

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Физическое развитие»

(Выдержка из ООП ДО МКДОУ «Языковский детский сад «Теремок» стр.119)

1.5.Содержание работы по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие».

«Физическое развитие»	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, выносливости и координации)	Накопление и обобщение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании
2-3 года			
Задачи Программы ДОУ	Содействовать гармоничному физическому развитию детей		
	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно-силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости. 	<ul style="list-style-type: none"> - Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх. -Учить детей реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним. 	<ul style="list-style-type: none"> -Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям. - Побуждать детей к активному участию в подвижных играх. - Развивать представления о важности двигательной культуры.

Виды деятельности	Формы организации деятельности		
Непосредственно образовательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Игровые упражнения - Подвижные игры - Пальчиковые игры - Спортивные упражнения - Физкультминутки в процессе других видов НОД 		
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	<ul style="list-style-type: none"> - Утренняя гимнастика - Подвижные игры - Пальчиковые игры - Игровые упражнения - Спортивные упражнения - Динамические паузы - Физкультурные праздники и развлечения - Дни здоровья 		
Самостоятельная деятельность детей	<ul style="list-style-type: none"> - Подвижные, хороводные, пальчиковые игры - Игровые упражнения - Спортивные упражнения. 		
«Физическое развитие»	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, выносливости и координации)	Накопление и обобщение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании
3-4 года			
Задачи Программы ДОУ	Содействовать гармоничному физическому развитию детей		
	- Развивать у детей физические качества:	- Способствовать становлению и обогащению	-Развивать у детей потребность в двигательной

	<p>быстроту, координацию, скоростно-силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.</p>	<p>двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участие в подвижных играх.</p> <p>- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.</p> <p>- Учить детей реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.</p> <p>- Учить детей самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя выполнять физические упражнения с</p>	<p>активности, интерес к физическим упражнениям.</p> <p>- Побуждать детей к активному участию в подвижных играх.</p> <p>- Развивать представления о важности двигательной культуры.</p>
--	---	---	---

		предметами и без них.	
Виды деятельности	Формы организации деятельности		
Непосредственно образовательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Игровые упражнения - Подвижные игры - Хороводные игры - Пальчиковые игры - Спортивные упражнения - Физкультминутки в процессе других видов НОД 		
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	<ul style="list-style-type: none"> - Утренние и корригирующие гимнастики - Подвижные игры - Пальчиковые игры - Игровые упражнения - Спортивные упражнения - Динамические паузы - Физкультурные праздники и развлечения - Дни здоровья 		
Самостоятельная деятельность детей	<ul style="list-style-type: none"> - Подвижные, хороводные, пальчиковые игры - Игровые упражнения - Спортивные упражнения. 		
4-5 лет			
Задачи Программы ДОУ	Содействовать гармоничному физическому развитию детей		
	<ul style="list-style-type: none"> - Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации. 	<ul style="list-style-type: none"> -Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: -уверенному и активному выполнению основных элементов техники общеразвивающих 	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. - Формировать

		<p>упражнений, основных движений, спортивных упражнений;</p> <p>-соблюдению и контролю правил в подвижных играх;</p> <p>-самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений;</p> <p>-умению ориентироваться в пространстве;</p> <p>-восприятию показа как образца для самостоятельного выполнения упражнения;</p> <p>-развитию умений оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.</p>	<p>первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях</p>
Виды деятельности	Формы организации деятельности		
Непосредственно образовательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> -Физкультминутки в процессе других видов НОД - Игровые упражнения - Хороводные игры - Пальчиковые игры - Спортивные упражнения - Подвижные и спортивные игры 		
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе	<ul style="list-style-type: none"> -Подвижные и спортивные игры -Утренние и корригирующие гимнастики -Игровые упражнения 		

режимных моментов	<ul style="list-style-type: none"> -Динамические паузы - Спортивные упражнения -Физкультурные праздники и развлечения -Дни здоровья 		
Самостоятельная деятельность детей	<ul style="list-style-type: none"> -Подвижные, хороводные, пальчиковые игры -Игровые упражнения -Спортивные упражнения 		
5-6 лет			
Задачи Программы ДОУ	Содействовать гармоничному физическому развитию детей		
	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. 	<ul style="list-style-type: none"> -Накапливать и обогащать двигательный опыт детей: добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений. -Закреплять навыки основных движений в подвижных играх, упражнениях и эстафетах. -Приучать детей осмысленно относиться к достижению точности и правильности выполнения движений, соответствия их образцу. -Следить за точным соблюдением исходного 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. -Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности. -Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. -Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях. -Учить детей анализировать

