

«Физическое развитие дошкольников в условиях реализации ФГОС»



Валеева Лиана Ришатовна
инструктор физической культуры
МКДОУ «Детский сад «Берёзка» с. Кунашак»

Цель: охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья, вырабатывание у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; гармоничное физическое развитие.



Задачи ФГОС:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Физическое развитие дошкольников в ДОУ



Занятия по физическому развитию в ДОУ

Возраст детей	Длительность занятия	Количество занятий в неделю	Место проведения занятий	Число детей
от 2 лет 1 м. до 3 лет	10 минут	2	Групповая комната или физкультурный зал	8 – 12, подгруппа детей
3 – 4 года	10 минут	2	физкультурный зал	Вся группа
4 – 5 лет	15 минут	2	физкультурный зал	Вся группа
5 – 6 лет	20 минут	3	физкультурный зал, улица	Вся группа

Утренняя гимнастика в ДОУ

Возраст детей	Длительность	Количество в неделю	Место проведения
от 2 лет 1 м. до 3 лет	3 – 5 минут	Каждый день	Групповая комната
3 – 4 года	5 – 6 минут	Каждый день	Групповая комната
4 – 5 лет	6 – 8 минут	Каждый день	Физкультурный, музыкальный зал
5 – 6 лет	8 – 10 минут	Каждый день	Физкультурный, музыкальный зал

Варианты проведения утренней гимнастики

Гимнастика игрового характера	Гимнастика с использованием полосы препятствий	Гимнастика с включением оздоровительных пробежек
Может содержать 2-3 подвижных игры разной степени интенсивности или 5-7 общеразвивающих упражнений имитационного характера. Можно создать целый сюжет из имитационных упражнений.	Использование полосы препятствий позволяет предлагать упражнения с постепенным увеличением нагрузки, усложнять двигательные задания. Можно создавать полосы препятствий с использованием разнообразных модулей.	Проводится гимнастика на воздухе в теплое время года. Вначале предлагается разминка из 3-4 упражнений общеразвивающего характера. Затем проводится пробежка в среднем темпе в чередовании с ходьбой (до 300 м). В конце гимнастики проводятся дыхательные упражнения.



Гимнастика после дневного сна

- ❖ разминка в постели и самомассаж;
- ❖ гимнастика игрового характера;
- ❖ гимнастика с использованием спортивного оборудования;
- ❖ пробежки по массажным дорожкам.

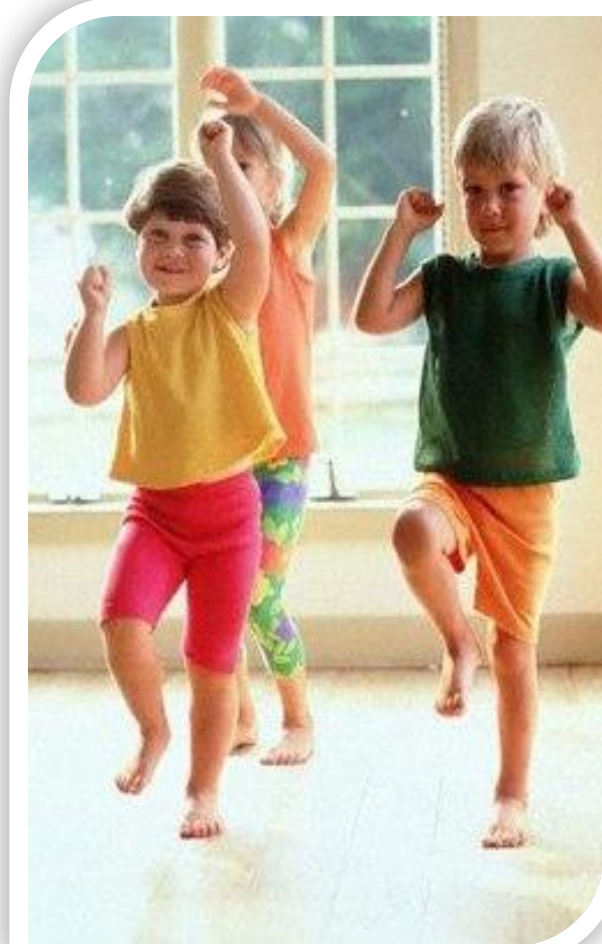


Малые формы активного отдыха

- ❖ физкультминутки;
- ❖ физкультурные паузы;
- ❖ физкультурные мини-паузы.



