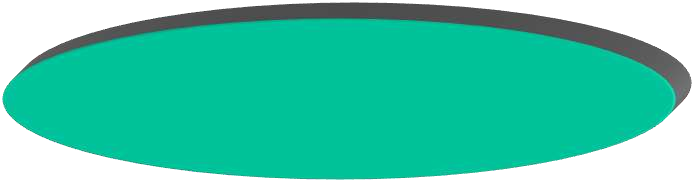


**Физическое**

**воспитание**

**дошкольников**

**ФИЗИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ**



## Физическая культура

**Здоровье**

Инструктор ФИЗО:

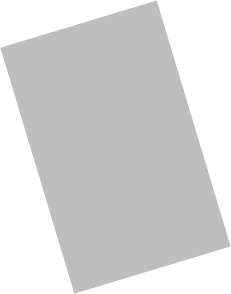
Пахомова А.А. 1

# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ



### Раздел «Физическая культура» включает в себя:

* Физкультурно-оздоровительную работу
* Физическую культуру
* Основные движения
* ОРУ
* Спортивные упражнения
* Подвижные игры
* КГН

**Спортивные упражнения: региональный компонент –** катание на санках, ходьба на лыжах, игры на лыжах, катание на велосипеде, плавание, гидроаэробика.

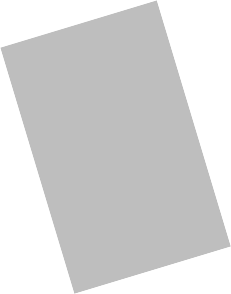
2

# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ



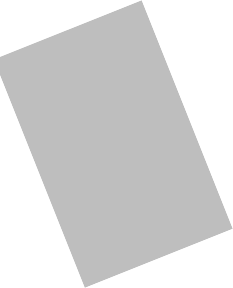
 

Методические рекомендации раскрывают:

1. Организацию режима дня, правильное питание, закаливание, формирование к.г.н., физкультурные знания, утренняя гимнастика, подвижные игры.
2. По возрастным группам: подвижные игры, утренняя гимнастика, занятия (строевые упражнения, ОРУ, основные движения, самостоятельная двигательная деятельность, конспекты занятий)
3. Оборудование для физкультурного зала, одежда

Для физкультурных занятий на воздухе. Оборудование бассейна.

3



# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ

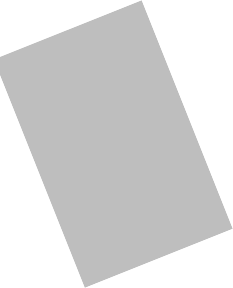
 

## ОПРЕДЕЛЯЕТ БАЗИСНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДО ОТ РОЖДЕНИЯ ДО 7 ЛЕТ

**В программе представлены:**

* **Упражнения в основных движениях**
* **Подвижные игры**
* **Ритмические движения**
* **Упражнения в организационных действиях**
* **В перемещениях со скольжением**
* **В передвижениях с техническими средствами**
* **Упражнения для освоения движений в воздушной среде**
* **Плавание.**
* **Примерный двигательный режим**
* **Список методических пособий.**

4



# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ

## РАЗДЕЛ «ЗДОРОВЬЕ» ХАРАКТЕРИЗУЕТ В СООТВЕТСТВИИ С ВОЗРАСТОМ

1. **Режим**

## Гигиенические условия

1. **Питание**

## Закаливание

1. **Формирование к.г.н.**

5

# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ



### Основная цель: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них привычки

**к здоровому образу жизни.**

### Подвижные игры

* **Сюжетно-игровые формы проведения**

### физкультурных занятий

* **Регулирование интенсивности физической**

### нагрузки

* + **Спортивные игры и упражнения**

### Дыхательные упражнения и упражнения для профилактики нарушений о.д.а.

* + **Формирование культуры движений**

### Развитие интереса к событиям спортивной

**жизни страны. При этом комплекс задач образовательной области «Физическая культура» не обеспечен методически и дидактическ**6 **и.**

# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ



В программе уделяется большое внимание

* охране и укреплению здоровья детей
* формированию привычки к з.о.ж.

Оздоровительные мероприятия рекомендуется проводить

* в соответствии с возрастными показателями
* с обязательным учетом индивидуальных

особенностей состояния здоровья

* и уровня физического развития каждого ребенка.

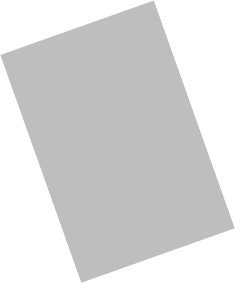
7

# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ



### БАЗОВЫЕ ЗАДАЧИ:

1. Укрепление физического и психического здоровья ребенка
2. Формирование основ двигательной и гигиенической

культуры

1. Валеологическое просвещение дошкольников

### СОДЕРЖАНИЕ

* + Построение и перестроение
  + ОРУ
  + Основные движения
  + Ритмические упражнения
  + Спортивные игры и упражнения
  + Подвижные игры.

