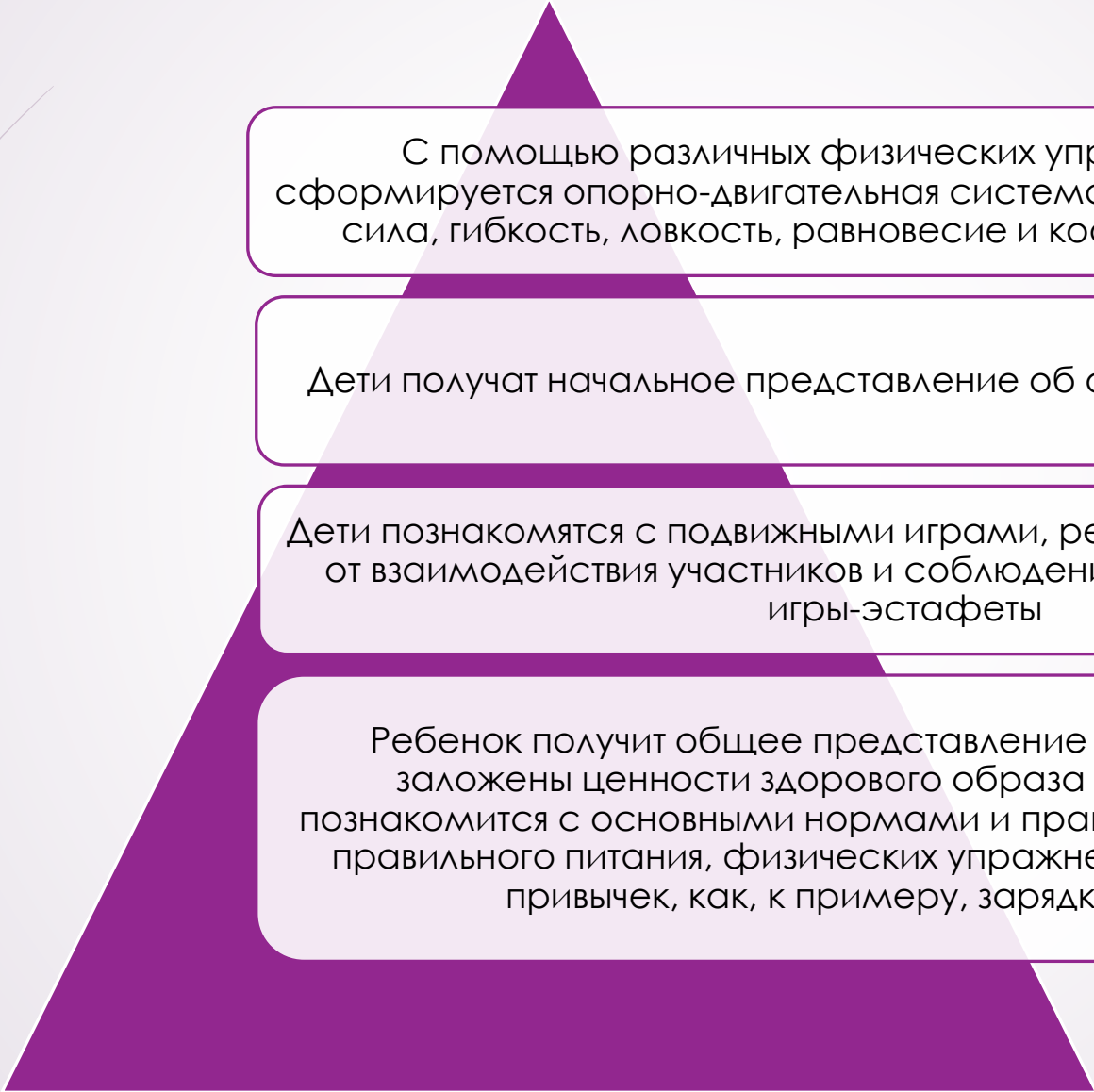
«Физическая культура»

- – развитие физических качеств (силовых, скоростных, в том числе гибкости, выносливости, координации);
- – накопление и обогащение двигательного опыта у детей;
- – формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

«Здоровье»

- – сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- – воспитание культурно-гигиенических навыков;
- – формирование первичных представлений о здоровом образе жизни.

Согласно ФГОС, результатами физического развития дошкольников должно стать следующее:



С помощью различных физических упражнений у детей сформируется опорно-двигательная система организма, разовьются сила, гибкость, ловкость, равновесие и координация движений

Дети получают начальное представление об основных видах спорта

Дети познакомятся с подвижными играми, результат которых зависит от взаимодействия участников и соблюдения правил (к примеру, игры-эстафеты)

Ребенок получит общее представление о ЗОЖ, в нем будут заложены ценности здорового образа жизни, а также он познакомится с основными нормами и правилами, касающимися правильного питания, физических упражнений и таких полезных привычек, как, к примеру, зарядка по утрам.

Для достижения этих результатов в программе любого дошкольного образовательного учреждения необходимо уделить внимание следующему:

Физические
упражнения

Оздоровительные
занятия
(зарядка по утрам,
подвижные игры,
закаливание)

Активный отдых
(спортивные
праздники, походы.

Воспитательная
работа

Направления физического развития



Принципы физического развития

Дидактические

- - систематичность и последовательность;
- - развивающее обучение;
- - доступность;
- - воспитывающее обучение;
- - учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- - сознательность и активность ребенка;
- - наглядность

Специальные

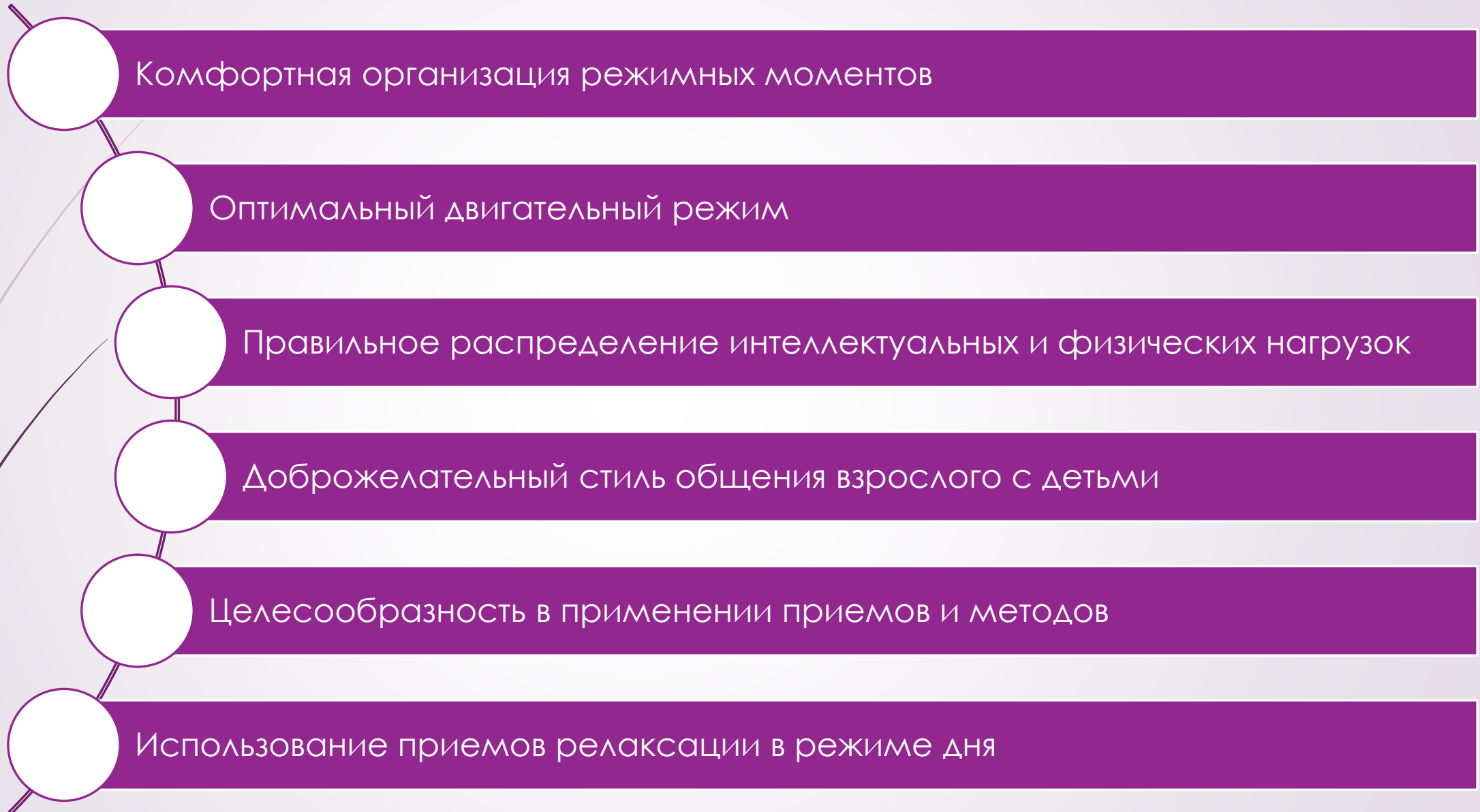
- - последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- - цикличность

