

**СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К
ОПРЕДЕЛЕНИЮ ЦЕЛИ, ЗАДАЧ,
СОДЕРЖАНИЯ И МЕТОДИКИ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.**

Морозова О.В.

План

1. Основные понятия теории физического воспитания (ФВ).
2. Цель, задачи ФВ.
3. Содержание и принципы ФВ.
4. Методика ФВ:
 - Средства ФВ,
 - Методы ФВ,
 - Формы организации ФВ в ДОО.
5. Начальная здоровьесберегающая компетентность как результат ФВ в дошкольном возрасте.

1. Физическое развитие

- ▣ В узком смысле - процесс формирования и последующего изменения естественных морфо-функциональных свойств организма ребенка, обозначаемых антропометрическими и биометрическими показателями (рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких; состояние осанки, изгибов позвоночника, динамометрия и др.).
- ▣ В широком смысле - развитие психофизических качеств и двигательных способностей (сила, выносливость, быстрота, гибкость, ловкость, координация,

Своевременное и полноценное физическое развитие

- является залогом *здоровья* и основой формирования *произвольного двигательного поведения*,

Критерии его оценки у дошкольников:

- — запоминание и удержание правил во времени;
- — выбор средств организации своего поведения;
- — планирование, контроль и выполнение действия по правилу, образцу;
- — предвосхищение промежуточных и конечных результатов своих действий, а также возможных ошибок;
- — умение начинать и заканчивать действие в нужный момент;
- — торможение импульсных реакций.

Условие успешного физического развития - - *физическое воспитание (ФВ)*

ФВ - организованный педагогический процесс, направленный на разностороннее морфологическое и функциональное совершенствование организма, формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства.

Под воздействием ФВ происходит усвоение основ физической культуры, гармоничное развитие личности.

Система физического воспитания

базируется на единстве

цели, задач, средств, форм и
МЕТОДОВ работы и направлена на
укрепление здоровья и всестороннее
физическое развитие.

2. Цель физического воспитания

- ▣ формирование привычки к здоровому образу жизни,
- ▣ Согласно определению ВОЗ — воспитание физического и психического здоровья ребенка.
- ▣ охрана и укрепление здоровья; обеспечение полноценного физического развития (Концепция дошкольного воспитания)

Задачи физического воспитания

- ▣ охрана и укрепление здоровья,
- ▣ совершенствование развивающегося организма,
- ▣ формирование двигательных умений и навыков, физических качеств, культурно-гигиенических навыков,
- ▣ устойчивого положительного эмоционального отношения к физическому воспитанию и здоровому образу жизни.

Цель и задачи ФВ



3. Содержание ФВ (по ФГОС)

включает

- ▣ приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие физических качеств (координация и гибкость); способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, 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

Принципы ФВ

- ▣ наряду с общепедагогическими дидактическими (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:
 - всестороннее и гармоническое развитие личности;
 - связь физической культуры с жизнью;
 - оздоровительная направленность;
 - непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха;
 - постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий;
 - цикличность построения занятий; возрастная адекватность физических упражнений.

4. Средства ФВ

Гигиенические факторы: режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и др.

Физические упражнения:
массаж,
подвижные игры,
гимнастика,
спортивные упражнения,
туризм

**Средства
физического
воспитания**

**Лечебно-
профилактические
мероприятия**

**Естественные силы
природы
(солнце, воздух,
вода)**

**Движения,
входящие
в различные виды
деятельности**

Методы ФВ: наглядные, словесные , практические

1. Наглядные методы:

- имитация (подражание), широко используется при проведении и освоении общеразвивающих упражнений и таких движений, как ходьба, бег и др
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, к которому следует привлекать самих воспитанников.
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, диафильмы, видеофильмы);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов, помощи.

Словесные методы ФВ

- называние педагогом упражнений, описание, объяснения, комментирование хода их выполнения,
- указания, распоряжения,
- вопросы к детям, команды,
- беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и др.

Воспитатель использует планирующую, сопровождающую, комментирующую, обобщающую и регулирующую функции речи, используя принцип фасцинации (от англ. - очарование) — специально организованного вербального (словесного) воздействия, которое предназначается для создания положительного эмоционального фона процесса проведения физкультурного занятия за счет сюжетно-образного изложения.

Практические методы

- выполнение движений (совместно-распределенное, совместно-последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение),
- повторение упражнений с изменениями и без, а также их проведение в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и в соревновательной форме.

Методы физического воспитания

- методы диагностики уровня двигательной активности и физического развития детей;
- методы стимулирования и мотивации двигательной деятельности;
- методы организации двигательной деятельности детей;
- методы регулирования и контроля двигательной деятельности.

Специальные методы ФВ:

- ▣ — методы развития силы: метод повторных усилий, метод развития динамической силы и метод изометрических усилий и др.;
- ▣ — методы развития быстроты движений; игровой метод, метод облегченных внешних усилий (уменьшение дистанции, высоты и т.д.), метод многократного повторения скоростных упражнений с предельной интенсивностью, соревновательный метод и др.;
- ▣ — методы развития выносливости: интервальный метод (разновидность повторного метода — дозированное повторное выполнение упражнений относительно небольшой интенсивности и продолжительности со строго определенным временем отдыха, где интервалом отдыха служит обычно ходьба, либо медленный бег; метод игры скоростей и др.;
- ▣ — методы развития гибкости, метод многократного растягивания, игровой метод, музыкально-ритмические упражнения и др.;
- ▣ — методы развития ловкости, повторный и игровой методы, соревновательный метод и др.

Организационные формы ФВ:

- 1) физкультурные занятия.
- 2) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (утренняя гимнастика, спортивные упражнения на прогулке, физкультурные минутки, прогулки за пределами участка, индивидуальная работа);
- 3) самостоятельная двигательная активность детей;
- 4) активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.).

5. Начальная здоровьесберегающая компетентность

- готовность самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья, связана со способностью ребенка решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

Это задачи:

- соблюдения личной гигиены, культуры питания;
- определения и поддержания состояния здоровья, занятия физической культурой;
- соблюдения правил безопасного поведения в быту, в разных видах деятельности, в разных ситуациях;
- разумного поведения в непредвиденных ситуациях;
- оказания элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Физическая культура личности как результат физического воспитания

- сложное системное образование, в котором все компоненты структуры (мотивационно-потребностный, когнитивно-интеллектуальный, физкультурно-деятельный) имеют тесную взаимосвязь, дополняют и обуславливают друг друга

Состояние физической культуры напрямую связано с:

- формированием потребности в двигательной активности и совершенствовании,
- развитием физических качеств личности,
- накоплением и обогащением двигательного опыта

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