

В последние годы в образовании РФ происходит модернизация системы образования с целью повышения качества образования, его доступности, с целью поддержки и развития таланта каждого ребенка, сохранения его здоровья.

ФГОС (федеральный государственный образовательный стандарт) дошкольного образования разрабатывается впервые в российской истории, утвержден 1 сентября 2013 года, вступил в силу 01.01. 2014 г.

При разработке ФГОС 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.

ФГОС 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 социокультурной 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 «Физическое развитие» 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 ФГОС ДО 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.

Формы физического воспитания в ДОУ:

- **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 три основных метода обучения:

Широко используются в системе физического воспитания **общедидактические методы:**

- ✓ **наглядный** (показ, рассматривание схем, таблиц и т.д.),
- ✓ **словесный** (беседы, команды, вопросы, указания, пояснения, сигналы, образный сюжетный рассказ),
- ✓ **практический** (показ и выполнение действий).

Задачи ДОУ по физическому развитию детей

Основными задачами детского сада по физическому развитию дошкольников являются:

- охрана и укрепление здоровья детей
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей
- воспитание культурно-гигиенических навыков
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)
- накопление и обогащение двигательного опыта

- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания:

- рациональные режим,

- питание,

- закаливание (в повседневной жизни, специальные меры закаливания),

- движение (утренняя гимнастика, развивающие упражнения, спортивные игры,

- физкультурные занятия (т.е. НОД - непосредственная образовательная деятельность)

Направления работы **педагогического коллектива детского сада:**

- создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей
- повышение педагогического мастерства и деловой квалификации воспитателей детского сада
- комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками
- воспитание здорового ребёнка совместными усилиями детского сада и семьи

Для полноценного физического развития детей, реализации потребностей в движении в детском саду должны быть созданы определённые условия:

- В каждой группе проводятся три раза в неделю занятия по физической культуре. (со средней группы два занятия - в зале, одно -на улице).
- Каждый день по утрам проводится гимнастика,
- Соблюдать режим дня в ДОУ,
- Режим чередования видов детской деятельности,
- Проводить физкультминутки во время занятий,
- Гимнастику после сна.
- Подвижные игры.

Для спортивных занятий должен быть оборудован физкультурный зал с разнообразным физкультурным оборудованием.

В группах ДОУ должны иметься массажные коврики для профилактики плоскостопия. Создана зона - «уголки здоровья» для самостоятельных занятий физической культурой (мячи, обручи, кегли, скакалки... нетрадиционный инвентарь) Необходимо проводить мероприятия по закаливанию.

Воспитатель обязан проводить работу с родителями в этом направлении. Это могут быть специальные буклеты, информация в родительский уголок, индивидуальные беседы, тематические родительские собрания, совместные праздники и развлечения спортивной тематики, туристические походы, дни открытых дверей в группе (с показом НОД, приемов закаливания, и т.д.)