Гигиенические

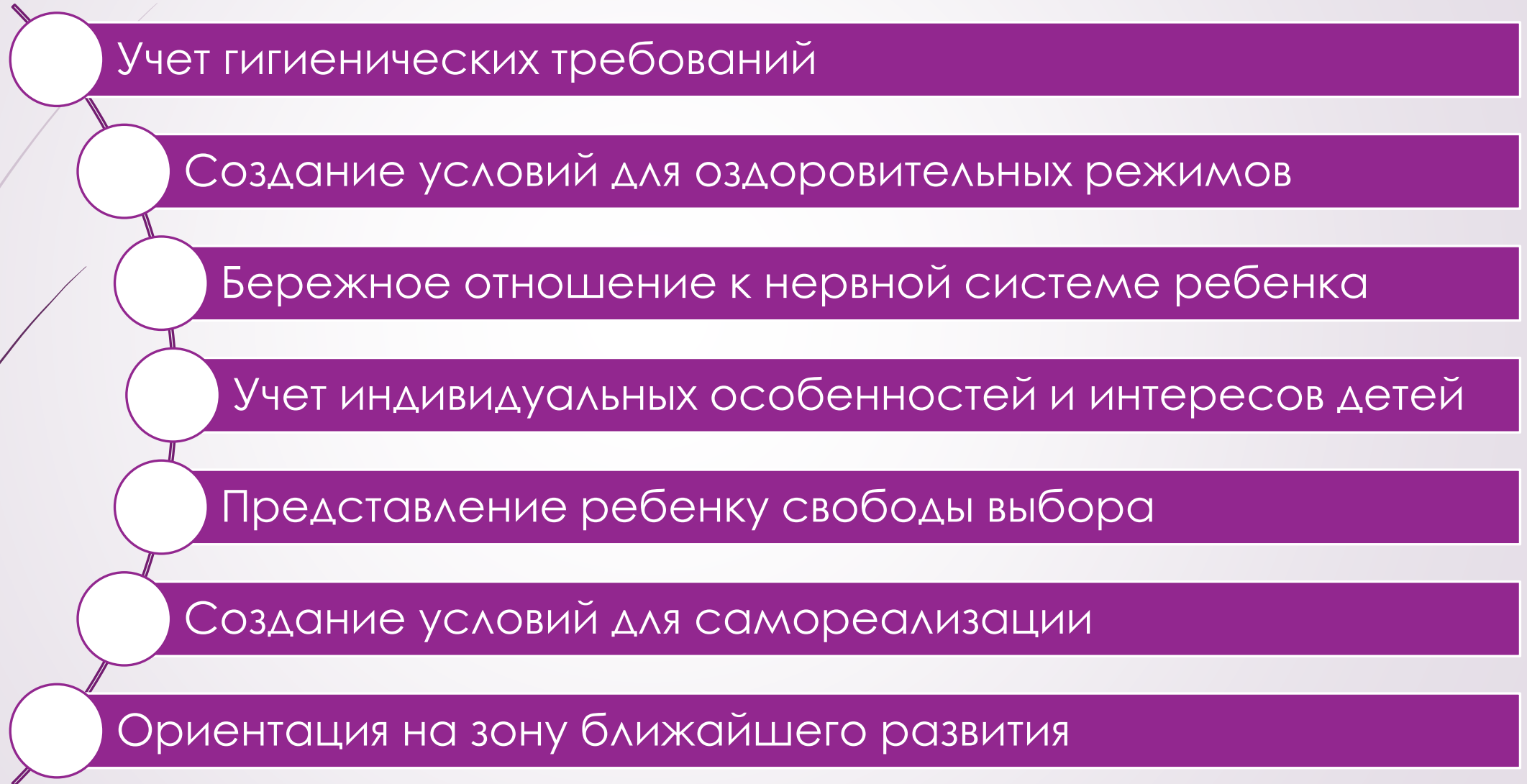
- - сбалансированность нагрузок;
- - рациональность чередования деятельности и отдыха;
- - возрастная адекватность;
- - оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- - осуществление лично
- - ориентированного обучения и воспитания

