



Онлайн мастерская «Школа профессионального мастерства»

**Разбор заданий РИКУ для воспитателей,
задания по блоку содержания
профессиональных компетенций: предметные.
Образовательная область
«Физическое развитие»**

02 апреля 2026г.

Спикер: Енова Ирина Владимировна
старший преподаватель ГГТУ

Вебинары в записи



1.6. Стандарт направлен на решение следующих задач

- охраны и укрепления **физического и психического здоровья детей**, в том числе их эмоционального благополучия;
- создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- формирования общей культуры личности детей, в том числе **ценностей здорового образа жизни**, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- **обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи** и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах **развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.**



Содержание образовательной деятельности по ФОП ДО

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)

Подвижные игры

Спортивные игры



Активный отдых

Формирование основ здорового образа жизни

Спортивные упражнения



Как должна быть организована образовательная деятельность, чтобы соответствовать требованиям ФГОС ДО и ФОП ДО?

В ходе режимных моментов, связанных с заботой о здоровье детей, взрослый должен **проявлять уважение к их нуждам и особенностям**

Взрослый должен **создавать условия для самостоятельного и осмысленного исполнения ребенком действий**, сохраняющих здоровье

Взрослый должен **работать в зоне ближайшего развития ребенка**, расширяя опыт детей в понимании собственного тела и душевного состояния. Должны использоваться все подходящие ежедневные ситуации для обсуждения вопросов здорового образа жизни

Взрослый должен **создавать условия для развития у детей продуктивного взаимодействия в больших и малых группах**, со сверстниками и взрослыми во время различных мероприятий, связанных с заботой о своем здоровье и поддержании гигиены

Задачи ФГОС ДО	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	Целевые ориентиры
Приобщение к здоровому образу жизни и активному отдыху, формирование представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления, правилах безопасного поведения в разных видах двигательной деятельности, воспитание бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих	Формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания	Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; Способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.	Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху; Воспитывать волевые качества, самостоятельность; Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной активности	продолжать развивать интерес к физической культуре; Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительных воздействиях физических упражнений; Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной активности	Развивать самоконтроль, самостоятельность; Формировать осознанную потребность в двигательной активности, поддерживать интерес к физической культуре; Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям	У ребенка сформированы основные нравственно-волевые качества; ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены

Воспитатель ДОО

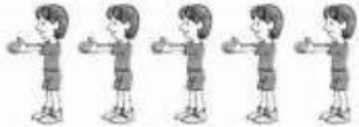


Воспитатель ДОО



Блок «Предметные компетенции»

Задание 9. Физическое развитие

Какое построение из ниже указанных является шеренгой?

<input type="radio"/>	
<input type="radio"/>	
<input type="radio"/>	

Следующее задание →

Воспитатель ДОО

Воспитатель ДОО



Блок «Предметные компетенции»

Задание 10. Физическое развитие

Какие упражнения обычно выполняют в паре?

- Передача и ловля мяча
- Метание мяча на точность
- Прыжки в длину

Завершить блок



Задание 1. Физическое развитие.

Основная цель физического развития в дошкольном возрасте:

- 1) подготовка к спортивным соревнованиям
- 2) гармоничное развитие организма и формирование интереса к движению
- 3) формирование спортивных результатов



Задание 2. Физическое развитие.

Какой вид движений относится к основным движениям дошкольников:

- 1) бег, прыжки, метания
- 2) кувырки назад, стойка на руках
- 3) подтягивания на перекладине

Задание 3. Физическое развитие.

Какие элементы являются обязательным структурным элементом любого физкультурного занятия:

- 1) только игровая часть
- 2) вводная, основная и заключительная части
- 3) только основная часть с упражнениями

Задание 4. Физическое развитие.

Какое педагогическое условие наиболее важно для профилактики переутомления детей на занятии:

- 1) максимальное количество повторений упражнений
- 2) строгая дисциплина
- 3) чередование нагрузочных и менее интенсивных упражнений

Задание 5. Физическое развитие.

Какое утверждение о дозировке физической нагрузки в ДОО верно:

- 1) нагрузка одинаковая для всех детей группы
- 2) нагрузка подбирается с учётом возраста, здоровья и индивидуальных возможностей
- 3) нагрузка зависит только от времени года

Задание 6. Физическое развитие.

Какую основную задачу решают подвижные игры с правилами:

- 1) развлечение детей
- 2) развитие внимания, самоконтроля и произвольности поведения
- 3) формирование спортивных навыков

Задание 7. Физическое развитие.

Как часто в режиме дня ДОО должны проводиться организованные формы двигательной активности (в минимальном варианте):

- 1) 1 раз в неделю
- 2) ежедневно: утренняя гимнастика + 1–2 подвижные игры/физкультминутки
- 3) только во время прогулки и на физкультурном занятии



Задание 8. Физическое развитие.

Какова роль дыхательных упражнений в системе физического развития дошкольников:

- 1) используются в период частых простудных заболеваний
- 2) не обязательны, заменяются обычными ОРУ
- 3) способствуют укреплению дыхательной системы и формированию правильного дыхания при нагрузке



Задание 9. Физическое развитие.

Какое утверждение о закаливающих процедурах в ДОО правильное:

- 1) проводятся эпизодически в тёплое время года
- 2) должны быть систематическими, постепенными и учитывать индивидуальные особенности детей
- 3) подходят детям только с абсолютно крепким здоровьем



Задание 10. Физическое развитие.

Какое из упражнений лучше развивает координацию и чувство равновесия:

- 1) ходьба по гимнастической скамейке
- 2) приседания на месте
- 3) бег по кругу

Задание 11. Физическое развитие.

Для развития меткости целесообразнее использовать:

- 1) броски мешочков с песком в обруч
- 2) Игры средней подвижности
- 3) Общеразвивающие упражнения

Задание 12. Физическое развитие.

Какое из упражнений выполняют в паре:

- 1) передача и ловля мяча
- 2) метание мяча в горизонтальную цель
- 3) прыжки через линии

Задание 13. Физическое развитие.

Какое упражнение лучше развивает ориентацию в пространстве:

- 1) бег с изменением направления по сигналу
- 2) приседания на месте
- 3) наклоны вперёд из положения стоя

Задание 14. Физическое развитие.

Какое упражнение лучше развивает ориентацию в пространстве:

- 1) бег с изменением направления по сигналу
- 2) приседания на месте
- 3) наклоны вперёд из положения стоя

Задание 15. Физическое развитие.

Для укрепления мышц стопы и профилактики плоскостопия подойдёт:

- 1) ходьба по массажным дорожкам разной фактуры
- 2) передача мяча
- 3) прыжки в длину с места

Задание 16. Физическое развитие.

Какое из упражнений лучше развивает координацию и чувство равновесия:

- 1) приседания на месте
- 2) ходьба по гимнастической скамейке
- 3) бег по кругу



Задание 17. Физическое развитие.

Какая игра наиболее подходит для освоения детьми навыков метания на дальность?

- 1) «Не урони мяч» (передача в кругу)
- 2) «Кто дальше бросит мешочек»
- 3) «Покорми мишку» (попадание в мячом корзину/макет с отверстием)



Задание 18. Физическое развитие.

Какой признак отличает спортивные игры от обычных подвижных игр в ДОО?

- 1) наличие строгих правил, счёта, элементов соревновательности
- 2) выполнение движений только по сигналу воспитателя
- 3) отсутствие предметов

Задание 18. Физическое развитие.

Какой признак отличает спортивные игры от обычных подвижных игр в ДОО?

- 1) наличие строгих правил, счёта, элементов соревновательности
- 2) выполнение движений только по сигналу воспитателя
- 3) отсутствие предметов



Задание 19. Физическое развитие.

Какая подвижная игра направлена преимущественно на развитие быстроты реакции и внимания?

- 1) «Эстафета»
- 2) «Попади в цель»
- 3) «Замри»



Задание 20. Физическое развитие.

Какое перестроение наиболее доступно для детей среднего дошкольного возраста (4–5 лет)?

- 1) из колонны по одному в колонну по двое
- 2) из шеренги в «каре»
- 3) из круга в квадрат



Наречие

Наречие — неизменяемая самостоятельная часть речи, которая обозначает признак действия, признака или предмета. Некоторые признаки наречия:

отвечает на вопросы «как?», «где?», «куда?», «когда?», «откуда?» и «почему?»;

не склоняется, не спрягается, не согласуется с другими словами, не может иметь окончания;

в предложении, как правило, выполняет роль обстоятельства, но также может являться определением или входить в состав сказуемого.

Пример:

слово «зимой» в предложении

«Зимой я люблю кататься на коньках» — наречие, так как отвечает на вопрос «когда?», указывая время действия.

Существительное

Существительное в творительном падеже отвечает на вопросы «кем?» или «чем?».

Некоторые особенности существительного в творительном падеже:

может иметь при себе согласованное определение;

с существительными в форме творительного падежа могут употребляться предлоги между, над, перед, меж, под, за, наряду с, с;

в предложении существительные творительного падежа выступают в роли второстепенного члена предложения.

Пример:

слово «зимой» в предложении «Снежной зимой дети лепят снеговика» — существительное в форме творительного падежа единственного числа: «любуюсь (чем?) зимой».



Вебинары в записи





Спасибо за внимание!

ЦНПМ