

**МБДОУ «Детский сад № 7 «Золушка»
город Рассказово, Тамбовская область**

**Методические рекомендации по реализации
образовательной области «Физическое развитие»
на тему:**

**«Методика реализации ОО
«Физическое развитие» в соответствии с
ФГОС ДО»**

2017 г.

Учитывая основные принципы дошкольного образования, ОО «Физическое развитие» реализуется в нашем ДОО с учетом возрастных возможностей воспитанников и осуществления личностного подхода к каждому ребенку.

В соответствии с ФГОС ДО содержание основной образовательной программы нашего ДОО охватывает одно из направлений развития и образования детей - Физическое развитие, которое 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.).

Реализация образовательной области «Физическое развитие» представлена в обязательной части образовательной программы и в части формируемой участниками образовательных отношений, это наша авторская целевая программа «Растем здоровыми».

Работа по реализации ОО «Физическое развитие» реализуется в течение всего времени пребывания детей в учреждении через совместную деятельность взрослых и детей, самостоятельную деятельность, а также в процессе взаимодействия с семьями детей.

Решение задач охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, их полноценного развития невозможно без создания предметно-пространственной развивающей среды.

Согласно требованиям ФГОС, при создании предметно-пространственной развивающей среды по «Физическому развитию» мы руководствовались принципами полифункциональности, трансформируемости, вариативности, доступности, безопасности, насыщенности среды.

Цель развивающей предметно-пространственной среды:

- Формирование у дошкольников основы здорового образа жизни.
- Активизация двигательной деятельности.

Для достижения цели в нашем детском саду создана здоровьесберегающая инфраструктура: физкультурный зал оснащен спортивным оборудованием, включая нестандартное, необходимым для реализации программы, на участке детского сада оборудована спортивная площадка с различным оборудованием, инвентарем и дорожкой здоровья, в каждой группе оборудован «Спортивный центр», позволяющий детям реализовывать потребность в движении. Всё оборудование доступно детям и безопасно, соответствует нормам СанПиН.

В группах «Спортивный центр» наполнен физкультурными пособиями, и также нестандартным оборудованием.

Инструктор по физической культуре Чернова Г.Н. стала участником Всероссийского конкурса презентаций «Физкультурное оборудование своими руками», организованное редакцией журнала «Здоровье дошкольника».

Работа по оздоровлению и физическому воспитанию строится у нас на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой.

В своей работе педагоги применяют современные подходы: комплексный, системный, интегрированный, индивидуальный, мониторинговый. Помня об основных принципах Стандарта дошкольного образования, о необходимости реализации права каждого ребенка на полноценное физическое развитие учитывается разный уровень развития и исходных данных физического состояния каждого ребенка, а также конкретных природных и климатических условий нашего региона.

Мы разработали модель физического развития детей дошкольного возраста в течение дня.

В зависимости от погодных условий стараемся вести прием детей на воздухе.

Утренняя гимнастика проводится как в физкультурном зале, так и на улице.

В утреннее время в группе используются такие формы двигательной активности, как организованная – это игры-хороводы, подвижные игры (в зависимости от предстоящих занятий), пальчиковая гимнастика и самостоятельная двигательная активность.

Физкультурные занятия с детьми среднего и старшего дошкольного возраста проводит Чернова Г.Н. - инструктор по физической культуре 1 кв. категории, с детьми раннего и младшего дошкольного возраста – Патрина З.А., инструктор по физической культуре, имеющая специальное высшее образование. В 1 младшей группе физкультурные занятия проводятся 2 раза в неделю, начиная со второй младшей группы 3 раза в неделю: 2 - в спортивном зале, одно - на открытом воздухе. На занятиях физической культурой инструкторы одновременно с обучением, совершенствованием двигательных умений и навыков решают задачи по воспитанию у детей осознанного отношения к своему здоровью. Учитывают состояние здоровья, внутренние потребности, особенности, интересы детей. Для оптимизации двигательной активности детей системно используют элементы ИКТ и образовательные технологии: здоровьесберегающие, личностно-ориентированные, игровые. Галина Николаевна разработала диагностический инструментарий, который способствует подготовке к сдаче норм ГТО и превышает требования программы «Детство».

Занятия по приобщению детей к здоровому образу жизни включены в перспективно-тематический план и проводятся 1 раз в месяц.

Согласно требованиям ФГОС ДО, подавляющее большинство образовательных и оздоровительных мероприятий с воспитанниками нашего ДОУ проводится в интегративной форме. Это правильно и очень актуально. Ведь мир, в котором мы живем, несмотря на свое многообразие, познается детьми целостно.

Интеграция содержания различных образовательных областей и видов детской деятельности в процессе физического воспитания дает возможность для самореализации и самовыражения детей.

Известно, что физические упражнения положительно влияют на увеличение объема памяти, устойчивость внимания, двигательные реакции, интеллектуальную деятельность в целом. Так, интеграция физической культуры и познавательной

деятельности обеспечивает улучшение мозгового кровообращения, активизацию психических процессов. В двигательной деятельности активизируется фантазия, развиваются творческие способности дошкольников.

Во время проведения образовательных ситуаций воспитатели используют физкультминутки, режим динамических поз, контроль за осанкой, упражнения на координацию движений, самомассаж и дыхательные упражнения, гимнастику для глаз, старшие дошкольники проводят физкультминутки самостоятельно.

Между образовательными ситуациями как динамическую паузу проводят логоритмическую гимнастику. Проходя по коридору детского сада, воспитатели развивают у детей координацию движений, используя зрительно-ориентированные дорожки. Между занятиями в физкультурном зале проводится ионизация воздуха. Для расслабления и отдыха детей используются релаксационные упражнения.