Средства физического развития	Формы физического развития	
Двигательная активность, занятия физкультурой	Физкультурные занятия	Занятия по плаванию
	Закаливающие процедуры	Утренняя гимнастика
Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода)	Подвижные игры	Корригирующая гимнастика
	Физкультминутки	Гимнастика пробуждения
Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)	ЛФК	Физкультурные упражнения на прогулке
	Спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования	Ритмика
	Кружки, секции	Музыкальные занятия
	Самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей	

Психологическая безопасность



Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса

- 
- Учет гигиенических требований
 - Создание условий для оздоровительных режимов
 - Бережное отношение к нервной системе ребенка
 - Учет индивидуальных особенностей и интересов детей
 - Представление ребенку свободы выбора
 - Создание условий для самореализации
 - Ориентация на зону ближайшего развития



Методы физического развития

Наглядный

- **Наглядно-зрительные приемы** (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры)
- **Наглядно-слуховые приемы** (музыка, песни)
- **Тактильно-мышечные приемы** (непосредственная помощь воспитателя)

Словесный

- Объяснения, пояснения, указания
- Подача команд, распоряжений, сигналов
- Вопросы к детям
- Образный сюжетный рассказ, беседа
- Словесная инструкция

Практический

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме

В теории физического воспитания используются также **специфические методы:**

метод строго регламентированного упражнения

- наличие твердо предписанной программы движений (техника движений, порядок их повторения, изменения и связи друг с другом);
- точное нормирование нагрузки по ходу выполнения упражнения, а также нормирование интервалов отдыха и чередование его с нагрузками;
- создание внешних условий, облегчающих управление действиями ребенка (распределение групп на местах занятий, использование пособий, снарядов, тренажеров, способствующих выполнению учебных заданий, дозирование нагрузки, контроль за ее воздействием и т.д.).

игровой метод

Игровой метод отражает методические особенности игры и игровых упражнений, которые широко используются в физическом воспитании. Он близок к ведущей деятельности ребенка, дает возможность совершенствования двигательных навыков. В работе с детьми широко используются сюжетные и несюжетные, а также спортивные игры.

соревновательный метод

- Он эффективно способствует практическому освоению действий физических упражнений и используется во всех возрастных группах. Перед малышами ставится задача: кто быстрее принесет флажок, кто дальше бросит мяч. В старших группах этот метод позволяет совершенствовать движения, эффективно развивать творчество.

метод круговой тренировки.

- Метод круговой тренировки заключается в том, что ребенок передвигается по заданному кругу, выполняя определенные упражнения или задания, позволяющие разносторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма.

Планирование.

- Интеграция образовательных областей должна обеспечить дошкольнику целостное восприятие окружающего мира.
- Сущностью интегрированного подхода является соединение знаний из разных областей на равноправной основе, дополняя друг друга.

Использование принципа интеграции имеет свои преимущества.

- **Во-первых**, это четкость, компактность, большая информативность учебного материала, благодаря чему реализуется один из основных принципов дошкольной дидактики - специально организованная деятельность с детьми должна быть непродолжительной по времени (требования Сан ПиН), но емкой, что возможно, когда конкретный предмет или явление рассматривается с нескольких сторон в разных его аспектах.
- **Второе преимущество** - это обеспечение целостного восприятия ребенком окружающего мира, взаимопроникновения содержания различных образовательных областей. Это позволяет повысить качество образовательного процесса, способствует повышению компетентности педагогов, служит развитию креативного мышления.



Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДООУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

- Согласно принципу интеграции, двигательная деятельность детей дошкольного возраста осуществляет не только в процессе НОД по физической культуре, но и при организации всех видов детской деятельности:
- через физкультминутки с речевым сопровождением,
- подвижно-дидактические игры, игры-вкладыши, игры-шнуровки,
- подвижные игры с элементами развития речи,
- музыкально-ритмические игры,
- подвижные игры с дыхательными упражнениями,
- игры с атрибутами,
- игровую дыхательную гимнастику,
- пальчиковые игры, подвижные игры на прогулке.



