

**Федеральный
государственный
образовательный
стандарт дошкольного
образования**

**Образовательная область
«Физическое развитие»**

Разработала: инструктор по физическому
развитию

МБДОУ №3 г. Лобня

Мишина Татьяна Сергеевна

Цель

- гармоничное физическое развитие
- формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой
- формирование основ здорового образа жизни

Задачи

Оздоровительные

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма
- всестороннее физическое совершенствование функций организма
- повышение работоспособности и закаливание

Образовательные

- формирование двигательных умений и навыков
- развитие физических качеств
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья

Воспитательные

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)

Направления физического развития:

Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:

- связанной с выполнением упражнений
- направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость
- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики
- связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

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.)

ЦЕЛЬ

ЗАДАЧИ

Принципы физического развития

Дидактические

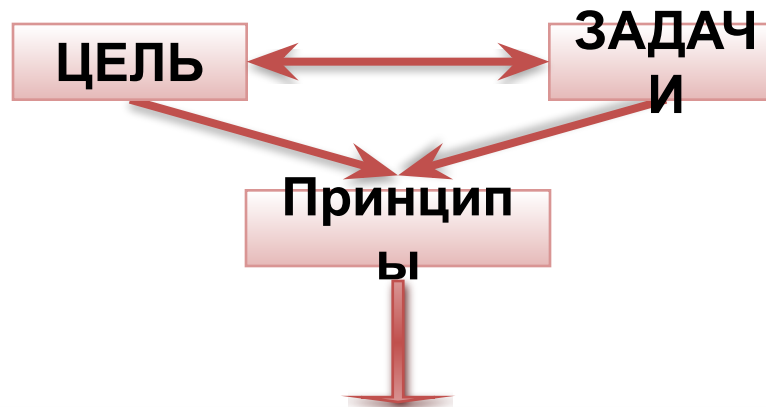
- Систематичность и последовательность
- Развивающее обучение
- Доступность
- Воспитывающее обучение
- Учет индивидуальных и возрастных особенностей
- Сознательность и активность ребенка
- Наглядность

Специальные

- непрерывность
- последовательность наращивания тренирующих воздействий
- цикличность

Гигиенические

- Сбалансированность нагрузок
- Рациональность чередования деятельности и отдыха
- Возрастная адекватность
- Оздоровительная направленность всего образовательного процесса
- Осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания



Методы физического развития

Наглядный

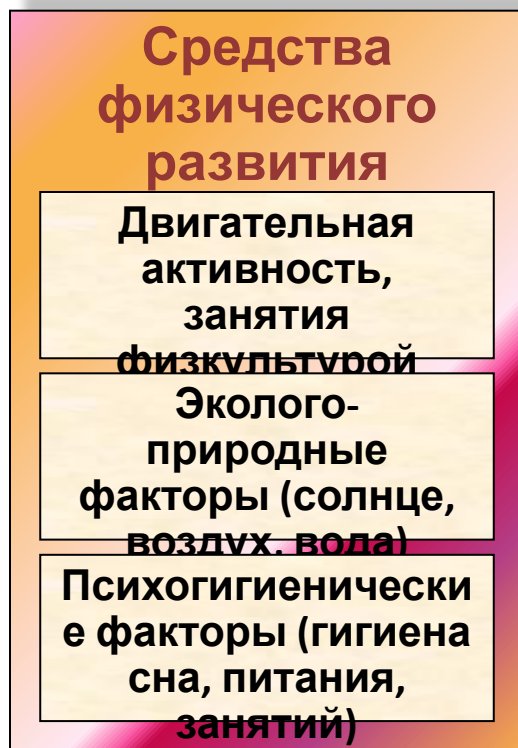
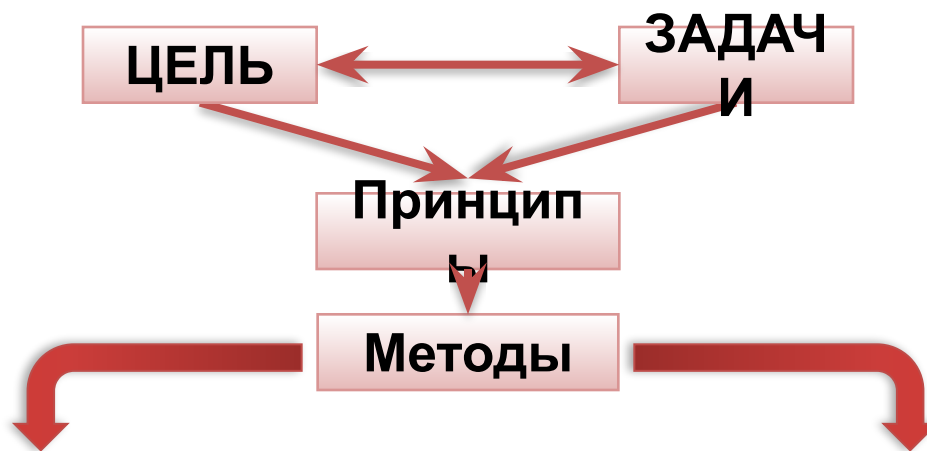
- **Наглядно-зрительные приемы** (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры)
- **Наглядно-слуховые приемы** (музыка, песни)
- **Тактильно-мышечные приемы** (непосредственная помощь воспитателя)