Двигательная активность имеет важное значение в дошкольном возрасте, являясь необходимым условием формирования основных структур и функций организма, одним из способов познания мира и ориентировки в нем, а также условием всестороннего развития и воспитания детей. Петр Францевич Лёсгафт, основоположник русской системы физического воспитания, придавал огромное значение движениям не только в физическом, но также в умственном и нравственном воспитании детей.

Двигательная активность является производной не только от индивидуальных особенностей детей, но и от двигательного режима, который установлен в нашем учреждении.

Нами используются разнообразные виды и формы организации режима двигательной активности детей. Во время прогулки проводятся подвижные игры, спортивные упражнения, оздоровительный бег. После оздоровительного бега проводятся упражнения на восстановление дыхания. Для самостоятельной двигательной активности детей в каждой группе имеется спортивный инвентарь: обручи, скакалки, игры: «Городки», «Кольцеброс», мячи и пр. Воспитатели, следуя рекомендациям инструктора по физической культуре, проводят с детьми индивидуальную работу по развитию движений.

На спортивной площадке создана дорожка здоровья, чтобы дети могли выполнять различные двигательные задания.

Хождение босиком - это хорошее средство укрепления свода стопы и её связок.

В тёплое время года значительно улучшаются условия для развития движений детей.

При неблагоприятных погодных условиях, чтобы не нарушать режим проветривания, полифункционально используются все помещения детского сада. В музыкальном зале проводятся подвижные игры с музыкальным сопровождением. В физкультурном зале используются спортивные тренажеры, как на занятиях, так и в самостоятельной двигательной деятельности детей.

Роль культурно-гигиенических навыков в приобщении детей к здоровому образу жизни очень важна.

Во время проведения завтрака, обеда и полдника используются такие виды оздоровительной работы, как водные процедуры, полоскание зева после приема пищи кипяченой холодной водой.

Проведенный в этом учебном году смотр-конкурс «Организация культуры питания воспитанников ДОУ» показал, что детьми освоены культурно-гигиенические навыки в соответствии с возрастными особенностями, они понимают необходимость и пользу быть аккуратными, самостоятельными и применяют культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания в повседневной жизни.

Во время укладывания детей воспитатели используют успокаивающую музыку.

После дневного сна проводится гимнастика пробуждения, а также закаливающие процедуры: интенсивное воздушное закаливание, хождение по дорожке здоровья, самомассаж стоп, обширное умывание, полоскание горла холодной кипяченой водой, а в сезон простудных заболеваний (осень, весна) отварами трав.

В вечерние часы в группе воспитатели проводят малоподвижные игры, игры со спортивным инвентарем, в самостоятельной деятельности дети также используют спортивный инвентарь и коврики для закаливания.

На прогулке проводятся игры средней и малой подвижности.

С целью создания положительных эмоций и интенсивной двигательной деятельности проводятся физкультурные досуги и спортивные праздники. Физкультурный досуг во второй младшей группе проводится 1 раз в квартал, а начиная со средней группы 1 раз в месяц. Спортивный праздник в средней группе - 1 раз в год, в старшей и подготовительной группах 2 раза в год.

На протяжении нескольких лет в детском саду ведется спортивный кружок. Руководитель кружка – Патрина З.А.

Для расширения знаний педагогов по физическому развитию ежегодно проводятся традиционные тематические педсоветы, тематические контроли, мастер-классы, конкурсы.

Реализацию образовательной области «Физическое развитие» невозможно представить без взаимодействия всего педагогического коллектива, а также родителей воспитанников.

Мы стараемся использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса. Это позволяет повысить уровень физической культуры детей, использовать потенциал каждого ребенка.

Создан банк консультативного материала для родителей по различным направлениям совместной и свободной деятельности с детьми дошкольного возраста, по темам («Совместные занятия спортом детей и родителей», «Физическое развитие в дошкольном возрасте», «Значение и организация утренней гимнастики в семье», «Зимние виды спорта для детей» и т. д.). Реализуется совместная работа детского сада и родителей: праздники и развлечения («День здоровья», «Мама, папа, я спортивная семья», «Защитники Отечества», «Малые олимпийские игры», «А ну-ка, мамы!», совместная работа с родителями по изготовлению нетрадиционного оборудования для проведения как занятий, так и самостоятельной двигательной деятельности детей (массажные дорожки, мешочки с разным наполнителем, гантели из бутылочек и т. д.) (фото «А ну-ка, мамы!», видео «День защитника Отечества»).

Мы наблюдаем у наших детей интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Большую роль в этом играет взаимодействие нашего детского сада со спортивной школой. Периодически на базе нашего ДОО проводятся совместные мероприятия.

Мы принимаем участие в спортивных мероприятиях различного уровня:

- велопробег на празднике «День Победы»;
- соревнования между воспитанниками ДОО в рамках проведения областного Дня здоровья и спорта – 3 место;
- заняли 2 место в Спартакиаде «Маленькие люди на большой планете» среди ДОО Тамбовской области»;
- заняли 1 место и 3 место в 2016 году в первенстве ДЮСШ г. Рассказово по лыжным гонкам, посвященном памяти Е.И. Рязанова и В.С. Житенева.
- в 2015 и 2016 годах дети успешно выполнили нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, на серебряный уровень.

Как результат всей деятельности, которую мы проводим, представляю вам картину заболеваемости и посещаемости, индекс здоровья, что позволяет сделать вывод: показатели достаточно стабильные.

Мы стремимся, чтобы работа по физическому воспитанию не сводилась к набору неких показателей физического развития детей, а привила дошкольникам любовь к спорту и движению на всю жизнь, чтобы занятия физкультурой остались полезной и приятной привычкой, а здоровый образ жизни был насущной потребностью.