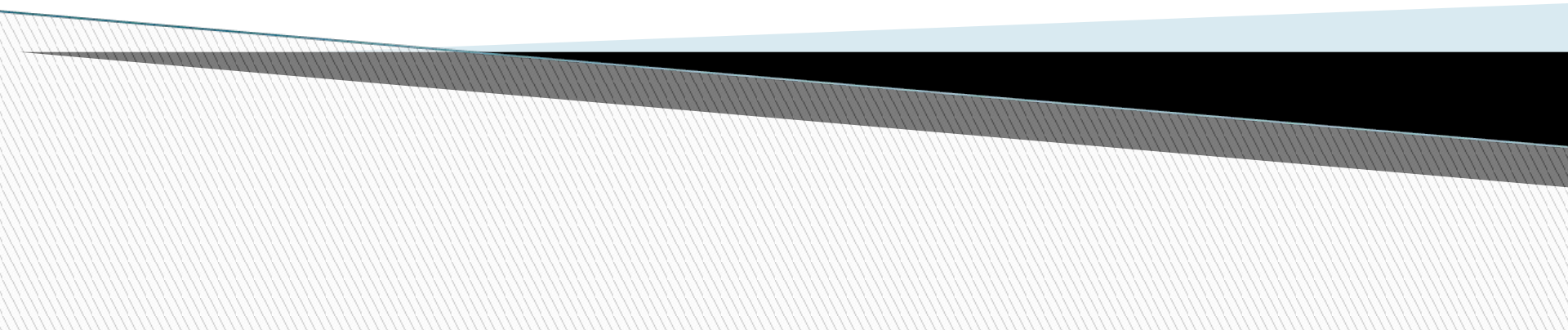


# Лекция 1


**Физическая культура детей дошкольного  
возраста**

**К.п.н., доцент кафедры ТиМФК  
Сухляева Александра Викторовна**



# Возрастная периодизация дошкольников

Годы жизни	Периоды жизни по признакам		Группы	
	По биологическим	По педагогическим		
До рождения	Пренатальный период			
1–10 дни	Новорожденный	Дошкольный возраст		
1 год	Грудной возраст		Ранний дошкольный возраст	1–я ясельная
2 год	Раннее детство		Младший дошкольный возраст	2–я ясельная
3 год				1–я младшая
4 год	Первое детство		Средний возраст	2–я младшая
5 год				Средняя
6 год			Старший возраст	Старшая
7 год				Подготовительная



# **Задачи физического воспитания дошкольников**

## **1-я группа - Охрана и укрепление здоровья, всестороннее и гармоничное физическое развитие детей.**

- **Охрана жизни и укрепление здоровья;**
- **Формирование телосложения** (укрепление костной и мышечной систем, суставно-связочного аппарата, формирование осанки и сводов стопы);
- **Формирование гигиенических навыков;**
- **Совершенствование деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной, терморегуляционной и других функциональных систем;**
- **Повышение резистентности (приспособляемости) организма к факторам внешней среды.**

# Своевременное развитие движений, формирование жизненно необходимых двигательных умений и связанных с ними элементарных знаний.

- Формирование системы знаний о физических упражнениях, правилах их выполнения, оздоровительном воздействии на организм, физкультурной и пространственной терминологии, названиях спортивных снарядов и т.д.
- Своевременное развитие рефлекторных движений, формирование необходимых жизненно важных двигательных умений и навыков;
- Обеспечение оптимального развития физических способностей: кондиционных, психодинамических и сенсорных.

# 3-я группа

## Направленное воздействие на развитие ловкости, быстроты, силы, общей выносливости.

Двигательные способности	ВОЗРАСТ			
	3	4	5	6
Статическая сила	XXX	XXX	X	X
Скоростная сила	XXX	X	X	X
Динамич. сила	X	XXX	X	X
Быстрота	XXX	XXX	X	X
Выносливость	X	XXX	X	X
КС	X	XXX	XX	X
Гибкость	XXX	X	X	X

## **4-я группа – воспитательные задачи**

- **Воспитание качеств мировоззренческого, нравственного, этического, и аксеологического (ценностного) характера;**
- **Воспитание необходимых волевых качеств - смелости и решительности, инициативы и находчивости, настойчивости и упорства, целеустремленности, выдержки и самообладания;**
- **Воспитание качеств и свойств личности - самостоятельности, творчества, инициативности, организованности, ответственности, справедливости, дисциплинированности и т.п.**

# Средства физического воспитания дошкольников

- ❑ **Физические упражнения (упражнения основной гимнастики, подвижные игры, упрощенные формы спортивных упражнений, разнообразные пляски и танцы, нетрадиционные упражнения из восточной гимнастики с элементами аутогенной тренировки, психогимнастики);**
- ❑ **Гигиенические факторы (режим дня, гигиена одежды, обуви, физкультурного оборудования и инвентаря);**
- ❑ **Система оздоровительных мероприятий: оптимальный двигательный режим, рациональное питание, закаливание, обеспечение экологической безопасности, стоматологическая профилактика, вакцинотерапия и вакцинопрофилактика, нормализация психологического климата).**