		положения, четким выполнением промежуточных и конечных поз, соответствием выполнения движений заданному темпу.	(контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
6-7 лет			
Задачи Программы ДОУ	Содействовать гармоничному физическому развитию детей		
	-Продолжать развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, ловкость движений.	-Добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений. -Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений. -Закреплять двигательные умения в спортивных играх и упражнениях.	-Закреплять умения в анализе движений (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений других детей, элементарное планирование). -Закреплять умения в самостоятельной организации игр и упражнений со сверстниками и малышами.
Виды деятельности	Формы организации деятельности		
Непосредственно образовательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> -Физкультминутки в процессе других видов НОД -Игровые упражнения -Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием -Спортивные игры -Ходьба на лыжах -Эстафеты -Соревнования 		

	-Дополнительное образование		
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	<ul style="list-style-type: none"> -Утренние и корригирующие гимнастики -Физкультурные праздники и развлечения -Дни здоровья -Игровые упражнения -Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием -Спортивные игры (городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис) -Катание на санках -Ходьба на лыжах -Эстафеты -Длительные прогулки, походы: в парк, в лес, реке -Динамические паузы 		
Самостоятельная деятельность детей	<ul style="list-style-type: none"> -Хороводные, пальчиковые игры -Игровые упражнения -Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием -Спортивные игры (городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис). 		
Взаимодействие с семьями детей по реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> -Дни здоровья -Физкультурные праздники и развлечения - Информационные корзины -Фотовыставки. -Тематические консультации, практикумы -Легкоатлетические пробеги -Пешие прогулки, экскурсии, минутуризм 		
«Здоровье»	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей	Воспитание культурно-гигиенических навыков	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
3-4 года			
Задачи Программы ДОУ	-Осуществлять	-Развивать представления о	-Формировать

	<p>закаливающие мероприятия во время утренней гимнастики, НОД, после сна при соблюдении следующих требований:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать возрастные и индивидуальные особенности состояния здоровья и развития, степени тренированности организма ребенка; - создавать позитивный эмоциональный настрой; - проводить закаливающие воздействия на фоне теплового комфорта ребенка; - использовать в комплексе природные факторы и закаливающие процедуры; - соблюдать постепенность в увеличении силы воздействия различных факторов и непрерывность мероприятий закаливания (при этом вид и методика закаливания изменяются в зависимости от сезона и 	<p>важности гигиенической культуры.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обогащать представления детей о процессах умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения, атрибутах и основных действиях, сопровождающих их. - Совершенствовать умения правильно совершать процессы умывания, мытья рук при незначительном участии взрослого, элементарно ухаживать за внешним видом, пользоваться носовым платком, туалетом. - Развивать умения одеваться и раздеваться при участии взрослого, стремясь к самостоятельным действиям. - Развивать умения ухаживать за своими вещами и игрушками при участии взрослого. - Осваивать правила культурного поведения во 	<p>представления о здоровье и средствах его укрепления.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формировать представления о здоровом образе жизни - Развивать представления о человеке (себе, сверстнике и взрослом) и признаках здоровья человека. - Развивать интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения. - Развивать интерес к изучению себя, своих физических возможностей (осанка, стопа, рост, движение, картина здоровья).
--	--	---	---

	<p>погоды);</p> <ul style="list-style-type: none"> - воздействия природных факторов должны быть направлены на разные участки тела: различаться и чередоваться как по силе, так и длительности; - соблюдать методику выбранного вида закаливания. 	<p>время еды, развивать умение правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Развивать умения отражать в игре культурно-гигиенические навыки (одеваем куклу на прогулку, купаем кукол, готовим обед и угощаем гостей), правила здоровьесберегающего и безопасного поведения при участии взрослого. 	
<p>Непосредственно образовательная деятельность</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Рассказ воспитателя -Наблюдение практических действий -Упражнение в практических действиях -Игры-экспериментирования -Дидактические игры -Игры-этюды -Игры-путешествия, связанные с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни -Беседа (индивидуальная и подгрупповая) -Чтение художественной литературы -Релаксационные паузы -Гимнастика для глаз 		
<p>Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Заучивание и проговаривание русских народных потешек, пословиц, поговорок о здоровом образе жизни -Осуществление закаливающих мероприятий -Подвижные, спортивные игры, физические упражнения (в помещении и на улице) -Ситуативный разговор 		

	-Беседа -Рассказ -Чтение -Игровая беседа -Проблемная ситуация		
Самостоятельная деятельность детей	Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в сюжетно-ролевых, дидактических играх, проектной деятельности и т.д.)		
4-5 лет			
Задачи Программы ДОУ	-Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей: закаливание, участие в физкультурных праздниках и досугах, утренней гимнастике, подвижных играх на свежем воздухе, соблюдение двигательного режима. -Развивать представления о функционировании организма. -Создавать положительное настроение у детей, организовывать рациональный двигательный режим, предупреждать детское утомление разумным чередованием	-Способствовать освоению основ гигиенической культуры. -Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; соблюдать культуру поведения за столом; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования). -Воспитывать желание разрешать проблемные игровые ситуации, связанные с охраной здоровья; умение оказывать	-Способствовать становлению интереса детей к правилам здорового и безопасного поведения. -Развивать представления о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях здоровья и условиях его сохранения: режим, закаливание, физкультура и пр.

