

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Особенности возрастного развития ребёнка раннего и дошкольного возраста

Особенности развития ребёнка дошкольного возраста

Цель и задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Характерна высокая возбудимость и слабость тормозных процессов	Широкая иррадиация возбуждения по коре и недостаточная координация движений. Вместе с тем, длительное поддержание возбудимости невозможно и дети быстро устают.	Необходимо строго дозировать нагрузку и избегать длительных наставлений.

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Недостаточное развитие субъективное чувство усталости	Дошкольники не могут объективно описать собственное состояние при выполнении упражнений	Строгое дозирование нагрузки при выполнении физических упражнений

ОБЕДНЕННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Плохо развито субъективное чувство времени	Дети неправильно отмеряют и воспроизводят заданные интервалы времени	Руководство выполнением упражнений и заданий, комментирование

ОБЕДНЕННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Преобладание подкорковых процессов возбуждения	Непроизвольный характер внимания: дети способны удерживать внимание лишь на 15 – 20 минут.	Высокий эмоциональный фон занятий, частая смена деятельности, мотивация детей.

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
ВНД характеризуется медленным формированием динамических стереотипов	Освоение упражнений, особенно более сложных – затруднено.	Создание облегчающих условий, строгое соблюдение методики обучения, поддержание высокого эмоционального фона занятий, использование эффекта подражательности, игровой деятельности

ОБЩНОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Плохо развита оценка глубины пространства	Дети плохо ориентируются в пространстве, не способны правильно оценить расстояния, размеры	Необходимо применять различные ориентиры

ОБЕДНЕННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Зрительная система постепенно развивается, и ещё далека от уровня взрослого человека	Дети могут плохо различать цвета, наблюдается развитие детской дальнозоркости	Большое значение для улучшения зрительной функции имеет эмоциональный характер занятий, использование различных игр

ОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Слуховая система постепенно развивается и её чувствительность значительно повышается к 4 годам	Слуховая система, анализируя продолжительность звуковых сигналов, темпа и ритма движений, участвует в развитии чувства времени	Необходимо правильно задавать ритм движений, использовать тональность, оттенки окрасу речи и т. п.

ОБЕЗНАЧЕНИЕ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)		
Дети проявляют высокую вестибулярную устойчивость	Ребёнок способен уже к 2 годам осваивать большой фонд движений	Необходимость выполнения различных движений уже в первые годы жизни ребёнка

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Опорно – двигательная система		
В костях детей мало минеральных веществ, вследствие чего, кости могут легко изгибаться	Вследствие непомерной нагрузки возможны деформации скелета, развитие плоскостопия	Необходимо строго дозировать физическую нагрузку, сохранять нормальную позу в процессе занятий

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Опорно – двигательная система		
В мышцах много органических веществ и воды, но мало минеральных веществ	Лёгкая растяжимость связочно – мышечного аппарата обеспечивает хорошую гибкость, но не может создать прочного «мышечного корсета»	Строгое соблюдение методики выполнения и применения физических упражнений, предусмотренных программой

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ


Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Опорно – двигательная система		
Тонус мышц - сгибателей превышает тонус мышц -разгибателей	Детям трудно удерживать вертикальную позу при сидении, стоянии	Нельзя использовать длительные статические упражнения, необходимо осуществлять двигательные переключения

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ


Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Сердечно – сосудистая система		
У детей высокая ЧСС и низкое артериальное давление	ЧСС лабильна и легко повышается при испуге, эмоциях, физических упражнениях	Строгое дозирование физических нагрузок, недопустимость психических и эмоциональных перегрузок

ОБЕДННОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
Дыхательная система		
Эффективность дыхания у детей невысока	При нагрузках частота дыхания легко нарастает, ритм сбивается	Строгое дозирование физических и эмоциональных нагрузок



ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО СПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ЦЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

содействие его
биологическому развитию и
создание условий для
формирования элементарных
движений.

формирование
основ здорового образа жизни,
укрепление здоровья,
достижение гармоничного
физического и
психического развития,
обеспечение эмоционального
благополучия.

ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Оздоровительные задачи	Образовательные задачи	Воспитательные задачи
<ul style="list-style-type: none">- Охрана жизни и укрепление здоровья (обеспечение нормального умений и навыков потребности к занятиям- функционирования всех органов и систем организма)- Всестороннее совершенствование функций организма- Повышение работоспособности и закаливание организма	<ul style="list-style-type: none">- Формирование двигательных умений и навыков- Развитие физических качеств- Овладение детьми элементарными знаниями об организме, роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления здоровья	<ul style="list-style-type: none">- Формирование интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями- Всестороннее гармоничное развитие ребёнка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Значение физических упражнений

- ▶ оздоровительное,
- ▶ образовательное
- ▶ воспитательное

Полноценное развитие ребёнка без правильно организованного физического воспитания - невозможно

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Значение	Реализация
Оздоровительное	Укрепление здоровья, содействие развитию органов и систем организма, закаливание
	Улучшение работоспособности, противостояние утомлению
	Формирование гармоничного телосложения
	Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия
	Развитие физических качеств
	Повышение функциональных возможностей организма

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Значение	Реализация
Образовательное	Овладение основными движениями и физическими упражнениями спортивного характера
	Овладение элементарными знаниями о выполняемых физических упражнениях
	Овладение элементарными знаниями об организме человека
	Усвоение элементарных знаний о физической культуре и спорте

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Значение	Реализация
Воспитательное	Осуществление связи с трудовым, нравственным, эстетическим и умственным воспитанием
	Воспитание морально – нравственных качеств личности
	Воспитание личностных качеств: воля, трудолюбие, целеустремлённость, решительность
	Приобщение к регулярным занятиям физическими упражнениями

КРИТИЧЕСКИЕ МОМЕНТЫ ДОУ, СВЯЗАННЫЕ С ВЫПОЛНЕНИЕМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

- ▶ ОСНОВНЫЕ
- ▶ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ

ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ ВЫРАЖЕНИЯМИ В ДООУ



ОСНОВНЫЕ (позволяют целенаправленно решать задачи физического воспитания)		ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ (дополняют основные формы)		
Физкультурное занятие (проводится в соответствии с программой и планированием)		Малые формы занятий (способствуют сохранению работоспособности, противостоят утомлению, укрепляют здоровье)		Крупные формы занятий (досуговые мероприятия, направленные на повышение двигательной активности, приобщение к ЗОЖ)
		<ul style="list-style-type: none"> - Утренняя гимнастика - Физкультурные минуты - Физические упражнения на прогулке 	<ul style="list-style-type: none"> - Физические упр. после дневного сна - Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упр. 	<ul style="list-style-type: none"> - Физкультурные праздники - Соревнования - Дни Здоровья - Туристические прогулки

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

- ▶ Физическое развитие
- ▶ **Физическое совершенство**
- ▶ Физическая культура
- ▶ Физическое воспитание
- ▶ Физическая подготовленность
- ▶ Физическое образование
- ▶ Физические упражнения
- ▶ Двигательная деятельность
- ▶ Двигательная активность