В детском саду рекомендуется использовать **модель двигательного режима**, состоящую из пяти блоков:

- 
- 1. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов.
 - 2. Непосредственно образовательная деятельность (НОД).
 - 3. Самостоятельная деятельность.
 - 4. Физкультурно-массовая деятельность.
 - 5. Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность ДООУ и семьи.

Задача	Социально-коммуникативное развитие	Речевое развитие	Познавательное развитие
1.Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Интегрированные формы работы		
	Организованная образовательная деятельность(НОД)		
		Темы: «Здоровый образ жизни в большом городе»; «Овощи и фрукты – полезные продукты» «Спорт люблю – спортом дорожу». «Мои помощники»	
	Беседы:		
	«На здоровье»,« Гигиенические навыки», «Вредные привычки», «Спорт в детском саду», «Где я был и что я видел» Я и мои сверстники», «Здоровье и болезнь», «В здоровом теле здоровый дух»		
	Дидактические игры		
	«Хорошо – плохо», «Полезно – вредно», «Вершки – корешки», «Едет, катится, бежит», «Съедобное - не съедобное»		

Задача	Социально-коммуникативное развитие	Речевое развитие	Познавательное развитие
	Рассматривание картин и иллюстраций, открыток о разных видах спорта, о здоровой пище, об одежде с достопримечательностями города.		
	С.Р.И: «Магазин здоровой пищи» «Фитнес клуб» «Поликлиника» «Путешествие по городу на автобусе» «В нашем городе открылась фито-аптека» «Магазин спортивных товаров»	Общение, ситуации: «Дом, (город) в котором я живу» «Мы едем в транспорте» «Чистый город» «Места отдыха в нашем городе» Как жители города заботятся о своём здоровье» Игры-викторины: «Придумай загадку» Ч.Х.Л.: С.Бялковская «Юля-чистюля»; О.Платонов «Безопасный островок»; И. Серяков «Улица, где все спешат»; С. Михалков «Моя улица» Маршак С. Я. «Семейка»;	Развлечения: «Олимпийский огонь» «Папа, мама, я – спортивная семья» «Солдаты – вперёд» Опытническая деятельность: Рассматривание свойства тканей и материалов для изготовления спортивной одежды.
	Проблемная ситуация		Знакомство со свойствами и качествами материалов Надувание шариков (объём лёгких)



Варианты интеграции зависят от содержания занятия, интересов и потребностей детей, возрастных закономерностей развития.

- В **младшем возрасте** в двигательной деятельности необходимо больше внимания отводить коммуникации и развитию сенсорной сферы.
- В **среднем дошкольном возрасте** – социально-личностному развитию ребенка (умение взаимодействовать с окружающими людьми, самоутвердиться в сообществе сверстников и взрослых).
- В **старшем дошкольном возрасте** – при продолжении социально-личностного развития ребенка (дети начинают осваивать сложные формы взаимодействия между людьми), интенсивней происходит познавательно-речевое развитие.



ФГОС ДО определяет целевые ориентиры успешного выполнения программы на этапе завершения дошкольного образования, которые выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования и предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного детства:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет интерес и самостоятельность;
- умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам.

Эффективные формы **взаимодействия ДООУ и семьи** в приобщении дошкольников к здоровому образу жизни

Федеральный государственный стандарт дошкольного образования определяет требования:

- Поддержка родителей в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья.
- Вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.
- Защита детей от всех форм физического и психического насилия.

Необходимо объединить усилия педагогов и родителей воспитанников, найти эффективные формы взаимодействия по воспитанию культуры здоровья ребенка, приобщения его к здоровому образу жизни.

Дошкольное учреждение ставит следующие задачи в работе с родителями:

- Планирование модели сотрудничества детского сада и семьи по формированию осознанного, бережного отношения к здоровью детей.
- Повышение психолого-педагогической культуры родителей, повышение роли семьи в физическом воспитании и укреплении здоровья детей.
- Изучение, обобщение, распространение лучшего опыта семейного воспитания по вопросам укрепления здоровья детей.
- Формирование у родителей и детей практических умений и навыков в области физического воспитания и укрепления здоровья.
- Пополнение материальной базы ДОО спортивным и медицинским оборудованием с учетом требований ФГОС ДО.



