

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение – детский сад №37

Консультация для педагогов
**«Какие спортивные игры предусмотрены в соответствии с ФОП
ДО»**

Подготовила: инструктор
по физической культуре
Григорян Маквала Олеговна

г. Екатеринбург 2024 год

«Эффективные формы физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста в соответствии с ФОП дошкольного образования»

Здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Одна из основных задач в дошкольном учреждении в рамках образовательной области **«Физическое развитие»** направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

формирование у ребёнка возраст соответствующих представлений о жизни, здоровье и физической культуре;

-становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами;

воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

Для решения этих задач необходимо применять различные формы физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Формы, способы, методы и средства реализации Федеральной программы педагог определяет самостоятельно в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

***Физическое развитие** – это один из важнейших аспектов развития детей в дошкольном возрасте. Оно включает в себя развитие моторики, координации движений, силы и выносливости. Физическое развитие у детей в ДОУ стало акцентировать особое внимание с введением ФОП.*

Новые требования ФОП к физическому развитию ДОУ предусматривают регулярные физкультурные занятия, обеспечение безопасности и комфортности физической среды, а также развитие сотрудничества с семьями и другими участниками образовательного процесса.

С введением Федерального оценочного протокола (ФОП) в деятельность дошкольных образовательных учреждений (ДОУ) появились новые требования к физическому развитию детей. Эти требования направлены на создание условий для полноценного физического развития каждого ребенка и предусматривают проведение регулярных физических занятий и контроль за физическим состоянием детей.

Одним из основных требований является организация физического воспитания детей с использованием различных видов физической активности. Это может быть как игровая деятельность на свежем воздухе, так и

специальные занятия по физкультуре. Также важно предлагать детям разнообразные виды двигательной активности, чтобы они могли развивать различные физические навыки и умения.

Влияние физического развития на обучение дошкольников.

В период дошкольного возраста дети активно растут и развиваются. Их физическое развитие происходит во всех аспектах: рост, вес, мышечная сила и выносливость, координация движений и гибкость. Они становятся более сильными и ловкими, и это отражается на их способности к обучению.

- Улучшение концентрации и внимания.
- Развитие моторики и координации движений.
- Улучшение памяти и способности к обучению.
- Развитие социальных навыков.

Улучшение концентрации и внимания. Физическое развитие дошкольников, особенно занятия спортом и физическими упражнениями, позволяет улучшить их концентрацию и внимание. Физическая активность способствует выработке нейротрансмиттеров, которые отвечают за улучшение мыслительных процессов, а также укрепляют нервную систему. Дети, которые занимаются физическими упражнениями, лучше сосредоточены на задачах и более успешно усваивают новые знания.

Развитие моторики и координации движений. Физические нагрузки и тренировки способствуют развитию мышц и улучшению координации движений. Дошкольники, которые активно занимаются спортом или включают физические упражнения в свою повседневную жизнь, лучше контролируют свое тело и быстрее обучаются новым двигательным навыкам. Это важно для успешного освоения таких навыков, как письмо, чтение и другие учебные задачи.

Улучшение памяти и способности к обучению. Физическая активность способствует улучшению кровообращения и мозговой деятельности. Это, в свою очередь, улучшает память и способность к обучению. Дети, которые занимаются спортом или участвуют в физических играх, лучше запоминают

информацию, активнее участвуют в уроках и более успешно справляются с учебными нагрузками.

Развитие социальных навыков. Занятия спортом и физическими упражнениями помогают детям развивать социальные навыки. Командные игры и тренировки способствуют формированию коммуникативных навыков, сотрудничеству, умению работать в группе и решать проблемы в коллективе. Это очень важно для успешной адаптации дошкольников в школьной среде и участия в образовательном процессе.

Таким образом, физическое развитие дошкольников оказывает значительное влияние на их обучение. Оно способствует улучшению концентрации и внимания, развитию моторики и координации движений, улучшению памяти и способности к обучению, а также развитию социальных навыков. Поэтому важно обеспечивать детям достаточную физическую активность и возможность заниматься спортом и физическими упражнениями.

Физическое развитие мальчиков и девочек дошкольного возраста.

У мальчиков физическое развитие обычно происходит более интенсивно, чем у девочек. Они обычно имеют большую массу тела и силу, а также более развитые мышцы. Мальчики обычно более активны и энергичны, что может быть связано с их физическим развитием.

Физические навыки и движения

В дошкольном возрасте дети развивают множество физических навыков и движений. Они учатся ходить, бегать, прыгать, карабкаться, бросать и ловить предметы. Мальчики и девочки могут развиваться по-разному в этих навыках, но в целом, дошкольный возраст является периодом активного физического развития.

Ходьба и бег

В возрасте 2-3 лет дети обычно уже ходят самостоятельно и могут бегать. В этом возрасте они учатся контролировать свое тело и двигаться более уверенно. Мальчики обычно бегают быстрее и более энергично, чем девочки.

Прыжки

Прыжки являются еще одним важным аспектом физического развития дошкольников. В этом возрасте дети учатся прыгать с двух ног, а затем с одной. Мальчики часто имеют лучшую координацию и силу для прыжков, но девочки также успешно развивают эти навыки.

Спортивные игры и активности

В дошкольном возрасте спортивные игры и активности могут помочь развить физические способности и навыки детей. Мальчики и девочки могут участвовать в таких играх, как футбол, баскетбол или простые игры с мячом.

В целом, физическое развитие мальчиков и девочек дошкольного возраста может быть разным, но обе группы имеют потенциал для развития физических навыков и способностей через игры и спортивные активности. Разнообразие игр и занятий может помочь каждому ребенку развиваться в соответствии со своими возможностями и интересами.

