

Борисова Елена Николаевна

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 214 Кировского района Волгограда»

город-герой Волгоград

## **ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.**

Наш детский сад работает по основной образовательной программе дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева.

Одна из задач годового плана «Здоровье подрастающего поколения». Основные цели и задачи физического развития дошкольника:

- Формирование представлений о здоровом образе жизни.
- Внедрение здоровьесберегающих технологий.
- Совершенствование двигательных навыков дошкольников.
- Воспитание потребности в физическом самосовершенствовании.
- Воспитание потребности в движении на основе «мышечной».
- Формирование представления о своем теле.
- Формирование умения адекватно реагировать на изменения окружающей среды, оберегать здоровье, избегать опасности.
- Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- Создания условий для реализации потребности детей в двигательной активности; воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Использование разнообразных средств повышения двигательной активности детей на занятиях по физической культуре и самостоятельной деятельности.

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.

4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, коррегирующая гимнастика для стоп ног, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны). Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; 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.).

При подготовке рабочей программы возрастные особенности детей соответствуют их возрасту и развитию, в основе реализации лежат принципы: интеграции; комплексно-тематического планирования; развивающего образования; научной обоснованности и практической преемственности.

Подходы к формированию Программы: личностно-ориентированный, индивидуальный, деятельностный, средовой.

Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур

Согласно Сан ПиН 2.4.1.3049-13 регламентируется длительность образовательной нагрузки: непрерывная НОД для детей 4-5 лет – не более 20 минут в первую половину дня, при этом максимально допустимый объем – 40 минут.

Учитывая эти нормы, организация образовательной деятельности в группе по физическому развитию происходит 3 раза в неделю.

Ежедневно под руководством воспитателя проводится самостоятельная двигательная деятельность (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка).

Для достижения целевых ориентиров было решено создание в детском саду занятий по дополнительному образованию кружка «Мишутка» и определены задачи: оздоровительные, образовательные, воспитательные. Используются методические рекомендации Е. Н. Борисова «Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками», Волгоград, издательство «Панорама» 2006 г.

Родители информированы о целях и задачах работы в группе, удовлетворены уходом, воспитанием, обучением, оздоровлением, развитием

способностей и т. д., которые получают дети в детском саду, чувствуют доброжелательное отношение сотрудников к ним и их детям, активно участвуют в жизни группы.