

Професійна спільнота
«Фізичне виховання дітей у закладі дошкільної освіти»

засідання № 1

Програма «Стежинки у Всесвіт»
про фізичний розвиток дошкільників

Підготувала:

Вихователь

КЗ «ЗДО ясла – садок «Ластівка» ГМР

Гордієнко Мирослава Іванівна

Фізичний розвиток дошкільників в Програмі «Стежинки у Всесвіт» входить до освітнього напрямку «ОСОБИСТІСТЬ ДИТИНИ» інваріативна частина «Здоров'я та фізичний розвиток»:

- Здоров'я
- Рухова активність і саморегуляція
- Елементи туристичної діяльності

Зміст та завдання освітньої діяльності (старший дошкільний вік):

Розширювати, уточнювати уявлення про тіло.

Уточнювати знання та поняття про настрій.

Продовжувати вчити спостерігати за своїм настроєм.

Формувати нові знання про кістяк дитини.

Учити диференціювати відчуття тіла.

Продовжувати розвивати дихання.

Збагачувати руховий досвід за допомогою освоєння базових рухових дій та оволодіння новими рухами і вправами з елементами ігрової та оздоровлювальної спрямованості.

Розкрити можливості здорової людини.

Рухова активність і саморегуляція:

Вправляти в розвитку та зміцнення фізіологічні системи.

Розвивати у дітей здатність усвідомленого виконання рухів, уміння раціонально користуватися рухами для вирішення рухових завдань.

Розширювати руховий досвід засобами ускладнення раніше вивчених рухів та вправ.

Розвивати доброзичливі взаємини з однолітками у процесі спільної рухової діяльності.

Формувати навички стрибків у висоту та довжину з розбігу.

Вчити нових прийомів гри з м'ячем.

Ознайомлення з лазінням по канату у спортивній залі на майданчику.

Учити чергувати повзання з іншими видами рухів: ходьбою, бігом, переступанням.

Розвивати рухові якості: швидкість, гнучкість, спритність, загальну витривалість, силу.

Навчити аналізувати особисті рухи і рухи однолітка, порівнювати їх із зразком дорослого.

Самостійно розташовувати фізкультурний інвентар на занятті.

Формувати сміливість, дисциплінованість, організованість, самостійність, виявлення почуття дружби, взаємодопомоги.

Оволодіння знаннями з різних видів спорту.

Начити різних способів ходьби, бігу.

Удосконалювати стрибки у довжину з місця та висоту, начити стрибати на одній нозі.

Формувати вміння і начити стрибати через довгу скакалку.

Учити перекидати м'яч з одної руки і в іншу.

Закріплювати вміння відбивати м'яч.

Формувати вміння й навички кидати великі м'ячі від грудей.

Вправлятися: в повзанні на передпліччях та колінах.

Удосконалювати вміння: лазити по гімнастичній стінці.

Навчити ходити та бігати по гімнастичній лаві, похилій дошці, по мотузці.

Привчати: свідомо ставитися до досягнення чіткості у виконанні фізичних вправ, аналізувати свої рухи, порівнювати їх зі зразком вихователя.

Загальнорозвивальні вправи виконувати з різних вихідних положень з використанням різних предметів.

Формувати у дітей правильну поставу, розвивати всі групи м'язів.

Учити танцювальних вправ: крок галопу, чергування простого та дрібного кроку.

Удосконалювати шиккування та перешиккування: у колону, шеренгу по одному, парами, в коло.

Учити ігор із ходьбою, бігом, рівновагою; вправлятися в лазінні та повзанні; виконувати рухи кидання та ловіння предметів, навчити орієнтуватися у просторі в рухливих іграх.

Учити виконувати послідовно вправи на доріжці перешкод.

Вчити грати в гри: «Бадмінтон», «Городки», «Баскетбол», «Футбол», «Хокей».

Закріплювати ходьбу на лижах, відпрацювати катання на санчатах.

Продовжувати формування навичок катання на велосипеді, на самокаті.

Плавати з надувними іграшками, довільним способом.

Залучати до участі у пішохідному переході.

Навчити сидіти спокійно впродовж 30-35хв

Елементи туристичної діяльності:

Дати уявлення дітям про стандартні і нестандартні види туризму.

Познайомити з розподілом туристських обов'язків, предметами.

Навчити укладати рюкзак, зав'язувати найпростіші вузли.

Формувати уявлення про великих та малий привал.

Знайомство з мапою, планом, компасом.

Продовжувати формувати уявлення про активний відпочинок.

Показники здоров'язбережувальної компетенції дитини:

- має прості уявлення та елементарні знання про тіло: частини, функції, системи;
- робить висновки про те, як стимулюється настрій;

- знає про свій кістяк: кісті, м'язи, суглоби;
- уміє пов'язувати знання з особистою руховою діяльністю;
- сприймає диференційовані відчуття тіла, різних його частин;
- знає про зовнішні та внутрішні органи людини;
- виконує технічні ходьбі та біг;
- учиться приземляться відповідно до виду стрибка;
- лазить по гімнастичній стінці різними способами;
- удосконалює навички полізання в обруч різними способами;
- уміє зберігати правильну постанову в різних видах діяльності;
- виконує доручення з догляду за фізкультурним інвентарем;
- виявляє інтерес до особистого виконання фізичних вправ та однолітками; інтерес до цікавих подій фізкультурного життя в Україні;
- ходить, бігає, пробігає, стрибає, перестрибує, кидає, ловить, повзає, підлізає, переступає ..;
- спритна, смілива під час катання з однолітками на велосипедах;
- може кататися за допомогою дорослих на самокаті;
- активно відпочиває між пішохідними переходами, бере участь у рухливих, спортивних іграх;
- відчуває гордість за власні успіхи та досягнення, відчуває задоволеність від процесу і результатів рухової діяльності.

