



ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

современная школа

Спикер: Казакова Елена Ивановна
Специалист по УМР МОЦДО



«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять: забота о здоровье – это важнейший труд взрослого. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А. Сухомлинский

Физическое развитие

- это процесс изменения форм и функций организма человека

Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на совершенствование форм и функций организма ребенка, на формирование двигательных знаний, умений, навыков, на воспитание физических качеств.





ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ В ШКОЛУ НА 2024 ГОД



MR

- 50% детей имеют различные функциональные отклонения, в том числе отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата
- 35-40% - страдают хроническими заболеваниями
- 14% практически здоровые дети.





Хочется общаться
с друзьями

Отсутствие
стрессовых
ситуаций

Адекватная
реакция на
окружающие

Приятная
внешность

Хочется активно
двигаться

Хорошее
настроение



Систематическая
двигательная
активность

Ничего не болит

Хороший
аппетит

Правильное
питание





ПРОБЛЕМЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ



Экология

**Накапливание отрицательных эмоций
без физической разрядки**

Переедание

Гиподинамия



ТЕОРИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ



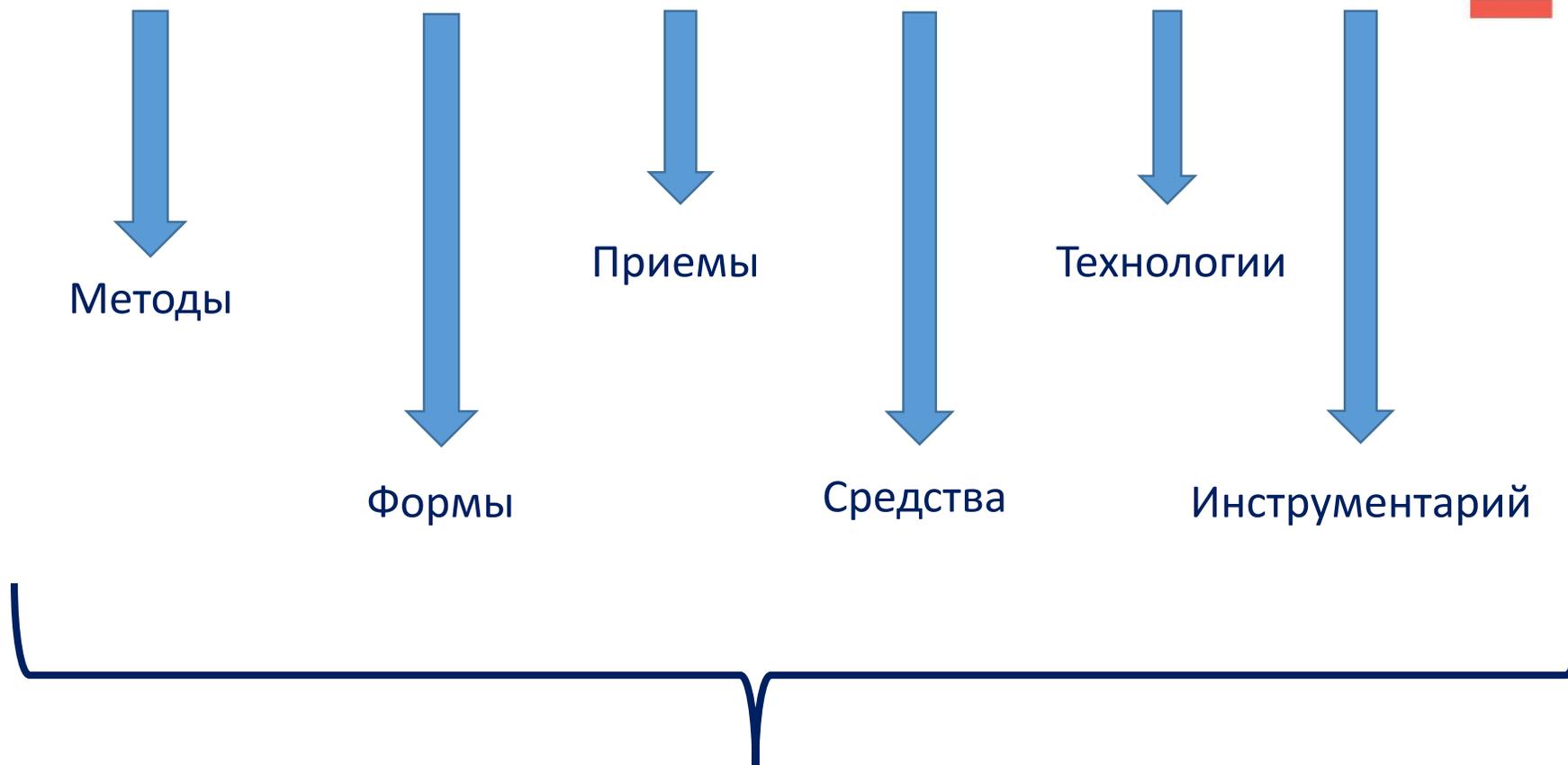
- исследует особенности процесса физического развития

