

# **ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В ДОУ**

Выполнил инструктор по  
физической культуре I  
квалификационная категория  
Н. В. Федорова.

Ачинский район, п.Малиновка  
2017год

# Профессиональная компетентность педагогов, организующих двигательную деятельность дошкольников

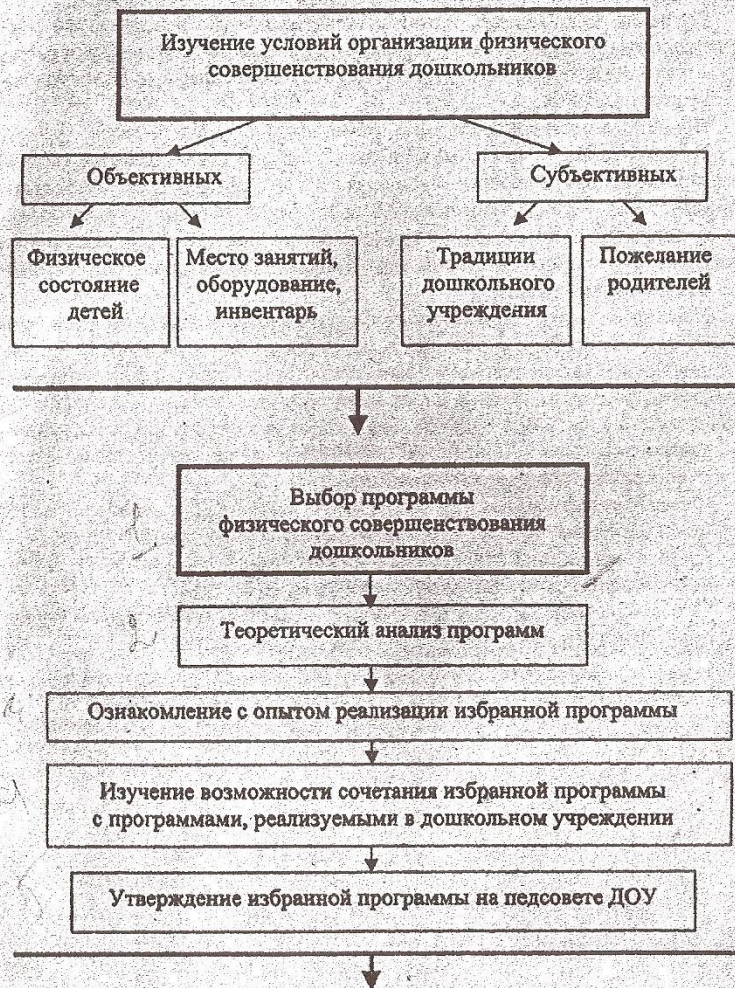
## *Воспитатель:*

1. Знает программу, в соответствии с которой осуществляется физическое совершенствование детей (цели, задачи, прогнозируемые результаты).
2. Проводит диагностику физического состояния детей в соответствии с программой, реализуемой в дошкольном учреждении.
3. Знает особенности состояния здоровья своих воспитанников и планирует занятия физическими упражнениями в соответствии с этими особенностями.
4. Организуя занятия физическими упражнениями со своими воспитанниками, использует только те методические материалы, которые рекомендованы (российскими, городскими, районными) органами образования для работы с детьми дошкольного возраста.
5. При проведении физкультурного занятия имеет план занятия, основанный на данных методических материалах.
6. Формирует у детей правильные представления о гигиене и эстетике занятий физическими упражнениями личным примером (правильной осанкой, образцовым показом физических упражнений, проведением занятия в спортивной одежде и обуви и т.д.).

7. Умеет использовать средства физической культуры для воспитания нравственных (морально-волевых) качеств у своих воспитанников.
8. Контролирует физическую нагрузку по внешним признакам утомления
9. Обеспечивает безопасность детей в процессе занятий физическими упражнениями
10. Умеет оказывать первую медицинскую помощь при несчастных случаях.
11. Планирует, приводит и анализирует физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (утреннюю гимнастику, физкультминутки, подвижные игры между занятиями, подвижные игры на улице)
12. Планирует, приводит и анализирует физкультурно – массовую работу в группе (физкультурные досуги, физкультурные праздники и т.п.)
13. Создает условия в группе для самостоятельной двигательной деятельности детей.
14. Организует самостоятельную двигательную деятельность детей и на прогулке.
15. Информировывает родителей об уровне физического состояния их детей и успешности в двигательной деятельности.

# ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

## 1. МОДЕЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ





У  
8  
9

Разработка документов контроля



Выбор системы тестирования



Подготовка диагностических карт



10

ПРОВЕДЕНИЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ  
РАБОТЫ  
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ



11

Анализ эффективности  
физкультурно-оздоровительной  
работы



12

Проведение необходимых  
корректирующих мероприятий

# ОФОРМЛЕНИЕ КОНСПЕКТА

<b>Часть занятия</b>	<b>Частные задачи</b>	<b>Непосредственно Образовательная деятельность</b>	<b>Дозировка</b>	<b>Метод. указания</b>	<b>Образовательные области</b>
----------------------	-----------------------	---	------------------	------------------------	--------------------------------

# *Требования к максимальной нагрузки на ребенка*

## *Проект федерального Компонента:*

1. Недельные каникулы (Январь) для ср., ст., подг. гр., во время которых проводятся занятия музыкальное, физкультурное и худ. творчество.
2. В летний период образовательные деятельность не проводится (кроме музыкальных и спортивных)
3. Активная двигательная деятельность детей 3,5-4 часа в день
4. Физкультурное занятие для всех возрастных групп не менее 3-х раз в неделю (длительность в зависимости от возраста).
5. Одно из трех проводится круглогодично на открытом воздухе.



# *Проект регионального компонента*

1. Три занятия в неделю.
2. Физкультурные досуги - один раз в месяц
3. Физкультурные праздники- один раз в квартал (Дни здоровья- один раз в месяц)

## *Организация дополнительных услуг в области физической культуры*

- Наличие утвержденной программы
- Проводятся два раза в неделю, продолжительность не более 30 мин. (ср., ст., подг.)
- Участие ребенка не более чем в двух дополнительных занятиях

# Диагностика физической подготовленности дошкольников

$$W = \frac{100 (V_2 - V_1)}{1/2(V_2 + V_1)}$$

где: W — тренируемость, %;

$V_1$  — исходный уровень;

$V_2$  — конечный уровень.

Результаты, полученные в ходе расчета, оцениваются по шкале:

до 8% — за счет естественного роста ребенка;

8—10% — за счет естественного роста и естественной двигательной активности;

10—15% — за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания;

свыше 15% — за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

# *Интегрированные Физкультурно-Речевые занятия*

## **Тема: ПУТЕШЕСТВИЕ В ОСЕННИЙ САД**

Цели: знакомить детей с осенними приметами; развивать словарный запас, образное мышление; воспитывать доброту, отзывчивость.

Оборудование: в группе - иллюстрации по теме «Осень», материал из осенних листьев для гербария.

### **Ход занятия**

#### **I. Вводная часть.**

Дети выходят на улицу и идут вместе с учителем-логопедом, инструктором по физическому воспитанию в осенний сад. *(Это может происходить вблизи или на территории детского сада, если позволяет обстановка.)*

#### **II. Основная часть.**

Логопед. Ребята, мы с вами пришли в осенний сад. Если на деревьях листья пожелтели, Если в край далекий птицы улетели, Если небо хмурится, если дождик льется, Это время года осенью зовется.

*М. Ходякова*

- На дворе наступила осень. Часто идет дождь. Посмотрите, какие вокруг стоят красивые деревья. *(Дети рассматривают деревья: ствол, ветки, листья.)*

## 1. Подвижная игра «Спрячься за дерево».

-Листья на деревьях стали красными и желтыми. (*Логопед показывает кленовый листок.*)

Вот на ветке лист кленовый,  
Нынче он совсем как новый.

Весь румяный, золотой.

Ты куда, листок? Постой!

*В. Берестов*

- Осенью листья опадают с деревьев. Это явление называется листопадом. Предлагаю каждому найти самый красивый листочек, и мы с вами поиграем в игру «Листопад».

## 2.Игра «Листопад».

Давайте устроим листопад. *Дети сдувают листья с*

Подуйте на листочки. *ладошек*

Молодцы!

А сейчас мы с вами превратимся в осенние листочки *Дети разводят руки в стороны и бегут, имитируют полет*

так же легко полетим. *листьев*

Как листья шуршат под ногами? *Дети идут, шурша листьями.*

Вот поднялся ветерок, и листочки закружились в воздухе. *Дети кружатся на месте.*

Ветер стих, и листочки

приземлились *Дети присаживаются.*

### **3. Пальчиковая игра «Осенние листья».**

Раз, два, три, четыре, пять, *Дети загибают пальцы по очереди начиная с большого.*

Будем листья собирать! *Сжимают и разжимают кулаки.*

Листья березы, *Загибают пальчики начиная*

Листья рябины, *с большого.*

Листики тополя,

Листья осины, Листики дуба мы соберем,

Маме осенний букет отнесем.

*Дети вместе со взрослыми собирают листья, засушивают и изготавливают фриз.*

### **III. Заключительная часть.**

#### **Рефлексия.**

- Какие чувства вызвал у вас осенний сад?

# *Интегрированные ИЗО+ФИЗО образовательная деятельность*

**Т е м а:** «В ГОСТИ БАРЫШНЯ ПОШЛА...» (занятие в старшей группе (ИЗО + ФИЗО))

**Цель:** продолжить формировать у детей чувство ритма по средством составления узора из элементов дымковской росписи и ритмических упражнений; развивать слуховое восприятие ритма; воспитывать доброжелательность, любовь к народной игрушке.