# Система оздоровительных мероприятий, реализуемых в ДОУ

- **Оптимальный двигательный режим**
- **Рациональное питание**
- **Закаливание**
- **Обеспечение экологической безопасности**
- **Стоматологическая профилактика**
- **Повышение устойчивости организма к воздействиям неблагоприятных факторов**
- **Вакцинотерапия и вакцинопрофилактика**
- **Нормализация психологического климата.**

# Основные принципы закаливания

- Индивидуальный подход при выборе процедур;
- Постепенность, систематичность и постоянство закаливания;
- Сочетание общих и местных процедур;
- Разнообразиие средств и форм;
- Активный режим;
- Учет эмоционального состояния ребенка в момент проведения процедуры;
- Самоконтроль



# **Формы занятий физическими упражнениями**

# Занятия урочного типа

- ◆ **Обязательные групповые занятия;**
- ◆ **Дополнительные секционные занятия (фитбол, игровой стретчинг, ритмопластика, хореография, детская аэробика и др.);**
- ◆ **Обязательные или дополнительные занятия ЛФК**

# Занятия неурочного типа

- Утренняя гимнастика;
- Гимнастика после сна;
- Адаптационная гимнастика (перед едой);
- Подвижные игры и спортивные развлечения;
- Физкультминуты между занятиями;
- Прогулки и походы;
- Физкультурные праздники и вечера досуга;
- Самостоятельные занятия физическими упражнениями.

## Обязательный минимум занятий:

- Три физкультурных занятия в неделю (одно из них на улице во время прогулки);
- Ежедневная утренняя гимнастика;
- Физкультминуты между видами занятий, вызывающих утомление;
- Физкультурные досуги (1 раз в месяц);
- Физкультурные праздники (2 раза в год)

ФГОС ДО  
**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ПРИКАЗ**

**от 17 октября 2013 г. N 1155**

**ОБ УТВЕРЖДЕНИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

- В соответствии с пунктом 6 части 1 статьи 6 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 53, ст. 7598; 2013, N 19, ст. 2326; N 30, ст. 4036), подпунктом 5.2.41 Положения о Министерстве образования и науки Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 3 июня 2013 г. N 466 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2013, N 23, ст. 2923; N 33, ст. 4386; N 37, ст. 4702), пунктом 7 Правил разработки, утверждения федеральных государственных образовательных стандартов и внесения в них изменений, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. N 661 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2013, N 33, ст. 4377), приказываю:
- 1. Утвердить прилагаемый федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.
- 2. Признать утратившими силу приказы Министерства образования и науки Российской Федерации:
- от 23 ноября 2009 г. N 655 "Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 8 февраля 2010 г., регистрационный N 16299);
- от 20 июля 2011 г. N 2151 "Об утверждении федеральных государственных требований к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования" (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2011 г., регистрационный N 22303).
- 3. Настоящий приказ вступает в силу с 1 января 2014 года.

# «Реализация ФГОС ДО в практике работы дошкольных образовательных учреждений»

- **ФГОС ДО** - Федеральный государственный стандарт дошкольного образования - документ, который все дошкольные образовательные организации обязаны реализовывать. Вступил в силу с 01.01.2014 года.
- Этому предшествовала следующая работа:
- 1) Приказ Минобрнауки о разработке ФГОС ДО;
- 2) Создана рабочая группа в составе Асмолов, Скоролупова, Волосовец, Карабанова, Рубцов, Собкин – люди с разными мнениями и позициями.
- Что же обсуждалось рабочей группой? - требования к программе; - требования к условиям; - требования к результатам социализации.
- Перед разработчиками возникли следующие вопросы:
- 1) Не является ли Стандарт риском для системы образования?
- 2) В чем уникальность Стандарта?
- 3) Каковы будут результаты?
- 4) Не несет ли Стандарт возросшие финансовые обременения;
- 5) Что нового принесет Стандарт в самоценную дошкольную жизнь?

# Чего ждут от Стандарта:

## ● ВОСПИТАТЕЛИ

- Обеспечения безопасности;
- Толерантного отношения со стороны родителей;
- Снижение документооборота;
- Больше доступных образовательных программ;
- обучение счету и письму должно быть в школе;
- желание обучаться
- курсы ПК



# РОДИТЕЛИ

- за раннее и ускоренное развитие;
- за образование отвечает государство;
- главное – здоровье детей;
- кроме образовательной программы развитие ребенка и в других областях (творчество)

Чем обусловлена разработка данного документа?

Два основания для введения ФГОС ДО:

- 1) Закон «Об образовании РФ»;
- 2) Современная социокультурная ситуация.