mehrksnau.at.ua



Условия реализации активной физической деятельности дошкольников в организованной деятельности



ал, площадка)

ие

кий материал, атрибуты для игр
ое планирование

Двигательная деятельность



Виды двигательной деятельности дошкольников на прогулке

- подвижные игры, разной степени интенсивности;
- походы;
- пробежки;
- индивидуальная двигательная деятельность;
- эстафеты и командные игры;
- спортивные игры;
- экскурсии;
- самостоятельная двигательная деятельность.





Условия реализации активной физической деятельности дошкольников на прогулке

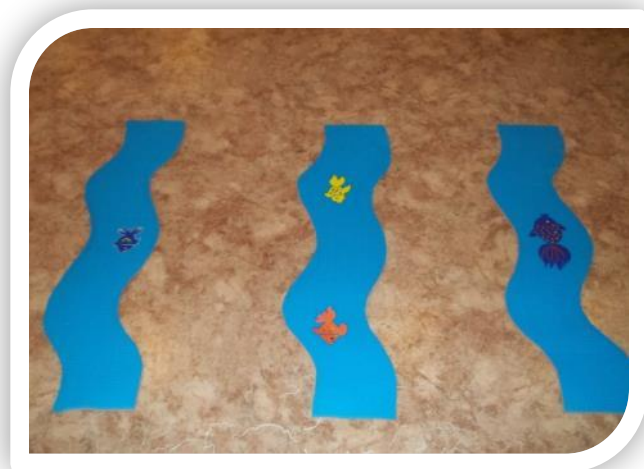


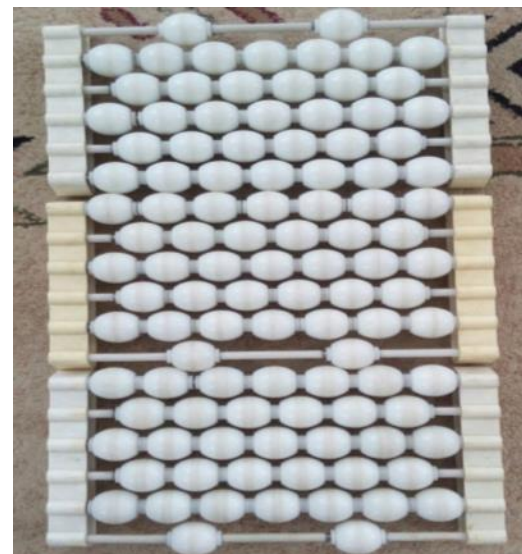
вая площадка
мы на участках
материал
и инвентарь
тематическое планирование

Индивидуальная, коррекционная двигательная деятельность дошкольников









Самостоятельная двигательная активность детей дошкольного возраста



Самостоятельность — это
способность самому ставить свои цели, самому
достигать их и нести за них ответственность.
В дошкольном возрасте — это умение занять себя.



Условия для развития самостоятельной двигательной активности дошкольников

- **Оборудованное место**
- **Спортивное инвентарь**
- **Настольные спортивные игры**
- **Картотеки, дидактический материал, атрибуты для игр**

**«Если ограничить двигательную
активность
детей, то недостаточно развитая
двигательная память может
атрофироваться,
что приведёт к нарушению условных
связей
и снижению психической активности»
П. Ф. Лесгафт**



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**