	<p>разнообразной активной деятельности и отдыха.</p> <p>-Осуществлять закаливающие мероприятия во время утренней гимнастики, НОД, после сна при соблюдении требований, перечисленных в разделе задач для детей 3-4 лет.</p> <p>-Следить за сохранением правильной осанки детей.</p> <p>-Регулярно организовывать офтальмологическую гимнастику.</p> <p>-Соблюдать температурный, световой и питьевой режимы.</p>	<p>элементарную поддержку и помощь, если кто-то заболел, плохо себя чувствует.</p> <p>-Развивать умения самостоятельно переносить в игру правила поведения здорового и безопасного поведения.</p>	
<p>Непосредственно образовательная деятельность</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Игры-экспериментирования -Игровые поисковые и познавательные ситуации -Дидактические игры -Игры-этюды -Игры-путешествия, связанные с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни -Ситуативный разговор -Беседа (индивидуальная и подгрупповая) -Рассказ -Чтение -Решение проблемных ситуаций 		

	<ul style="list-style-type: none"> -Релаксационные паузы -Гимнастика для глаз 		
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	<ul style="list-style-type: none"> -Заучивание и проговаривание русских народных потешек, пословиц, поговорок о здоровом образе жизни -Сюжетно-ролевые игры «Семья», «Аптека», «Больница», «Поликлиника». «Банк» -Игры-экспериментирования -Игровые поисковые и познавательные ситуации -Дидактические игры -Игры-этюды -Игры-путешествия, связанные с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни -Ситуативный разговор -Беседа (индивидуальная и подгрупповая) -Рассказ -Чтение -Решение проблемных ситуаций -Релаксационные паузы -Закаливающие мероприятия 		
Самостоятельная деятельность детей	Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в сюжетно-ролевых, дидактических играх, проектной деятельности и т.д.)		
5-7 лет			
Задачи Программы ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> -Обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. -Способствовать укреплению здоровья, развитию двигательной культуры детей. 	<ul style="list-style-type: none"> -Способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек. -Способствовать развитию гигиенической культуры детей. 	<ul style="list-style-type: none"> -Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения. -Формировать

	<p>-Осуществлять постоянный контроль за позой и осанкой каждого ребенка.</p> <p>-Следить за тем, чтобы дети не перевозбудились, дозировать нагрузку, избегать однообразия и монотонности детской деятельности.</p> <p>-Рационально организовывать двигательный режим, в течение дня разнообразить двигательную деятельность детей.</p> <p>-Обогащать представления детей о здоровье, об организме, его потребностях, закаливании.</p> <p>-Формировать представления о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и пр.), закаливания, занятий спортом, утренней</p>	<p>-Способствовать освоению приемов чистки обуви, одежды.</p> <p>-Побуждать самостоятельно выполнять культурно-гигиенические процессы (культура еды, умывание).</p> <p>-Углублять представления о правилах гигиены и способах осуществления гигиенических процедур (уход за телом, волосами, приемы поддержания опрятности одежды, обуви), о правилах культуры поведения за столом, в общественных местах.</p> <p>-Побуждать показывать младшим детям, как выполнять гигиенические процессы, помогать малышам в уходе за одеждой, прической.</p> <p>-Формировать представления о гигиенических основах организации деятельности (необходимость достаточной</p>	<p>представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.</p> <p>-Развивать умение элементарно описывать свое самочувствие; умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания.</p> <p>-Развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения.</p>
--	---	--	---

	<p>гимнастики, о необходимости активного пребывания на свежем воздухе для укрепления здоровья.</p> <p>-Осуществлять закаливающие мероприятия во время утренней гимнастики, НОД, после сна при соблюдении требований, перечисленных в разделе задач для детей 3-4 лет</p>	<p>освещенности, свежего воздуха, правильной позы и пр.).</p>	
<p>Непосредственно образовательная деятельность</p>	<p>-Осуществление закаливающих мероприятий -Подвижные, спортивные игры, физические упражнения (в помещении и на улице) -Чтение художественной литературы</p>		
<p>Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов</p>	<p>-Создание игровых ситуаций -Инструкции по выполнению самостоятельных заданий -Разучивание пословиц, поговорок, стихов -Дидактические игры -Беседа -Артикуляционная гимнастика -Рассказ -Игровая задача -Проектная деятельность -Тематический досуг -Решение проблемных ситуаций -Проектная деятельность</p>		

	-Тематический досуг -Решение проблемных ситуаций
Самостоятельная деятельность детей	Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в сюжетно-ролевых, дидактических играх, проектной деятельности и т.д.)
Взаимодействие с семьями детей по реализации Программы	Совместная простейшая проектная деятельность -Дни здоровья -Анкетирование родителей -Тематические консультации, практикумы