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



Здоровьесберегающие

Технология – научное прогнозирование и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение

Здоровьесберегающие технологии – это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников

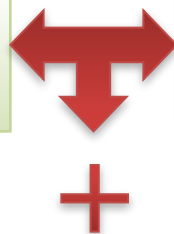
Медико-профилактические

- ✓ организация мониторинга здоровья дошкольников
- ✓ организация и контроль питания детей
- ✓ физического развития дошкольников
- ✓ закаливание
- ✓ организация профилактических мероприятий
- ✓ организация обеспечения требований СанПиНов
- ✓ организация здоровьесберегающей среды

Физкультурно-оздоровительные

- ✓ развитие физических качеств, двигательной активности
- ✓ становление физической культуры детей
- ✓ дыхательная гимнастика
- ✓ массаж и самомассаж
- ✓ профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки
- ✓ воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье

Медико-профилактические
здоровьесберегающие
технологии



Физкультурно-оздоровительные
здоровьесберегающие
технологии

Психологическая безопасность

Комфорт-
ная
органи-
зация
режимных
моментов

Оптималь-
ный
двига-
тельный
режим

Правильное
распределение
интеллектуаль-
ных и
физических
нагрузок

Доброжела-
тельный
стиль
общения
взрослого
с детьми

Целесообр-
а-зность в
применени
и приемов
и методов

Используй-
вание прие-
мов релак-
сации в
режиме дня



Оздоровительная направленность воспитательно -

Учет
гигиени-
ческих
требов-
ваний

Создани-
е
условий
для
оздорови-
тельных
режимов

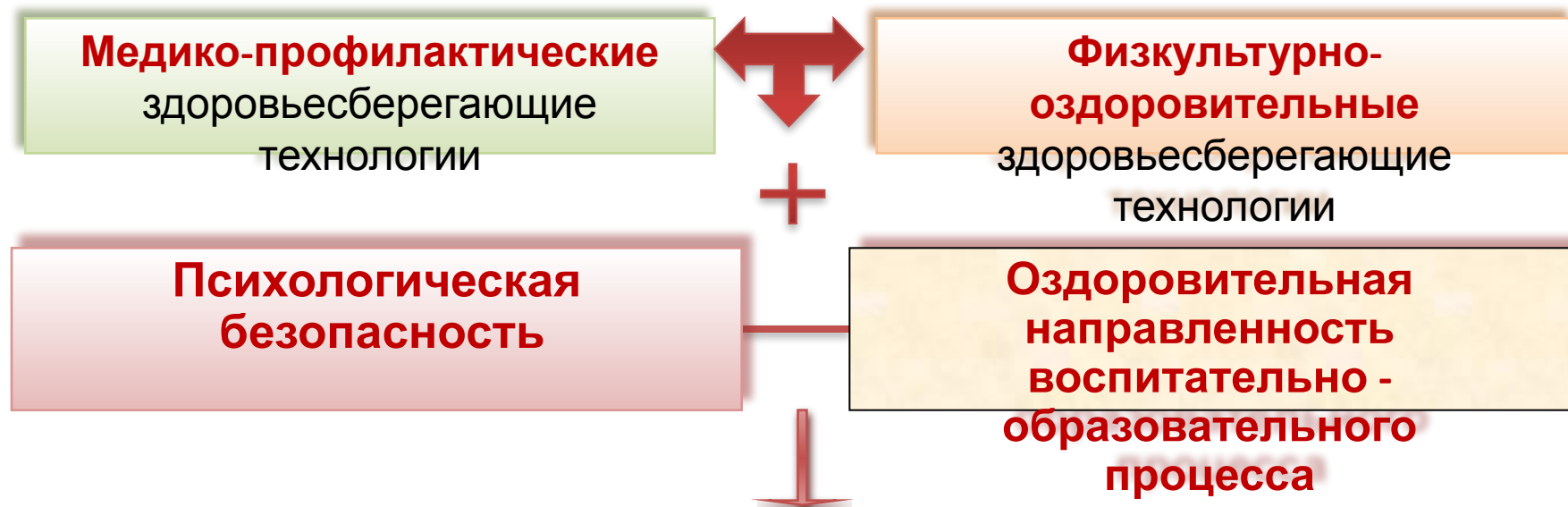
Бережно-
е
отноше-
ние к
нервной
системе
ребенка

Учет инди-
видуальны-
х особеннос-
тей и
инте-ресов
детей

Предост-
а-вление
ребенку
свободы
выбора

Создани-
е
условий
для
самореа-
лизации

Ориента-
ция
на зону
ближай-
шего
развития



Виды здоровьесберегающих технологий

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- стретчинг
- ритмопластика
- динамические паузы
- подвижные и спортивные игры
- релаксация
- различные гимнастики

Технологии обучения здоровому образу жизни

- физкультурные занятия
- проблемно-игровые занятия
- коммуникативные игры
- занятия из серии «Здоровье»
- самомассаж
- биологическая обратная связь (БОС)

Коррекционные технологии

- арттерапия
- технологии музыкального воздействия
- сказкотерапия
- цветотерапия
- психогимнастика
- фонетическая ритмика