8

# ПРОГРАММЫ И ТЕХНОЛОГИИ



**«УСПЕХ»: основная**

**общеобразовательная программа дошкольного образования.**

**/Под ред. Н.В. Фединой**

ЗАДАЧИ РАБОТЫ ПО ОБЛАСТИ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1. Накопление и обогащение двигательного опыта
2. Воспитание культуры движений
3. Становление двигательной активности
4. Развитие физической культуры, интереса

к спортивным играм и упражнениям

1. Развитие потребности в физическом совершенствовании

Показана интеграция с другими образовательным областями, но иногда формально

9

|  |
| --- |
| **Программы и технологии** |



ВЫВОД

Содержание образовательной области «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» и

«ЗДОРОВЬЕ»

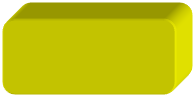
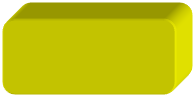
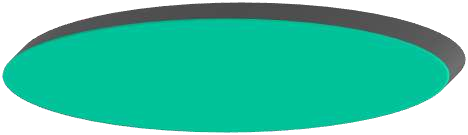
более конкретно, физиологически обоснованно, представлено

в комплексных образовательных программах:

* «ДЕТСТВО»,
* «ПРИМЕРНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ,ОБУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»,
* «РАДУГА»

10



**ФИЗИЧЕСКОЕ**

**Физическая**

**культура**

**Здоровье**

|  |  |
| --- | --- |
| **Физическая культура** | **Здоровье** |
| 1. **Развитие физических качеств;** 2. **Накопление и обогащение двигательного опыта**   **детей (овладение основными движениями);** | 1. **Сохранение и укрепление физического и психического здоровья**   **детей;**   1. **Воспитание культурно- гигиенических навыков;** |
| **3. Формирование потребности в**  **двигательной активности и физическом**  **совершенствовании** | **3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**.  11 |

РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

РЕЖИМ

ГИГИЕНА ОДЕЖДЫ И ПОМЕЩЕНИЯ

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ

12



ЗАКАЛИВАНИЕ

ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

УТРЕННЯ

ГИМНАСТИКА

ПЛАВАНИЕ

В ПОВСЕДНЕВНОЙ

ЖИЗНИ

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ

РАЗВИВАЮЩИ Е ИГРЫ

**СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

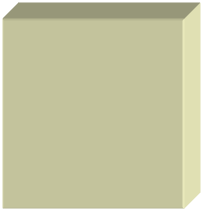
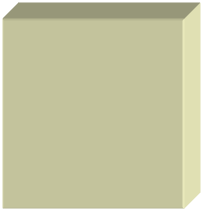
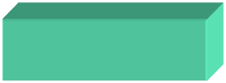
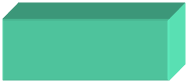
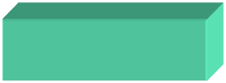
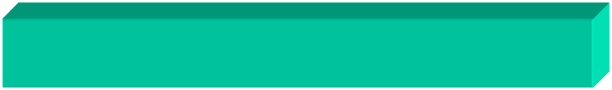
## ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

**ГИМНАСТИКА ИГРЫ СПОРТИВНЫЕ**

**УПРАЖНЕНИЯ**

**ПРОСТЕЙШИЙ ТУРИЗМ**

**Основные движения**



**ОРУ**

**Построения и перестроения**

**Танцевальные упражнения**

**Подвижные: сюжетные,**

**бессюжетные**

**С элементами спортивных игр**

**Летние: плавание, езда на велосипеде и т.п.**

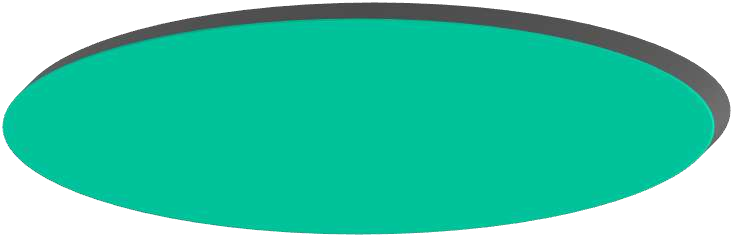
**Зимние: ходьба на лыжах, катание на коньках, санках**

**Пеший**

**Лыжный**

13





**ФИЗИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ**



**Физическая культура**



**Здоровье**

14