



Проект Образовательная область «Физическое развитие»

Составила Симонова С.Г.



Направление физического развития

1/ Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. *(формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни)*

2/ Физическая культура.

(сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления)

3/ Гармоничное физическое развитие

(совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки)

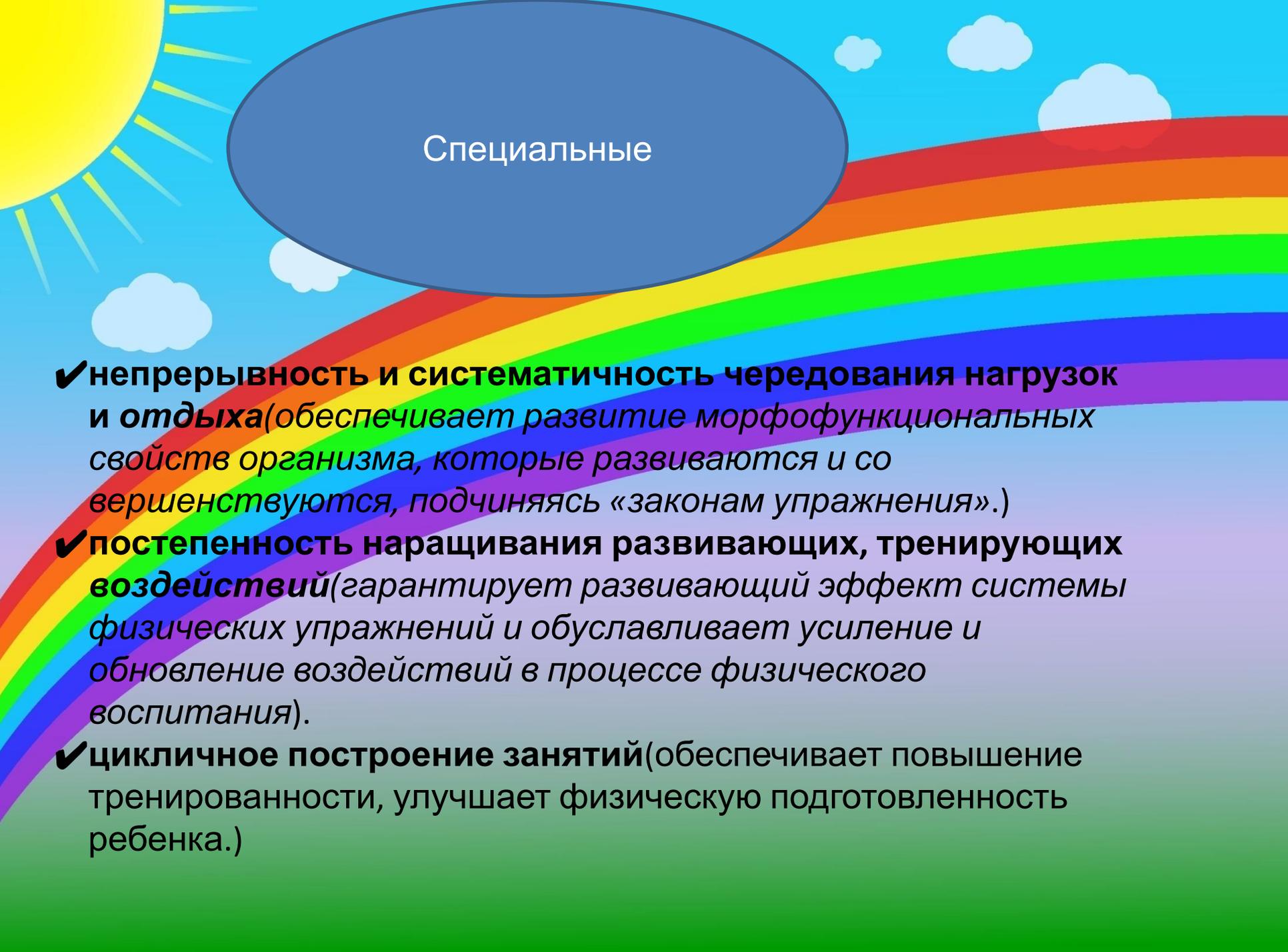
Принципы физического развития

Дидактические

Гигиенические

Специальные





Специальные

- ✓ **непрерывность и систематичность чередования нагрузок и отдыха** (обеспечивает развитие морфофункциональных свойств организма, которые развиваются и совершенствуются, подчиняясь «законам упражнения».)
- ✓ **постепенность наращивания развивающих, тренирующих воздействий** (гарантирует развивающий эффект системы физических упражнений и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического воспитания).
- ✓ **циклическое построение занятий** (обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность ребенка.)

