

**МБДОУ детский сад комбинированного вида №1 «Родничок»
Карасукского района Новосибирской области**

**Содержание образования (обучения и воспитания) по
образовательной области «Физическое развитие»
обучающихся 3-4 лет**

КАК БЫЛО и КАК СТАЛО

**Подготовила: Н.И. Любченко,
инструктор по физической культуре**

Карасук, 2023 год

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития обучающихся 3-4 лет

КАК БЫЛО

- **формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни** (становление ценностей ЗОЖ);
- **сохранение и укрепление здоровья детей;** повышение умственной и физической работоспособности;
- **обеспечение гармоничного физического развития, формирование умений и навыков в основных видах движений,** воспитание красоты, выразительности движений, формирование правильной осанки;
- **развитие психофизических качеств:** сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость;
- **формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;**
- **развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности;**
- **приобщение к подвижным играм, спортивным и физическим упражнениям;** развитие активности в самостоятельной двигательной деятельности;
- **приобщение к физической культуре;** развитие интереса к спорту;
- **воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.**

КАК СТАЛО

- **обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, ОД, ОРУ, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;**
- **развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;**
- **формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;**
- **укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;**
- **закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.**

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям **«Жизнь», **«Здоровье»**, что предполагает:**

КАК СТАЛО

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;**
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;**
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;**
- воспитание активности, самостоятельности, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;**
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития;**
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.**

Данные изменения связаны с:

- Указом Президента РФ «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» и с:

- Основами государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утвержденных Указом Президента РФ от 9 ноября 2022 года. Особое внимание уделяется таким важным аспектам физического воспитания, как патриотическое воспитание, поддержка традиционных ценностей и др.

Главная Цель дошкольного образования

Главная цель российского образования была сформулирована в майском Указе Президента Российской Федерации «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»:

«Воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций».

Эта цель является и всегда являлась главной целью программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ».

Планируемые результаты (целевые ориентиры) (к 4 годам)

КАК БЫЛО

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- у ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений;

- ребенок проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

- ребенок имеет некоторые начальные представления о здоровом образе жизни, воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

КАК СТАЛО

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе.

**Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»
Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

КАК БЫЛО

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития. Продолжать развивать разнообразные виды движений.

Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное и.п. в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Содержание образовательной деятельности (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» обучающихся 3-4 лет

КАК СТАЛО

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует п/игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в п/игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к ЗОЖ, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

**Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»
Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

КАК БЫЛО

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Становление ценностей здорового образа жизни. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать первичное представление о необходимости закаливания.

Дать первичное представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Содержание образовательной деятельности (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» обучающихся 3-4 лет

КАК СТАЛО

Формирование основ здорового образа жизни. Педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

**Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»
Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

КАК БЫЛО

Подвижные игры. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. **Развивать** навыки лазанья, ползания; ловкость, **выразительность и красоту движений.** **Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.**

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Содержание образовательной деятельности (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» обучающихся 3-4 лет

КАК СТАЛО

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).**

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

КАК БЫЛО

Основные движения:

- Ходьба
- Упражнения в равновесии
- Бег
- Катание, бросание, ловля, метание
- Ползание, лазанье
- Прыжки

Групповые упражнения с переходами

- Ритмическая гимнастика - выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

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 брюшного пресса и ног.

КАК СТАЛО

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения)

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.

- Музыкально - ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, которые педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры.

Строевые упражнения

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

КАК БЫЛО

Спортивные игры и упражнения:

- Катание на санках
- **Скольжение**
- Ходьба на лыжах
- Катание на трехколесном велосипеде

Подвижные игры:

- С бегом
- С прыжками
- С подлезанием и лазаньем
- С бросанием и ловлей
- На ориентировку в пространстве

КАК СТАЛО

Спортивные упражнения:

- Катание на санках
- Ходьба на лыжах
- Катание на трехколесном велосипеде

Подвижные игры

Формирование основ здорового образа жизни

Активный отдых:

- Физкультурные досуги
- Дни здоровья

БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ

И

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!