

Образовательная область «Физическое развитие» в рамках введения ФГОС ДО

ФГОС дошкольного образования выделяет ряд принципов, которым должна соответствовать программа ДОУ. Одним из важнейших является принцип интеграции образовательных областей в соответствии с их спецификой и возможностями.

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основах взаимозависимости и взаимодополняемости.

Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы ДОУ.

В педагогической науке понятие «интеграция в сфере образования» определяется как средство и условие достижения целостности мышления. Так, к примеру, в образовательных областях «Здоровье» и «Физическая культура», выделяется задача, направленная на достижение целей гармоничного развития у детей физического и психического здоровья через формирование интереса к работе по здоровьесбережению и ценностного отношения к своему здоровью. Содержание образовательной области «Физическая культура» интегрируется с содержанием образовательной области «Здоровье» в части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья. При этом образовательные области «Физическая культура» и «Здоровье» в свою очередь взаимодействуют с другими образовательными областями, определяют целостный подход к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.

Специфика здоровьесберегающей деятельности заключается в том, что основным исследователем и субъектом управления является сам ребенок. При этом педагог лишь помогает ему обрести необходимую мотивацию, которая должна быть основана на индивидуальных потребностях, обеспечивать свободу выбора, предоставлять возможность получения необходимых знаний и навыков.

Дошкольные образовательные учреждения поставлены перед решением совершенно новой задачи: необходимо не просто проводить цикл занятий по здоровьесберегающей деятельности, а организовать единый интегративный процесс взаимодействия взрослого и ребёнка, в котором будут гармонично объединены различные образовательные области для целостного восприятия окружающего мира.

Конечным результатом такого процесса должно стать формирование у ребёнка представления о здоровье человека как ценности, являющейся необходимой предпосылкой для полноценной жизни, удовлетворения его материальных и духовных потребностей, активного участия в трудовой и социальной жизни общества, во всех видах человеческой деятельности.

Физическая культура

Задачи

Возрастная группа	Основные виды движений	Подвижные игры
<p>Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)</p>	<p>1.Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. 2.Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. 3.Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. 4.Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). 5.Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>1.Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. 2.Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). 3.Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).</p>
<p>Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)</p>	<p>1. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. 2. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. 3. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. 4. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. 5. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. 6. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. 7. Учить кататься на санках, садиться на</p>	<p>1. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. 2. Организовывать игры с правилами. 3.Поощрять игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. 4. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. 5. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. 6. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.</p>

	<p>трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.</p> <p>8. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.</p> <p>9. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.</p> <p>10. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p>	
<p>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать правильную осанку. 2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. 3. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. 4. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). 5. Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. 6. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). 7. Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. 8. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. 9. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. 10. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. 11. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. 12. Во всех формах организации 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. 2. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. 3. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. 4. Приучать к выполнению действий по сигналу.

	двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	
Старшая группа (от 5 до 6 лет)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. 2. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. 3. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. 4. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 5. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. 6. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. 7. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. 8. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. 9. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). 10. Учить ориентироваться в пространстве. 11. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм - эстафетам. 12. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. 13. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. 2. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. 3. Учить спортивным играм и упражнениям.
Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. 2. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. 3. Совершенствовать технику основных 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств

	<p>движений, добиваясь естественности, Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в т.ч. игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств легкости, точности, выразительности их выполнения.</p> <p>4. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.</p> <p>5. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.</p> <p>6. Добиваться активного движения кисти руки при броске.</p> <p>7. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>8. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.</p> <p>9. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p>10. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.</p> <p>11. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.</p> <p>12. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.</p> <p>13. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.</p> <p>14. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.</p> <p>15. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p>	<p>(ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.</p> <p>2. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.</p> <p>3. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).</p>
--	---	--

Направления физического развития

<p>Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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) 	<p>Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере</p>	<p>Становление ценностей здорового образа жизни,</p> <p>овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)</p>
--	---	--

<p>Здоровьесберегающие технологии – это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников</p>	
<p>Медико–профилактические</p>	<p>Физкультурно–оздоровительные</p>
<ul style="list-style-type: none"> – организация мониторинга здоровья дошкольников; – организация и контроль питания детей; – физическое развитие дошкольников; – закаливание; – организация профилактических мероприятий; – организация обеспечения требований СанПиНов; – организация здоровьесберегающей среды 	<ul style="list-style-type: none"> – развитие физических качеств, двигательной активности; – становление физической культуры детей; – дыхательная гимнастика; – массаж и самомассаж; – профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки; – воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье