

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Брусничка»

Доклад к заседанию методического объединения города

средний возраст

«Физическое развитие детей дошкольного возраста с учётом их индивидуальных показателей»

Подготовила:

воспитатель Русанова А.В.

Г. Северобайкальск

Важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка, развития у него физических навыков и умений является дошкольное детство. Федеральные Государственные Образовательные Стандарты нацеливают содержание образовательной области «Физическое развитие» на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

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

Организованная образовательная деятельность по физическому развитию: Является основной формой физического воспитания дошкольников, обязательной для всех детей, проводимой круглый год, по три занятия в каждой возрастной группе. При планировании ООД необходимо учитывать не только возрастные и индивидуальные возможности, но и уровень двигательной активности каждого ребенка.

Утренняя гимнастика

Является одним из важных компонентов двигательного режима.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака в течение 6-10 мин. на воздухе (при благоприятных климатических условиях) или в помещении. Существуют разные типы и варианты утренней гимнастики. Например:

- комплекс музыкально-ритмических упражнений;
- утренняя гимнастика игрового характера;
- утренняя гимнастика в форме оздоровительной пробежки;
- комплекс упражнений с тренажерами простейшего типа;
- преодоление полосы препятствий
- комплекс утренней гимнастики повторяется в течение двух недель

Физминутка

- Является обязательной частью ООД. Любая организованная образовательная деятельность, не связанная с движением, является тяжелой нагрузкой на организм дошкольников, так как для них характерна неустойчивость нервных процессов. Они быстро утомляются, снижается устойчивость внимания, у детей теряется интерес к деятельности, что, конечно, отрицательно влияет на ее эффективность. В тот момент, когда у детей появляются первые признаки переутомления воспитателю целесообразно провести физкультминутку. Это общеразвивающие упражнения - упражнения для рук, наклоны, приседания, прыжки, подскоки, ходьба, с текстовым сопровождением, или танцевальные, импровизационные движения с музыкальным сопровождением.

Двигательная разминка или динамическая пауза

- Проводится во время большого перерыва между занятиями. Обычно она состоит из 3-4 общеразвивающих упражнений, или же произвольных движений детей с использованием разнообразных физкультурных пособий. Продолжительность разминки не более 10 мин: 6-8 мин. для активного движения и 1-2 мин. для упражнений на расслабление.

Подвижные игры

- На прогулке должны планироваться подвижные игры и игровые упражнения разной степени интенсивности. Так, в течение месяца может быть проведено более 20 подвижных игр, при этом разучено 3-4 новые игры. Каждая новая подвижная игра повторяется в течение месяца 4-5 раз, в зависимости от ее сложности, что позволяет детям хорошо усвоить правила игры, а также сохранить интерес к ней.

Бодрящая гимнастика после дневного сна

- Позволяет поднять активность детей, улучшить эмоциональный настрой, провести активную профилактику нарушений осанки и плоскостопия. Она имеет вариативный характер, и разную степень продолжительности от 7-15 минут. После проведения 3-4 общеразвивающих упражнений лёжа в постели (на спине, на боку, на животе) ежедневно осуществляются пробежки по массажным дорожкам (дорожки здоровья).

Самостоятельная двигательная деятельность

- Организуется взрослым в разное время дня: утром до завтрака, в перерыве между занятиями, в свободное время после дневного сна, во время прогулки. При планировании самостоятельной двигательной деятельности важно позаботиться о создании физкультурно-игровой среды: выделить достаточно для активного движения пространство, иметь достаточно разнообразные физкультурные пособия (для создания разнородности и новизны физкультурно-игровой среды, чередования активной и спокойной деятельности детей).

Организация уголка по физическому развитию в группах

Главная цель уголка по физическому развитию

- Уголок по физическому развитию служит удовлетворению потребности дошкольника в движении и приобщению его к здоровому образу жизни.
- Задачи уголка по физическому развитию:
- развитие движений и совершенствование двигательных функций;
- достижение необходимой для возраста физической подготовленности;
- предупреждение нарушений опорно – двигательного аппарата;
- создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх и развлечениях;
- приобщение детей к занятиям физической культуры и спорту.

Требования к уголку по физическому развитию

- Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей. Он может быть размещен в групповой или спальном комнате.
- Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение по принципу целесообразности.
- Уголок должен быть эстетически оформлен.
- Соответствовать возрасту детей, учитывать интересы, как мальчиков, так и девочек.

Наличие символики физкультуры и спорта.

В младшем возрасте

- Уголок оформляется как часть большой игровой зоны. Для малышей должны быть и горки для ходьбы, и игрушки-каталки, и мячи разных размеров. Дети 2-4 лет постоянно находятся в активном движении и по своему усмотрению пользуются предложенными игрушками.

