

## **Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие детей в ДОО направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Используются такие формы двигательной деятельности как утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика и другие.

Предусмотрен объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы ДОО.

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала в соответствии с возрастом и ростом детей. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей СП «Умка» ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево используются все организованные формы НОД по физическому развитию детей с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

*Цель:* гармоничное физическое развитие и формирование основ здорового образа жизни.

*Задачи:*

Оздоровительные:

-охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма: повышение работоспособности и закаливание и формирование двигательных умений и навыков.

Образовательные:

-овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья: всестороннее физическое совершенствование функций организма и развитие физических качеств.

Воспитательные

-формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;

-разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

### ***Основные направления работы по физическому развитию:***

1. Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:  
-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 связанной с выполнением упражнений);

2. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

3. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### **Система по формированию здорового образа жизни детей**

*Формирование здорового образа жизни:*

Образовательная работа: НОД, Дид. игры, беседы, игровые ситуации, досуги.

Оздоровительная работа: гимнастика, игровой массаж, полоскание рта, закаливание, НОД.

Организация предметно-развивающей среды: Центр двигательной активности, Центр здоровья.

Работа с родителями: собрания, консультации, круглый стол, беседы, развлечения.

### ***Принципы физического развития:***

Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение; доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей.

Специальные:

- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность непрерывность.

Специальные:

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

### ***Методы физического развития:***

Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- тактильно-мышечные приемы;
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни).

Словесные

- объяснения,
- пояснения,
- указания;
- вопросы к детям;
- подача команд, распоряжений, сигналов, образный сюжетный рассказ;
- беседа;
- словесная инструкция.

Практические:

- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме.

**Направления и формы работы**

<b>Основные направления образовательной работы с детьми</b>	<b>Формы организации образовательной деятельности</b>		<b>Средства, методы и приемы в работе с детьми</b>
	<b>в процессе организации различных видов детской деятельности или в процессе НОД</b>	<b>в ходе режимных моментов</b>	
Развитие физических качеств	Утренняя гимнастика  преимущественно игрового и интегративного характера	<b>Утренний отрезок времени</b>  Индивидуальная работа воспитателя  Игровые упражнения  Утренняя гимнастика: -классическая  -сюжетно-игровая  -тематическая  -полоса препятствий	По формам деятельности (мыслительной)  По характеру мыслительной деятельности (логический, индуктивные и дедуктивные)
Накопление и обогащение двигательного опыта детей	Контрольно-диагностическая деятельность  НОД по физической культуре:  - сюжетно-игровые  - тематические  -классические  -тренирующее  -по развитию элементов двигательной креативности (творчества)	<b>Прогулка</b>  Подвижная игра большой и малой подвижности  Игровые упражнения  Проблемная ситуация  Индивидуальная работа	По степени творческой активности (проблемные и репродуктивные)  По источнику информации (наглядные словесные и практические)  Личный показ  Физические упражнения  Психогигиенические факторы  (гигиена питания, сна, занятий,  периода

	<p>Тематические физкультурные занятия</p> <p>Игровые (подводящие упражнения)</p> <p>Игры с элементами спортивных упражнений</p> <p>Динамические паузы</p> <p>В занятиях по физическому воспитанию игры большой, малой подвижности</p> <p>Динамические паузы Тематический характер</p> <p>Моменты радости</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p><b>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</b></p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- коррекционная</li> <li>-оздоровительная</li> <li>-сюжетно-игровая</li> <li>-полоса препятствий</li> </ul> <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Подражательные движения</p>	<p>бодрствования)</p> <p>Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода) с учётом сезонных и погодных условий региона</p>
<p>Взаимодействие с семьей</p>	<p>Совместные занятия</p> <p>Встречи по заявкам</p> <p>Совместные занятия</p> <p>Интерактивное общение</p> <p>Интерактивное общение</p> <p>Мастер-класс</p>	<p>Беседа, консультация</p> <p>Открытые занятия</p> <p>Встречи по заявкам</p> <p>Физкультурный досуг</p> <p>Физкультурные праздники</p> <p>Консультативные встречи</p>	<p>Беседа</p> <p>Показ</p>

Малоподвижная игра «Пальчики и стопы» (младше-средняя группа)



«УГ» ((младше-средняя группа)

