

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №104 общеобразовательного вида» г.Сыктывкара

Аннотация к

**Рабочей учебной программе по образовательной области
«Физическое развитие» для детей дошкольного возраста
(четыре года обучения)**

Программа «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой,
М.А Васильевой;

Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей. Пособие для воспитателей
детского сада. - «Просвещение», 1978.

Сыктывкар, 2015

Пояснительная записка

В общей системе всестороннего гармоничного развития человека, физическое воспитание ребенка дошкольного возраста занимает особое место. Именно в эти годы закладываются основы крепкого здоровья, работоспособности, формирование личности ребенка. Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Проблемы сохранения здоровья, физического развития детей становятся более актуальным во всех сферах человеческой деятельности и особенно остро - в образовательной области. Поэтому в современных условиях, одним из главных задач являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, обучение их доступным двигательным умениям и навыкам, воспитание привычки к здоровому образу жизни.

В первые года жизни у ребенка формируются важнейшие двигательные навыки, закладываются основы здоровья, долголетия, физического совершенствования. Особую роль играет в это время занятия по физической культуре, в процессе которых происходит знакомство с наиболее рациональными способами выполнения движений, положительно влияющих на работу органов и систем. В раннем дошкольном возрасте совершенствуются функциональные возможности центральной нервной системы. Дети способны легко и быстро запоминать показанные им движения, однако для закрепления усвоенного необходимы неоднократные повторения. Высокая пластичность нервной системы у детей способствует лучшему, быстрому освоению сложных двигательных навыков: скольжения, ходьбы на лыжах, езды на велосипеде. Важно с раннего детства правильно формировать двигательные навыки!

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических 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 самосовершенствовании.

Цель данной Программы: Развитие физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, формирование разнообразных способностей и подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

Важными **задачами** Программы являются:

- Формирование двигательных умений и навыков;
- Развитие психофизических качеств (ловкости, быстроты, выносливости, силы и др.);
- Развитие координации движений, равновесия, умения ориентироваться в пространстве;
- Формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений;
- Формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия;
- Повышение функциональных возможностей детей, укрепление их здоровья;

- Воспитание потребности в ежедневных физических упражнениях, интереса к физической культуре;

Эти задачи реализуются через направления воспитательно – образовательной работы, которые отражены в образовательной области «Физическое развитие».

1 направление: Диагностическое обследование детей, которое позволяет выявить реальный уровень физического развития ребенка, степень его соответствия возрасту. Диагностика проводится в сентябре и мае. Также контрольный срез проводится и в декабре 3-4 неделя, (дети на выбор), чтобы проследить, есть ли улучшение в физическом развитии воспитанников. Особенно у детей с низким уровнем двигательной активности.

2 направление: Составление перспективного планирования программного материала. Планирование строится по принципу: обеспечить освоение программного материала и достаточно высокую нагрузку, с учетом индивидуальных особенностей ребенка (учитывать группу здоровья и общее самочувствие перед занятием). Занятия проводятся в игровой и традиционной форме.

3 направление: Составление перспективного планирования подвижных игр. Подбор и планирование игр определяется уровнем физического и умственного развития, двигательных умений, индивидуальных особенностей, времени года, интересов детей.

4 направление: Индивидуальная работа, которая направлена на формирование двигательных умений и навыков, активизацию малоподвижных детей, снижение нагрузки у гиперактивных и улучшение психофизического развития ослабленных детей. Эта работа проводится в свободное от занятий время.

В Программу включены задачи по физической культуре индивидуально на каждый возраст и то, чему дети должны научиться к концу года.

Разработан перспективный план основных видов движений для детей 1, 2 младшей и средней группы, который включает в себя: строевые упражнения, ходьбу, бег, прыжки, упражнения на равновесие, ползание и лазанье, катание, бросание, ловлю и метание предметов.

Разработан план спортивных упражнений для детей 2 младшей и средней группы, включающий катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьбу на лыжах, катание на велосипеде.

Разработан план подвижных игр, с бегом, прыжками, подлезанием и лазанием, с бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве, на внимание.

Также разработана серия народных игр и игр по лексическим темам (например « Два Мороза» играем зимой, а игра « Осенние листочки»- осенью).

Составлены комплексы утренней оздоровительной гимнастики, включающие корригирующие упражнения, бег, упражнения с предметами и без предметов, подвижные игры, дыхательные упражнения, с использованием музыкального сопровождения, и речевки.

Также утренняя гимнастика проводится в виде комплексов «Аэробика для малышей», автор Е.Железнова, эти комплексы радуют малышей и оказывают положительное влияние на их сенсорно-моторное и эмоциональное развитие.

Отдельное место в «Программе» занимают праздники, развлечения, досуги, которые проводятся со 2 младшей группы один раз в месяц. В них включают знакомые подвижные игры, эстафеты, игры-забавы, игровые упражнения, стихи и песни, аттракционы, ритмическую гимнастику, аэробику. Неотъемлемой частью успешного обучения является работа с родителями, это выступления на родительских собраниях, анкетирование, предоставление информации в родительские уголки, участие в Днях открытых дверей, индивидуальные консультации, проведение совместных мероприятий.

Содержание работы с семьей по образовательной области

«Физическое развитие»

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка. Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.).

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).