Формы физкультурно-оздоровительной работы с детьми

Физическое развитие	
С года до трех лет	С 3 лет до 7 лет
<ul style="list-style-type: none"> – Игровая беседа с элементами движений – Игра – Утренняя гимнастика – Интегративная деятельность – Упражнения – Ситуативный разговор – Беседа – Рассказ – Чтение – Проблемная ситуация 	<ul style="list-style-type: none"> – Физкультурное занятие – Утренняя гимнастика – Игра – Беседа – Рассказ – Чтение – Рассматривание – Интегративная деятельность – Контрольно-диагностическая деятельность – Спортивные и физкультурные досуги – Спортивные состязания – Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера

С года до трех лет

Формы	Варианты
<p>Индивидуальная, групповая, фронтальная работа по развитию движений</p> <p>Основная гимнастика</p>	<p>-Основные движения: ходьба: ползание, лазанье, с 2-3 лет прыжки, упражнение на равновесие.</p> <p>-Общеразвивающие упражнения: упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них;</p> <p>- с 2 лет музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.</p>

Подвижные игры и игровые упражнения	Педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая положительные эмоции.
Ситуативный разговор	Педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).
Проблемная ситуация	Н-р «Мишка потерялся» «Поможем зайке быть здоровым». Для поддержания у детей интереса к двигательной деятельности используются проблемные ситуации по сказкам «Колобок», «Теремок» в которых хорошо известный и любимый детьми герой (например «Колобок») попадает в трудное или опасное положение, а дети могут выступить в роли помощника или защитника.
Утренняя гимнастика	-игрового характера -музыкально-ритмических упражнений -традиционная

С 3 лет до 7 лет

Формы	Варианты
Физкультурные занятия	<ul style="list-style-type: none"> • Классические (по схеме: вводно-подготовительная часть, основная, заключительная части); • Игровые (с использованием игр: народные подвижные игры, игры – эстафеты, игры – аттракционы и т.д.); • Сюжетные (объединенные определенным сюжетом); • Занятия с элементами аэробики; • Интегрированные занятия; • Занятия тренировочного типа (ходьба, бег, строевые упражнения, упражнения с мячом и т.д.); • Контрольно – проверочные (диагностика).
Утренняя гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Игрового характера</u> включает 2-3 подвижные игры или 5-7 игровых

	<p>упражнений имитационного характера, а также разной степени интенсивности, которые выполняются как комплекс упражнений общеразвивающего воздействия.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Полоса препятствий</u> - детям можно предложить упражнения с постепенным увеличением нагрузки: усложнение двигательных заданий с включением разных основных видов движений увеличение числа повторов, усиление темпа движений, смена чередования физкультурных пособий. • <u>Оздоровительной пробежки</u> этот тип утренней гимнастики обязательно проводится на воздухе - в течение 5-7 мин. непрерывный бег в среднем темпе с постепенным увеличением расстояния и времени. В конце гимнастики предлагаются дыхательные упражнения. • <u>Музыкально-ритмические упражнения</u> (состоящий из разминки, 5-6 основных развивающих упражнений в танцевальных движениях.)
Основная гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> - Основные движения бросание, катание, ловля, метание: ползание, лазанье, ходьба: бег, прыжки, упражнения в равновесии. -Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса и т.д. -Музыкально-ритмические упражнения - Строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием. -С 4 лет ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог

	включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.
Подвижные игры	Педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).
Спортивные упражнения:	Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.
Спортивные игры с 5 лет	Городки: Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном Бадминтон: Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение
Ситуативный разговор	Формирование основ здорового образа жизни: педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности
Активный отдых (прогулки-экскурсии)	- Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные

	<p>игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.</p> <p>-Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.</p> <p>-Туристские прогулки и экскурсии Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут.</p>
--	---

Физкультминутки

Проводятся воспитателями по мере необходимости (в течение 3-5 мин) в зависимости от вида и содержания занятий, главным образом в момент появления признаков утомляемости детей. Физкультминутка может сопровождаться текстом, связанным или не связанным с движением занятия. При произнесении текста детьми необходимо следить, чтобы выдох выполнялся при произнесении слов одной строки, а до начала следующей строки делался глубокий и спокойный вдох. По окончании физкультминутки дыхание у ребенка остается спокойным. После умственной нагрузки и вынужденной позы позволяет хорошо отдохнуть двигательная разминка. Она состоит из 3-4 упражнений, а также упражнений с использованием физкультурных пособий. В конце проводится упражнение на расслабление. Можно так же проводить физкультминутку с музыкальным сопровождением.

Гимнастика после дневного сна

После дневного сна важно поднять настроение и мышечный тонус у каждого ребенка, а также позаботиться о профилактике нарушений осанки и плоскостопия. Этому может способствовать комплекс гимнастики после дневного сна, который носит вариативный характер, в зависимости от этого будет меняться и ее продолжительность. Форма проведения различна.

- Гимнастика игрового характера типа «Потягушки»;
- Разминка пробуждения и комплекс упражнений;
- Разминка пробуждения и самомассаж;
- Ходьба по солевым и массажным дорожкам.

Дети постепенно просыпаются под звуки музыки, лежа в постели, в течение

3-4 минут, выполняют 4-5 общеразвивающих упражнений из разных исходных положений. После этого дети выбегают из спальни в хорошо проветренную группу с температурой 17-19 градусов. В группе дети выполняют произвольные танцевальные движения, дыхательную гимнастику и одеваются. Ходьба по массажным и солевым дорожкам осуществляется ежедневно. Дети занимаются в трусиках и босиком.

Беседа, рассказ, чтение

Вариативность форм, методов и средств реализации Федеральной программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.