**Материалы и оборудование:** нарисованные на ватмане силуэты дымковских игрушек, элементы росписи; модули, обручи, кубики.

## **Ход занятия**

*На стене — контуры дымковской барышни, козлика, коня. На полу - спортивный инвентарь, расположенный по порядку. Дети входят в зал.*

### **I. Вводная часть.**

Воспитатель. Ребята, посмотрите, узнаете вы эти игрушки? Как они называются?

*(Дымковские.)* Посмотрите, какие они невеселые.

Дело в том, что собралась дымковская барыня в гости в соседнее село. Взяла с собой в дорогу козлика да лошадку - вместе-то веселей! А чтобы не заблудиться, дорогу, по которой идти надо, как карту, себе на юбочке нарисовала. Были на юбочке у нее тропинки указаны, ручейки, все села и деревни, мимо которых их путь лежал. Долго ли, коротко ли шли, да где-то в середине пути налетел вдруг сильный ветер и сорвал все узоры с юбки. Растерялась барыня: домой идти - дорогу не помнят, дальше идти - не знают куда. Надо бы помочь им добраться до места. А то гости их заждались уже. *(Дети вызываются помочь барыне.)*

-Тогда пойдёмте по тому пути, по которому дымковские игрушки шли. По дороге силы наберёмся и поможем барыне узоры восстановить.

## **II. Основная часть.**

### **1. Упражнения с предметами.**

Инструктор по ФИЗО. Ну что, ребята, отправляемся в путь! А вот и дорога.

*Дети выполняют упражнения под музыку.*

- Поролоновая дорожка (*дорога*) - ходьба с подниманием колен, спина прямая;
- зигзаг (*ручеек*) - перепрыгивание;
- навесная лестница (*мостик*) - ходьба;
- обручи (*деревни и города*) - прыжки из обруча в обруч с хлопком;
- поролоновые бруски (*болото*) - перешагивание.

### **3. ОРУ с кубиками.**

Инструктор. Вот мы и вышли на полянку. Давайте сил наберемся - сделаем зарядку.

1. И. п. - о. с. - кубики в обеих руках внизу;
  - 1) кубики в стороны;
  - 2) кубики вверх - ударить одним о другой;
  - 3) кубики в стороны;
  - 4) и. п. (5-7 раз).

2.И. п.- стойка, ноги на ширине плеч, кубики внизу.

- 1) поворот вправо, влево, руки в стороны;
- 2) вернуться в и. п., стукнуть 2 раза (счет 3-4) - 6 раз.

3. И. п.- стойка ноги врозь;

- 1) наклон, ударить кубиками об пол 2 раза;
- 2) вернуться в и. п. - 6 раз.

4.И. п. - о. с, кубики у плеч;

- 1) присесть, кубики вперед, ударить друг о друга 2 раза;
- 2) и. п. - 5-7 раз.

5.И. п. - о. с, кубики в опущенных руках;

- 1) прыжок - ударить кубиками над головой;
- 2) прыжок - ударить кубиками внизу - 15-20 раз.

-Вот сколько силы мы набрались!

#### **4. Выкладывание дымковских узоров.**

Воспитатель. А вот и то место, где ветер нашалил. *(На полу - элементы росписи.)* Как в дымковской манере лошадок расписывают? *(Горошинами и точками.)* Кто будет на ней узор восстанавливать? (Несколько детей берутся за работу – выбирают нужные элементы орнамента, украшают лошадку. Как козлика расписывают в Дымково? (Колечками со звездочками) Есть желающие украсить?)

*Дети, разбившись на подгруппы, выкладывают узоры на контурах козлика и лошадки*



## 5. Танец «Дымковские узоры»

**Воспитатель:** А теперь давайте потанцуем. Покажите, как мы составляли узор, но не словами, а движениями.

Дети «Рассказывают» об узоре ритмичными движениями.

•«Лошадка»:

-- кружок- означает хлопок;

-- точка- притоп;

Воспитатель показывает по очереди элементы росписи лошадки, а дети «рассказывают» об узоре движениями.

• «Козлик»

--звездочка – приседание;

-- точка-притоп.

•«Барыня»:

--колечки-3 хлопка;

--волнистая линия- «волна» рукой

--прямая линия- марш на месте.

### **III. Заключительная часть.**

Рефлексия.

Воспитатель. Какие вы молодцы, ребята! Как красиво вы «рассказали» об узоре движениями! У вас получился настоящий танец. Спасибо, что восстановили узор на игрушках, и помог нам в этом ритм. Теперь вы знаете, что ритм бывает в музыке, движении, танце и в декоративном искусстве. *(Готовыми изображениями дымковских игрушек дети украшают зал.)*

**Спасибо за внимание**