ДИДАКТИЧЕСКИЕ

- ✓ **Принцип осознанности и активности** (направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.)
- ✓ **Принцип систематичности и последовательности** (обязателен для всех форм физического воспитания: формирования двигательных навыков, закаливания, режима)
- ✓ **Принцип наглядности** (предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением, способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем)
- ✓ **Принцип индивидуализации** (он позволяет улучшать врожденные задатки, развивать способности, тренировать нервную систему, воспитывать положительные качества и способности ребенка.)
- ✓ **Принцип доступности и индивидуализации** (мобилизует умственные и физические способности, ребенок успешно справляется с программным материалом.)



Гигиенические

- ✓ **Принцип оздоровительной направленности** (решает задачи укрепления здоровья ребенка, повышает функциональные возможности организма, способствуют значительному улучшению оздоровительной деятельности мозга.)
- ✓ **Принцип возрастной активности** (то есть учет возрастных индивидуальных особенностей ребенка.)
- ✓ **Принцип системного чередования нагрузок и отдыха** (сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка повышает их эффективность, что выражается в динамичности закономерных изменений содержания и формы функциональных нагрузок – от занятия к занятию, от этапа к этапу.)
- ✓ **Принцип всестороннего и гармоничного развития личности** (он содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, которые осуществляются в единстве и направлено на всестороннее: физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое развитие личности ребенка.)



Методы физического развития

- ✓ **Наглядный** (показ физических упражнений, музыка, песни)
- ✓ **Словесный** (объяснение, пояснение, указание и подача команд, распоряжений, сигналов, беседа, словесная инструкция)
- ✓ **Практический** (повторение упражнений без изменения и с изменениями, проведение упражнений в игровой и соревновательной форме)



Принципы
+
методы

УТРЕННЯЯ
ГИМНАСТИКА

ПОДВИЖНЫЕ И
СПОРТИВНЫЕ
ИГРЫ

РЕЛАКСАЦИЯ
ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ

ГИМНАСТИКА
ПОСЛЕ СНА

ПАЛЬЧИКОВАЯ
ГИМНАСТИКА

ДЫХАТЕЛЬНАЯ
ГИМНАСТИКА

САМОМАССАЖ

ГИМНАСТИКА ДЛЯ
ГЛАЗ

ДИНАМИЧЕСКАЯ
ПАУЗА

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

для предупреждения утомления глаз, укрепления глазных мышц;
для профилактики нарушений зрения дошкольников.

ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА

создают благоприятную атмосферу;
снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

позволяет организму малыша правильно развиваться

САМОМАССАЖ

Самомассаж точек на кистях рук способствует повышению тонуса и работоспособности всего организма.

ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

развивают у детей
настойчивость, смелость,
решительность, инициативу,
сообразительность и
мышление

РЕЛАКСАЦИЯ ФИЗКУЛЬТМИНУ ТКИ

дети учатся ощущать свои
эмоции, расслабляться.

ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

Пальчиковая гимнастика решает множество задач в развитии ребенка:

- способствует овладению навыками мелкой моторики;
- помогает развивать речь;
- повышает работоспособность головного мозга;
- развивает психические процессы: внимание, память, мышление, воображение;
- развивает тактильную чувствительность;
- снимает тревожность.



УТРЕННЯЯ
ГИМНАСТИКА

ГИМНАСТИКА
ПОСЛЕ СНА

укрепляет здоровье ребенка

Понятие «технология» и «здоровьесберегающие технологии»

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Технология

Инструмент профессиональной деятельности педагога, имеющий выраженную этапность, включает в себя набор определенных профессиональных действий, на каждом этапе которого позволяет педагогу предвидеть промежуточные и итоговые результаты педагогической деятельности.

