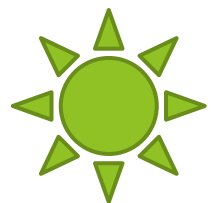


МБДОУ детский сад № 17 Нижегородская область г. Кстово

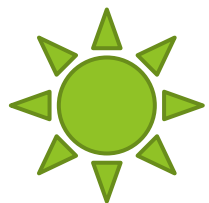
**Образовательная область
« Физическая культура »
1-я младшая группа**

Выполнила воспитатель
Баженкова Фаина Анаольевна

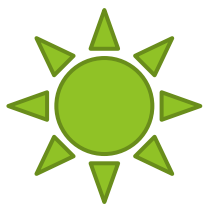
Основные цели программы физического воспитания:



*Сохранение, укрепление и
охрана здоровья детей*



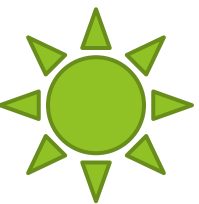
*Повышение умственной и физической
работоспособности*



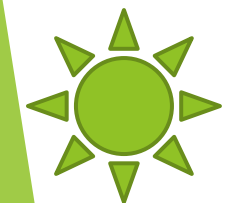
*Предупреждение
устомления*



Задачи физического воспитания



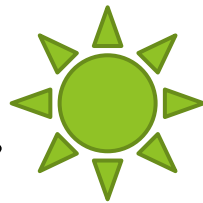
Гармоничное физическое развитие детей



*Совершенствование умений и навыков
в основных видах движений*



*Формирование потребности
в ежедневном движении,
развитие инициативы и творчества*



*Воспитание красоты, грации,
выразительности движений,
формирование правильной осанки*

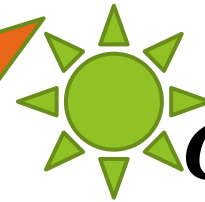


*Развитие интереса и любви к спорту,
к участию в подвижных играх*





***Физкультурные занятия:
3 раза в неделю по 10 минут***

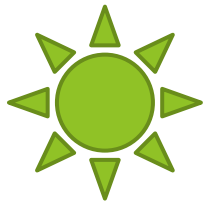


***Спортивные
досуги***

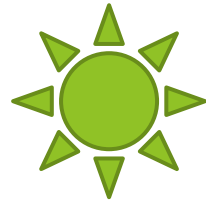


***Утренняя
гимнастика***

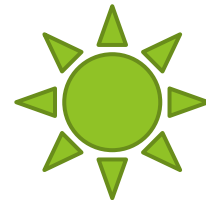
**Физическая культура
в детском саду:**



***Гимнастика
после пробуждения***



***Подвижные игры
на прогулке с воспитателем***



***Физкультурные
праздники***

Физкультурное занятие

Вводная часть

- ✓ Построение, упражнения на осанку и ориентировку
- ✓ Ходьба
- ✓ Бег

Основная часть

- ✓ Общеразвивающие упражнения
- ✓ Освоение основных видов движений
- ✓ Подвижные игры

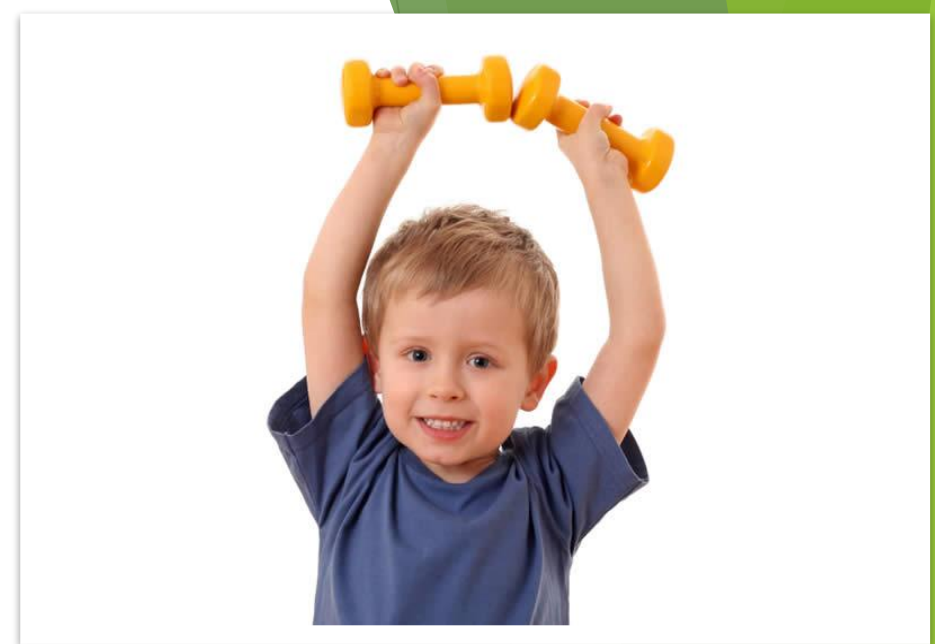
Заключительная часть

- ✓ Малоподвижные игры
- ✓ Дыхательная гимнастика
- ✓ Пальчиковые игры
- ✓ Самомассаж



Общеразвивающие упражнения

- ❖ Это специально составленные комплексы упражнений для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса и ног, а также для развития гибкости, грации и ловкости.
- ❖ Комплексы ОРУ могут выполняться с различными предметами: с платочками, с мячом, с погремушками, с кубиками, с ленточками и т.д.





Ходьба

Работаем над осанкой, вводим новые виды ходьбы, учимся ходить по кругу

Учимся сохранять интервалы, бегать врассыпную, изменять направление, темп бега, останавливаться по сигналу.

Бег



Прыжки

Учимся отталкиваться и приземляться на две ноги, двигаться вперёд прыжками, перепрыгивать через предметы (5-10 см)



Равновесие

Учимся ходить по узкой дорожке (ширина 20 см), доске, скамейке, перешагиваем через предметы высотой 15-20 см

Ползание Лазание

Учимся пролезать в обруч, тоннель, под дуги

Метание

Катаем мячи в парах, в воротики из разных исходных положений, учимся бросать и ловить мяч, метать в цель



Подвижные игры

Развивают
активность,
инициативу,
творчество
детей

Возможность
применить
освоенные
навыки

Дают
эмоциональную
разрядку,
доставляют
радость

Учат
взаимодействию

Наши игры:
«Мыши и кот», «Птички в гнёздышках»,
«По ровненькой дорожке», «Сбей
кегли», «Самолётики летят», «Бегите
ко мне!», «Кто дальше», «Найди
игрушку»



Планируемые промежуточные результаты освоения программы



Умеет
ходить
прямо,
не
шаркая
ногами

Умеет бегать,
сохраняя
равновесие,
изменяя темп
и
направление

Может ползать
на четвереньках

Энергично
отталкивается
в прыжках на
двух ногах,
прыгает
в длину не
менее 20 см

Сохраняет
равновесие
при ходьбе по
ограниченной
плоскости

Может катать,
бросать мяч от
груди, бросать
мяч друг
другу и ловить
его

A photograph of three young children jumping joyfully in a grassy field with a blurred background of green trees. The child on the left is a boy with blonde hair wearing a green t-shirt and grey pants. The child in the center is a girl with dark hair wearing a pink t-shirt and light blue pants. The child on the right is a boy with brown hair wearing a blue t-shirt and green pants. An orange speech bubble with white text is overlaid on the right side of the image.

*Спасибо за
внимание!*