- занимается определением условий организации двигательной деятельности детей, технологий физического развития

- Обосновывает закономерности физического развития ребенка



СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ



***укрепление здоровья детей
и физическое развитие всех сторон организма***



Цель: укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у них интереса к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие

Задачи

Оздоровительные

- охрана жизни и укрепление здоровья;
- обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
- всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- повышение работоспособности и закаливание

Образовательные

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья

Воспитательные

- воспитание заинтересованности в физическом развитии;
- стремления к поддержанию здорового образа жизни, регулярным физическим занятиям, положительного отношения к физическим занятиям, различной физической активности.

УСЛОВИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ



- Режим дня
- Соблюдение гигиенических норм
 - Правильное питание.
 - Полноценный сон и отдых
- Разнообразии физической активности
- Разнообразии деятельности ребенка в течение дня
 - Учет особенностей физического
- Выбор оптимальных методов и средств физического воспитания



СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

МР

это все то, с помощью чего можно добиться задач физического воспитания

Основные средства:

- Физические упражнения

Вспомогательные средства:

- Естественные силы природы
- Гигиенические факторы



ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

по историческому признаку сложившихся систем физического воспитания



ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ



по признаку особенностей мышечной деятельности

скоростно-силовые упражнения:

прыжок в длину с места, метание мяча весом 150г., метание набивного мяча весом 0.5 кг двумя руками из-за головы из положения стоя

упражнения, требующие проявления

выносливости:

ходьба, бег на длительные дистанции, ходьба на лыжах, плавание

по значению для решения задач обучения

основные упражнения

подводящие упражнения

подготовительные упражнения

по признаку преимущественного развития отдельных мышечных групп

для мышц шейного отдела, рук и плечевого пояса, туловища, ног и таза



Естественные силы природы



Гигиенические факторы

- средства, которые обеспечивают жизнедеятельность ребенка вне процесса занятий физическими упражнениями;
- средства, включаемые в процесс занятий физическими упражнениями.

МЕТОДЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ



МЕТОДЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ



Методы слухового восприятия

- Рассказ, придуманный педагогом или взятый из книги
- Сюжетный (тематический) рассказ
- Описание
- Объяснение
- Беседа
- Разбор
- Указание
- Оценка
- Команда
- Подсчет



МЕТОДЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ



Методы зрительного восприятия

- Показ физических упражнений
- Демонстрация наглядных пособий

Методы двигательного восприятия

Методы строго регламентированного упражнения:

- Метод разучивания по частям.
- Метод разучивания в целом.
 - Равномерный метод.
 - Переменный метод.
 - Повторный метод

Методы частично регламентированного упражнения:

- Игровой метод
- Соревновательный метод



ВЫВОД



ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

способствует укреплению здоровья,
развитию двигательных навыков,
улучшению координации движений,
повышению выносливости и силы мышц

ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

помогают формировать правильную осанку,
предупреждают плоскостопие
и другие нарушения опорно-двигательного
аппарата

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

положительно влияет на психоэмоциональное
состояние ребенка, улучшает настроение,
повышает самооценку и способствует
социальной адаптации

!!! правильное физическое воспитание является важным фактором гармоничного развития детей дошкольного возраста