Условиями эффективного сотрудничества с родителями являются:

- Наличие системы работы дошкольного образовательного учреждения по основным направлениям приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.
 - Компетентность педагогов ДООУ в вопросах сохранения, укрепления и формирования здоровья дошкольников, в т. ч. коммуникативной компетенции.
 - Дифференцированный подход ДООУ к работе с родителями.
- 

РППС

Исходя из требований ФГОС, отличительной чертой в комплектации физкультурного уголка должно являться:

- СОДЕРЖАТЕЛЬНАЯ НАСЫЩЕННОСТЬ, НЕОБХОДИМЫЕ И ДОСТАТОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ВСЕХ ВИДОВ ДЕТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ;
- ГИБКОСТЬ ИГРОВОГО ПРОСТРАНСТВА, ПОЛИФУНКЦИОНАЛЬНОСТЬ СРЕДЫ И ИГРОВЫХ МАТЕРИАЛОВ (НАЛИЧИЕ ПРЕДМЕТОВ-ЗАМЕСТИТЕЛЕЙ) ;
- ВАРИАТИВНОСТЬ НАЛИЧИЕ МАТЕРИАЛОВ И ОБОРУДОВАНИЯ, ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА ДЕТЕЙ;
- ПЕРИОДИЧЕСКАЯ СМЕНЯЕМОСТЬ ИГРОВОГО МАТЕРИАЛА, ДОСТУПНОСТЬ ИГРОВЫХ МАТЕРИАЛОВ, ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ВСЕ ЭЛЕМЕНТЫ СРЕДЫ.



ЦЕЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНОГО УГОЛКА: ОБЕСПЕЧЕНИЕ И РЕГУЛИРОВАНИЕ УРОВНЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ В РЕЖИМЕ ДНЯ.

ЗАДАЧИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО УГОЛКА:

- ПРИОБРЕТЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА И ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ: КООРДИНАЦИИ И ГИБКОСТИ;
- ПРАВИЛЬНОЕ ФОРМИРОВАНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА;
- РАЗВИТИЕ РАВНОВЕСИЯ, КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЯ, КРУПНОЙ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ОБЕИХ РУК;
- ЗАКРЕПЛЕНИЕ НАВЫКА ВЫПОЛНЕНИЯ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ (ХОДЬБА, БЕГ, МЯГКИЕ ПРЫЖКИ, ПОВОРОТЫ В ОБЕ СТОРОНЫ) ;
- ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О НЕКОТОРЫХ ВИДАХ СПОРТА;
- ОВЛАДЕНИЕ ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ С ПРАВИЛАМИ;
- СТАНОВЛЕНИЕ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОСТИ И САМОРЕГУЛЯЦИИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЕ;
- СТАНОВЛЕНИЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ОВЛАДЕНИЕ ЕГО ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ НОРМАМИ И ПРАВИЛАМИ (В ПИТАНИИ, ДВИГАТЕЛЬНОМ РЕЖИМЕ, ЗАКАЛИВАНИИ, ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ПОЛЕЗНЫХ ПРИВЫЧЕК И ДР.)

ЗАДАЧА ВОСПИТАТЕЛЯ:

- СОЗДАТЬ РАЗНООБРАЗНУЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-ИГРОВУЮ СРЕДУ, НАПРАВЛЕННУЮ НА ОПТИМИЗАЦИЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ.
- ОБОГАТИТЬ ДЕТЕЙ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ ЗНАНИЯМИ О МНОГООБРАЗИИ ПОДВИЖНЫХ ИГР И ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ.
- РАЗВИВАТЬ ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА И СПОСОБНОСТИ (БЫСТРОТА, ЛОВКОСТЬ, КООРДИНАЦИЯ, ГИБКОСТЬ, ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ДВИЖЕНИЙ).
- ПООЩРЯТЬ ДВИГАТЕЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО ДЕТЕЙ.
- ФОРМИРОВАТЬ ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СЕМЬЕ И ДЕТСКОМ САДУ.

Возрастная группа	Задачи работы спортивного уголка
Первая и вторая младшие (1,5–4 года)	Развитие общей моторики и координации движений. Развитие движений. Обучение выполнять действия после показа воспитателем. Создание интереса к самостоятельной деятельности в зоне двигательной активности.
Средняя (4–5 лет)	Формирование интереса к различным видам спорта, знакомство с их особенностями и правилами. Воспитание способности радоваться успехам одноклассников. Обучение подвижным играм с сюжетом (с использованием шапочек или масок). Обучение заниматься в парах.
Старшая (5–6 лет)	Воспитание духа соревновательности. Обучение командным играм. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.
Подготовительная к школе (6–7 лет)	Расширяются образовательные задачи по спортивной тематике: Знакомство с сутью Олимпийских игр, их историей. Изучение последних достижений российских спортсменов. Формирование интереса к просмотру спортивных соревнований. Включение специальной терминологии в активный словарь детей («подача», «мяч в ауте», «гол», «голкипер»).

