



*Детский сад № 63*  
*АНО ДО «Планета детства «Лада»*



# **«Способы и формы реализации ООП в процессе освоения образовательной области «Физическое развитие».**

*Зам зав по ВМР – Шикина Светлана Леонидовна*  
*ИФК – Макарова Любовь Викторовна*

# ФГОС ДО

«Физическое развитие» включает: приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном, в том числе связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие:

- *физических качеств*
- *опорно-двигательной системы организма,*
- *равновесия,*
- *координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук,*
- *правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений*
- *формирование начальных представлений о видах спорта,*
- *овладение подвижными играми с правилами;*
- *становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;*
- *овладение элементарными нормами и правилами здорового образа.*

# *Задачи физического развития*

- накопление и обогащение двигательного опыта детей;*
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании*
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)*

# Модель двигательной активности

Виды и форма двигательной деятельности	Длительность (мин.)	Особенности организации
Утренняя гимнастика	10	Ежедневно, согласно расписанию (групповое помещение, спорт.зал, муз.зал)
Двигательная разминка	10	Ежедневно между НОД
Физминутка	1,5-2	Ежедневно при необходимости от вида НОД
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	6-10	Ежедневно во время прогулок
Дифференцированные игры-упражнения на прогулке	5-8	Ежедневно во время вечерних прогулок
Побудка	10	Ежедневно
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10	Ежедневно во время прогулок
ОД «Двигательная деятельность»	25	3 раза в неделю
Самостоятельная двиг. деятельность	Зависит от индивидуальных особенностей детей	Ежедневно в помещении и на улице
День Здоровья		1 раз в месяц (последний день)
Физкультурный досуг	25-30	1 раз в квартал

## **Формы организации физического воспитания:**

- **физкультурные занятия;**
- **физкультурно-оздоровительные мероприятия**  
(утренняя гимнастика, физкультминутки,  
закаливающие процедуры)
- **повседневная работа по физическому  
воспитанию** (подвижные игры, прогулки,  
индивидуальная работа с детьми, самостоятельная  
деятельность детей).

# *Утренняя гимнастика*

- проводится ежедневно до завтрака в течение 6-12 мин.*
- на воздухе или в помещении (в зависимости от погодных условий и возрастных особенностей).*
- комплекс утренней гимнастики следует повторять в течение двух недель.*

## *Физкультурное занятие*

- В 1-й младшей группе 2 раза в неделю.*
- Со 2-й младшей до подготовительной группы включительно – 3 раза в неделю (2 раза в зале, 1 раз на воздухе).*
- Летом - все занятия на воздухе.*

# Продолжительность частей физкультурного занятия в разных возрастных группа

Части/группа	2-я младшая	средняя	Старшая	Подготовительная
<b>1.</b> <b>Вводная</b>	2-3 минуты	3-5 минут	5-7 минут	5-8 минут
<b>2.</b> <b>Основная</b>	7-10 минут	12-13 минут	12-15 минут	15-20 минут
<b>3.</b> <b>Заключительная</b>	2-3 минуты	3-5 минут	3-5 минут	5-7 минут



## *Значение подвижных игр:*

- способствуют всестороннему развитию детей,*
- содействуют оздоровлению организма,*
- обогащают жизнь детей новым содержанием,*
- воспитывают их чувства, поведение, ориентировку в окружающей среде, самостоятельность и творческую инициативу*

- **В вводной части** занятия используется подвижная игра средней интенсивности  
(увеличение пульса на 20-25% от исходной величины)
- **В основной части** - 3-4 подвижные игры с элементами основных движений. Интенсивность нагрузки должна увеличиваться постепенно; пик нагрузки  
(учащение пульса на 70-80%) приходится на конец основной части
- **Заключительная часть** включает подвижную игру малой интенсивности  
(превышение пульса не более чем на 15-20% от исходного)

# *Виды зимних спортивных упражнений и игр*

- *катание на санках*
- *скольжение по ледяным*
- *дорожкам*
- *ходьба на лыжах*
- *игра в хоккей*

# *Спортивные упражнения и игры направлены на:*

- развитие физических качеств*
- правильное формирование опорно-двигательной системы организма*
- развитие координации движения*
- развитие основных видов движений*

# *Интеграция О.О.*

- *«Познавательное развитие»:*

- *закрепление умения ориентироваться в пространстве,*
- *познание детьми явлений природы (свойства снега, льда, особенности погоды и т.п.);*

- *«Речевое развитие»:*

- *обогащение активного словаря, формирование связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи*

- *«Социально-коммуникативное»:*

- *воспитание у дошкольников норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности;*
- *развитие навыков общения и взаимодействия ребёнка со взрослыми и сверстниками,*
- *становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий,*
- *развитие эмоциональной отзывчивости, сопереживания,*
- *формирование основ безопасности в быту, социуме.*

# **ЗАДАЧИ:**

- 1. Расширять и обогащать двигательный опыт ребёнка.*
- 2. Обеспечить освоение двигательных умений и навыков в спортивных играх и упражнениях*
- 3. Способствовать переносу полученных умений и навыков в самостоятельную деятельность*
- 4. Разработать перспективно-календарное планирование освоения спортивных игр и упражнений в зимний период на основе комплексного подхода.*
- 5. Создать необходимую материально-техническую базу для успешного освоения спортивных игр и упражнений детьми в соответствии с ООП*

# *Ледяные и снежные горки*



# *Спортивная площадка*







# ***Лыжная трасса***



# *Определение видов техник*

- *Сидение на санках*
- *Ведение санок*
- *Скатывание с горы*
- *Торможение*
- *Повороты*

# *Этапы освоения двигательного навыка*

- 1. этап формирования (сложный навык формируется в специально организованной деятельности, более простой – в совместной деятельности воспитателем)*
- 2. этап углубленного разучивания (сложного умения - в процессе организованной деятельности)*
- 3. этап закрепления и совершенствования*



**СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!**