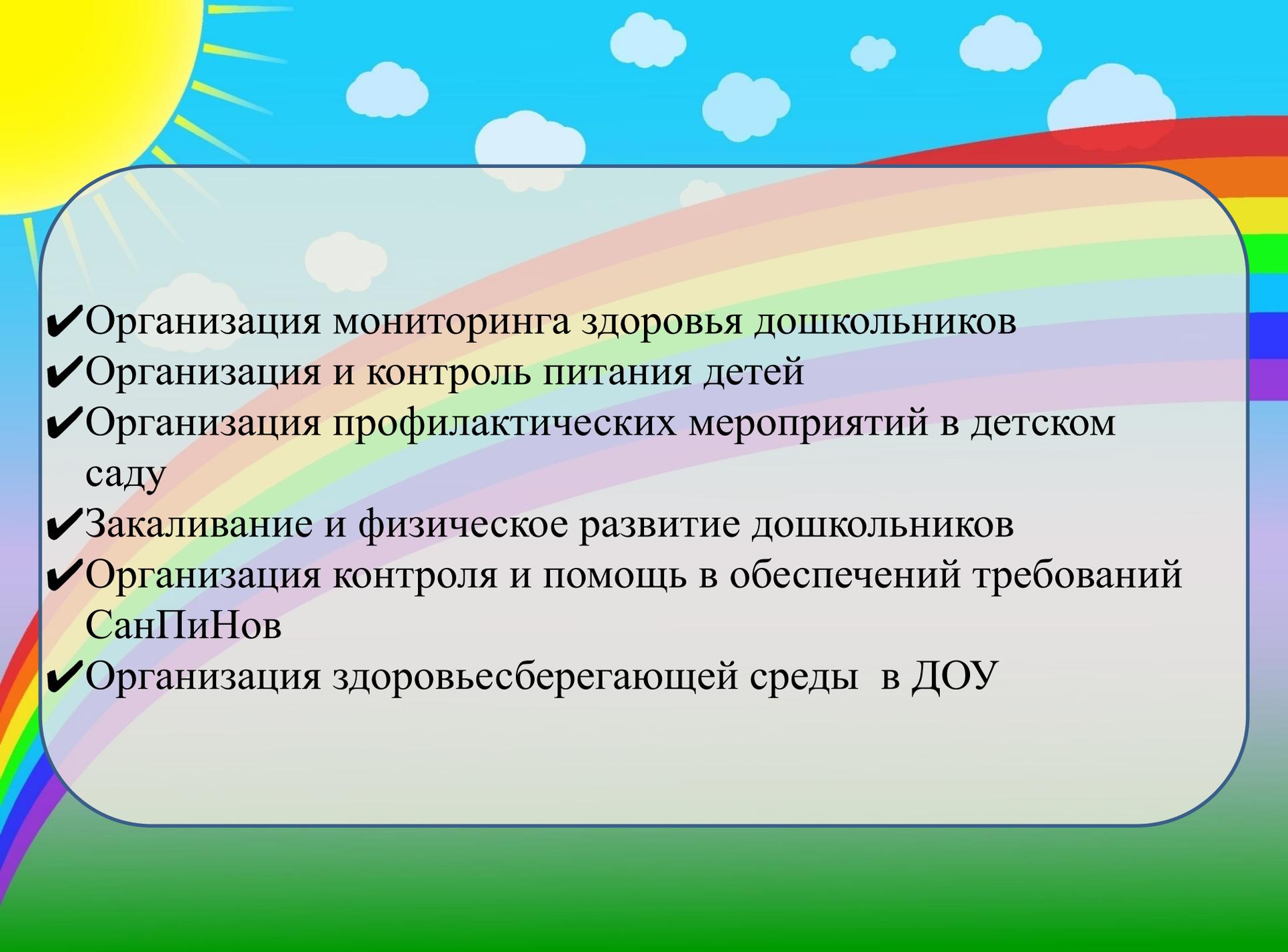
Классификация здоровьесберегающих технологий

1. Медико-профилактические.
2. Физкультурно-оздоровительные, приобщение детей к здоровому образу жизни.

Медико-профилактические технологии

Технологии обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими правилами и нормами



- 
- ✓ Организация мониторинга здоровья дошкольников
 - ✓ Организация и контроль питания детей
 - ✓ Организация профилактических мероприятий в детском саду
 - ✓ Закаливание и физическое развитие дошкольников
 - ✓ Организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов
 - ✓ Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ

Физкультурно-оздоровительные технологии

Технологии, направленные на развитие физических качеств и двигательной активности детей, приобщение детей к здоровому образу жизни



- ✓ Утренняя гимнастика
- ✓ Гимнастика для глаз
- ✓ Пальчиковая гимнастика
- ✓ Динамическая гимнастика
- ✓ Дыхательная гимнастика
- ✓ Бодрящая гимнастика
- ✓ Динамическая пауза
- ✓ Массаж и самомассаж
- ✓ Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки
- ✓ Двигательные оздоровительные физминутки
- ✓ Самостоятельная двигательная деятельность детей
- ✓ Подвижные и спортивные игры
- ✓ Валеологическое развитие
- ✓ Физическая культура



Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка

- ✓ Технологии, обеспечивающие эмоциональный комфорт и хорошее психологическое самочувствие ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и дома
- ✓ Технология психолого-педагогического сопровождения развития ребенка (Психогимнастика, песочная терапия)



Здоровьесбережение и здоровьеобогащение педагогов ДОУ

Технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов в том числе культуры профессионального здоровья, развития потребностей здорового образа жизни



Что необходимо использовать в ДОУ

Гимнастика для глаз



картотека

Подвижные игры

для детей среднего

дошкольного

возраста



Физминутки

От зеленого привала (детям)
оттолкнулся паролод, (покажи)
Он шагнул назад, (шаг назад)
А потом шапнул вперед, (шаг вперед)
И поплыл, поплыл по речке,
(делая шаг)
Набирая полный ход.
(шаг на месте)



FORCHEL.RU

КАРТотеКА

ПАЛЬЧИКОВЫЕ
ИГРЫ



Зарядка для
детей

