

# 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

# 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)		
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.

# ОБЕЗПЕЧЕНИЯ 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

# 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)		
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.

# ОБЩНОСТИ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 3-7 ЛЕТ

Системы организма	Влияние на процесс обучения и воспитания	Методические подходы
<b>Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)</b>		
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

# 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)		
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
<b>Развитие ЦНС и высшей нервной деятельности (ВНД)</b>		
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



# 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)		
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

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

# 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

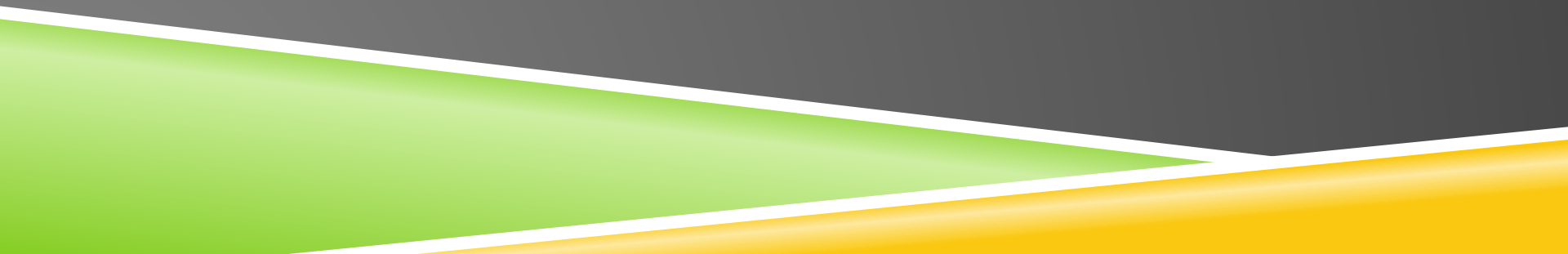
# ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

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





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

# ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

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