

Автор: Прудько Вфрвара Валерьевна инструктор по  
физической культуре

ГБДОУ детский сад комбинированного вида № 77  
Приморского района Санкт-Петербург

Консультация для педагогов

«Физическое развитие дошкольников в условиях  
реализации ФГОС: система работы инструктора по  
физической культуре»

Санкт-Петербург

2021г.

Физическое развитие – это одно из направлений, которое курирует наше государство. Мы стоим на пороге «Стандартизации» дошкольного образования. Проект Федерального Государственного Образовательного Стандарта дошкольного образования вышел на всеобщее обсуждение в июле 2013 года. Стандартизация дошкольного образования предполагает в своей основе модернизацию и совершенствование системы дошкольного образования, где в основе лежат условия, направленные на развитие личностного потенциала ребенка. Рассмотрим этот документ лишь в одном направлении образовательной работы с детьми – это «Физическое развитие». По ФГОС, образовательная работа по «Физическому развитию», строится с учетом потребностей детей. Стандарт утверждает основные принципы образования.

В стандарте четко определены основные цели и задачи. Рассмотрим задачи направленные на «Физическое развитие». Содержание Программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей и интегрировать образовательные области в различных видах их деятельности.

#### При разработке Стандарта учтены:

- Особые образовательные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;
- Возможности освоения ребенком основной образовательной программы на разных этапах ее реализации.

#### Стандарт преследует цели:

- обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребёнка в получении качественного дошкольного образования;
- обеспечение государственных гарантий уровня и качества образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации основных образовательных программ, их структуре и результатам их освоения;
- сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования.

#### Решает задачи:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей (в том числе их эмоционального благополучия);
- сохранения и поддержки индивидуальности ребёнка, развития индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;

- формирования общей культуры воспитанников, развития их нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обеспечения вариативности и разнообразия содержания образовательных программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования образовательных программ различных уровней сложности и направленности с учётом образовательных потребностей и способностей воспитанников;
- формирования социальнокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- обеспечения равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечения преемственности основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования.

Сохранение и укрепление здоровья ребенка – ведущая задача для дошкольников. И поэтому, главным аргументом в укреплении здоровья дошкольников остается ценность здоровья как основного показателя благополучия человека, что обуславливает обязательное включение образовательную область «Физическая культура» в состав общеобразовательных программ дошкольного образования.

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и целостного 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 у детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### **В соответствии с ФГОС дошкольного образования**

Образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах поведения 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 координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а

также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки). 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).

Таким образом, в Стандарте прослеживается **два направления образовательной работы по физическому развитию дошкольников:**

- 1) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- 2) физическая культура, развитие физических качеств.

**Специфические принципы**, отражающие закономерности физического воспитания: непрерывности, системного чередования нагрузок и отдыха, постепенного наращивания развивающих- тренирующих воздействий; адекватного сбалансирования динамики нагрузок; циклического построения системы занятий; возрастной адекватности направлений многолетнего процесса физического воспитания.

**Формы физического воспитания:**

- **физкультурные занятия** - проводятся 3 раза в неделю, одно из них - на воздухе
- **утренняя гигиеническая гимнастика** - ежедневно
- **физкультурные минутки** - ежедневно, по 2-3 минуты;
- **подвижные и спортивные игры** на прогулке - в течение дня, до обеда и после сна;
- **физкультурный досуг** - 1 раз в месяц
- **физкультурные праздники** - 2 раза в год
- **индивидуальные формы работы с детьми** - по мере необходимости.

ФГОС дошкольного образования выделяет ряд принципов, которым должна соответствовать программа дошкольного образовательного учреждения.

Одним из важнейших является принцип интеграции образовательных областей в соответствии с их спецификой и возможностями.

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основах взаимозависимости и взаимодополняемости.

Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы дошкольного отделения.

Реализацию процесса интеграции невозможно представить без взаимодействия всего педагогического коллектива, а также родителей воспитанников.

### **СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ:**

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются:

- **гигиенические факторы:** режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиену одежды, обуви, уборку групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий;
- **естественные силы природы**(солнце, воздух, вода),
- **физические упражнения и др.**

Полноценное физическое воспитание достигается при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по разному влияет на организм. Наряду с физическими упражнениями используются пляски, танцы, массаж.

В теории физического воспитания используются также **специфические методы:**

#### **- метод строго регламентированного упражнения**

- наличие твердо предписанной программы движений (техника движений, порядок их повторения, изменения и связи друг с другом);
- точное нормирование нагрузки по ходу выполнения упражнения, а также нормирование интервалов отдыха и чередование его с нагрузками;
- создание внешних условий, облегчающих управление действиями ребенка (распределение групп на местах занятий, использование пособий, снарядов, тренажеров, способствующих выполнению учебных заданий, дозирование нагрузки, контроль за ее воздействием и т.д.).

#### **- игровой метод**

Игровой метод отражает методические особенности игры и игровых упражнений, которые широко используются в физическом воспитании. Он близок к ведущей деятельности ребенка, дает возможность совершенствования двигательных навыков. В работе с детьми широко используются сюжетные и несюжетные, а также спортивные игры.

#### **- соревновательный метод**

Он эффективно способствует практическому освоению действий физических упражнений и используется во всех возрастных группах. Перед малышами ставится задача: кто быстрее принесет флажок, кто дальше бросит мяч. В

старших группах этот метод позволяет совершенствовать движения, эффективно развивать творчество.

**- метод круговой тренировки.**

Метод круговой тренировки заключается в том, что ребенок передвигается по заданному кругу, выполняя определенные упражнения или задания, позволяющие разносторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма.

Усвоению ребёнком двигательного опыта и его развитию способствуют **методы обучения:**

- информационно-рецептивный, который выражается во взаимосвязи совместной деятельности педагога и ребёнка. Он позволяет педагогу четко, конкретно донести знания до ребёнка, а ему – осознанно их запоминать и воспринимать.

- репродуктивный метод, реализуя который педагог продумывает систему физических упражнений, направленных на воспроизведение известных ребёнку действий, которые сформировались в результате применения информационно-рецептивного метода. Данный метод повышает усвоение знаний и навыков, позволяет использовать их по образцу и варьировать в разнообразных ситуациях.

- метод проблемного обучения, в основе которого лежат законы развития человеческого мышления, познавательной творческой деятельности (имитация, сюжетные ситуации, игровой образ, творческие задания).

Широко используются в системе физического воспитания **об- щедидактические методы:** наглядный (наглядно-слуховой), вербальный (беседы, команды, вопросы, указания, пояснения, сигналы, образный сюжетный рассказ), практический.