- В спортивном уголке находятся приспособления для организованной деятельности детей: для проведения спортивных игр и упражнений. Поэтому там должны быть маски для игр. В основном, это те персонажи, которые чаще всего встречаются в их играх: кот, заяц, лиса, медведь, волк. Предметов, для проведения упражнений, должно быть много – на всех детей группы: кубики, мягкие мячики, султанчики. Обязательно должен быть бубен для выполнения упражнений в предложенном ритме.

В среднем возрасте

- Спортивный уголок дополняется альбомами по ознакомлению с различными видами спорта: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта». Спортивные приспособления для проведения упражнений теперь уже нужны не для всех детей, а только для подгруппы, потому что дети сами организуют спортивные игры. В свободном доступе находятся и спортивные игры: городки, кегли, дартц.

В старшем возрасте

- Спортивный уголок дополняется альбомами по ознакомлению с различными видами спорта: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта». Спортивные приспособления для проведения упражнений теперь уже нужны не для всех детей, а только для подгруппы, потому что дети сами организуют спортивные игры. В свободном доступе находятся и спортивные игры: городки, кегли, дартц.

Комплектация уголка по физическому развитию

- 1. Теоретический материал
- 2. Игры
- 3. Атрибуты для подвижных и малоподвижных игр
- 4. Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук
- 5. Для игр и упражнений с прыжками
- 6. Для перешагивания, подъема и спуска
- 7. Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием
- 8. Выносной материал (по возрасту детей)

Система физического воспитания в дошкольных учреждениях представляет собой единство цели, задач, средств, форм и методов работы, направленных на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и является приоритетной.

В пункте 2.6. ФГОС говорится, что физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, 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 элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Известно, что каждый ребенок неповторим он имеет свои особенности нервной системы, телосложения, психофизического развития. Индивидуальные особенности ребенка влияют на усвоение двигательных умений и навыков, на отношение к окружающим.

Индивидуальная работа с детьми дошкольного возраста направлена на обучение отстающих в усвоении физических упражнений, активизацию малоподвижных, улучшение физического развития ослабленных детей.

Индивидуальную работу проводят, начиная с младшей группы, в форме игры и игровых упражнений.

Главное правило «Вместе с детьми!», педагог показывает и объясняет упражнения, дает предварительную ориентировку в действиях, активизирует сознательное и творческое отношение к физкультурным упражнениям.

Условно индивидуальную работу по физическому воспитанию можно разделить на две группы: первая группа - «Индивидуальная работа по результатам диагностики на развитие физических качеств», вторая группа «Индивидуальная работа по итогам непосредственной образовательной деятельности в группе».

Индивидуальная работа по результатам диагностики.

В соответствии с ФГОС пункта, 3.2.3. При реализации «Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей». Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Диагностика физической подготовленности детей дошкольного возраста проводится три раза в год: в начале, в середине и в конце учебного года. Результаты диагностики заносятся в карту, наглядно видно, какой из физических качеств, трудно дается ребенку. На таких детей составляется карта индивидуального маршрута развития физических качеств. В карту заносятся фамилия и имя ребенка, возраст, группа здоровья, результаты диагностики, по каждому из физических качеств и соответствующие игры и упражнения. Результаты диагностики только для воспитателя и родителя конкретного ребенка, фамилии не оглашаются, сравнение с успехами друг детей не производится.

Индивидуальная работа по результатам диагностики проводится один раз в неделю, на свежем воздухе со всеми возрастными группами. Выполнять физкультурные упражнения можно, как с одним ребенком, так и объединяя их в небольшие группы, организуя игры разной подвижности. В данной работе необходимо использовать наглядные ориентиры (цветные колпачки, деревья, цветы); для детей младшего дошкольного возраста игрушки (зайчики, мишки). Спортивное оборудование (мячи, кегли, набивные мешочки) на каждого ребенка.

Индивидуальная работа по результатам ОД

Проводится во время проведения утренней гимнастики, ОД, физкультурных досугов. И здесь, конечно же, главным помощником выступает воспитатель. Например, в подвижной игре, соблюдая правила, ребенок, пойманный, «ловишкой» выбывает из игры, ему предлагается выполнить одно из общеразвивающих упражнений, основных видов движения. Это помогает сохранить двигательную активность ребенка, а воспитателю помочь ребенку выполнить упражнение правильно, уделяя ему необходимое количество времени.

Проводя индивидуальную работу с детьми, и в соответствии с ФГОС мы планируем привлечение родителей, родители, занимаясь со своим ребенком помогают освоить ему, необходимые виды движения. Такого рода совместные занятия не только прививают любовь к физическим упражнениям, но и объединяют семью. Ведь не секрет, что каждый ребенок хочет быть похожим на родителей!