ТРЕБОВАНИЯ К СПОРТИВНОМУ УГОЛКУ:

- БЕЗОПАСНОСТЬ РАЗМЕЩЕНИЯ: СПОРТИВНЫЙ УГОЛОК НЕ СЛЕДУЕТ РАЗМЕЩАТЬ РЯДОМ С ОКНАМИ, ЦЕНТРОМ НАУКИ И ПРИРОДЫ, ЦЕНТРОМ ПЕСКА И ВОДЫ, ЦЕНТРОМ ТЕАТРА И МУЗЫКИ. ОН МОЖЕТ БЫТЬ РАЗМЕЩЕН: В ПРИЕМНОЙ, ГРУППОВОЙ ИЛИ СПАЛЬНОЙ КОМНАТЕ.
- ОТВЕЧАТЬ ГИГИЕНИЧЕСКИМ И ПЕДАГОГИЧЕСКИМ ТРЕБОВАНИЯМ, А РАСПОЛОЖЕНИЕ - ПРИНЦИПУ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ.
- УГОЛОК ДОЛЖЕН ЛОГИЧНО ВПИСЫВАТЬСЯ В ИНТЕРЬЕР КОМНАТЫ И БЫТЬ ЭСТЕТИЧЕСКИ ОФОРМЛЕН.
- УГОЛОК ДОЛЖЕН СООТВЕТСТВОВАТЬ ВОЗРАСТУ ДЕТЕЙ И ТРЕБОВАНИЯМ ПРОГРАММЫ, ОБЕСПЕЧИВАТЬ СВОБОДНЫЙ ВЫБОР И ДОСТУП ДЕТЕЙ.
- МАТЕРИАЛЫ, ИЗ КОТОРЫХ ИЗГОТОВЛЕНО ОБОРУДОВАНИЕ, ДОЛЖНЫ ОТВЕЧАТЬ ГИГИЕНИЧЕСКИМ ТРЕБОВАНИЯМ, БЫТЬ ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТЫМИ И ПРОЧНЫМИ.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
картотека подвижных игр	картотека подвижных игр	картотека подвижных игр	картотека подвижных игр	картотека подвижных игр
картотека малоподвижных игр	картотека малоподвижных игр	картотека малоподвижных игр	картотека малоподвижных игр	картотека малоподвижных игр
картотека физкультминуток	картотека физкультминуток	картотека физкультминуток	картотека физкультминуток	картотека физкультминуток
картотека утренних гимнастики	картотека утренних гимнастики	картотека утренних гимнастики	картотека утренних гимнастики	картотека утренних гимнастики
	картотека считалок	картотека считалок	картотека считалок	картотека считалок
		иллюстрированный материал по зимним и летним видам спорта	иллюстрированный материал по зимним и летним видам спорта	иллюстрированный материал по зимним и летним видам спорта
		символика и материалы по истории Олимпийского движения	символика и материалы по истории Олимпийского движения	символика и материалы по истории Олимпийского движения
			сведения о важнейших событиях спортивной жизни страны (книжки-самоделки, альбомы)	сведения о важнейших событиях спортивной жизни страны (книжки-самоделки, альбомы)

**Для профилактики
плоскостопия и
развития мелкой
моторики рук**

- мячики – ежики;
- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;
- коврики и массажные ;
- бросовый материал (шишки, «яйца» от киндер-сюрприз и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;

**Для игр и упражнений с
прыжками**

- Скакалки,
- ленточки с колечками,
- обручи малые,
- обручи большие

**Для игр и упражнений с
бросанием, ловлей,
метанием**

- Мячи разного размера,
- кольцоброс,
- мячик для настольного тенниса с ракеткой,
- мяч на липучке с мишенью,
- кегли

ВЫНОСНОЙ МАТЕРИАЛ

1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
мячи резиновые	мячи резиновые	мячи резиновые	мячи резиновые	мячи резиновые
обручи	обручи	обручи	обручи	обручи
		мяч футбольный	мяч футбольный	мяч футбольный
		скакалки	скакалки	скакалки
		хоккейные клюшки	хоккейные клюшки	хоккейные клюшки
			бадминтон	бадминтон
			лыжи	лыжи