



ПРИВЕТСТВУЕМ УЧАСТНИКОВ
ЗАСЕДАНИЯ
ГМО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ»

Тема заседания
**«ФИЗКУЛЬТУРА НА
УЛИЦЕ»**



ФГОС ДО регламентирует следующие цели и задачи физического развития

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей
- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений
- Формирование потребности в ежедневной двигательной активности





Задачи физкультурных занятий на прогулке:

- **Оздоровительные** – направлены на оптимизацию физического развития и физической подготовленности ребенка, ориентируют на всестороннее развитие его физических качеств, совершенствуют двигательные способности, укрепляют здоровье, закаливают организм и повышают его устойчивость к заболеваниям;
- **Образовательные** – предусматривают системное формирование необходимых двигательных навыков и умений и связанных с ними элементарных знаний в области физической культуры;
- **Воспитательные** – решаются в процессе физкультурного занятия: воспитание воли, позитивных качеств характера, эмоциональных потребностей детей, а также интерес, потребности в здоровом образе жизни. Воспитываются как физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), так и нравственные (целеустремленность, настойчивость, чувство долга, ответственности и т.п.).





Физкультурные занятия на прогулке способствуют:

- ❖ повышению выносливости и устойчивости к простудным заболеваниям,
- ❖ развитию сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и других важнейших систем организма детей,
- ❖ усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит,
- ❖ гармоничному развитию ребёнка.





Структура физкультурного занятия на улице

Продолжительность физкультурного занятия

Способы организации детей

**Виды физкультурных занятий
на прогулке**



Структура физкультурного занятия на улице



Вводная часть

- построение и ходьба;
- различные виды ходьбы;
- повороты;
- различные виды бега;
- ходьба.

Основная часть

ОРУ с предметами и без них:

- ритмические упражнения;
- спортивные упражнения;
- имитации;
- преодоление препятствий;
- упражнение.

ОВД:

- метание;
- лазание;
- прыжки;
- равновесие;
- подвижная игра.

Заключитель ная часть

- медленный бег, переходящий в ходьбу, во время которой выполняются дыхательные упражнения;
- игры малой подвижности





Продолжительность физкультурного занятия

Группа	Продолжительность частей занятия (мин)			Общая продолжительность занятия (мин)
	Вводная	Основная	Заключительная	
Младшая	2-3	12	2-3	15-20
Средняя	3-4	14,5-17,5	2,5-3,5	20-25
Старшая	3-4	19-23	3-4	25-30
Подготовительная	4-5	22,5-26	3,5-4	30-35



Способы организации детей



ФРОНТАЛЬНЫЙ

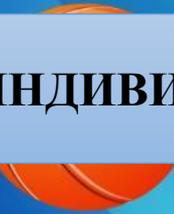
Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение под руководством взрослого (ходьба, бег, ОРУ, различные задания с мячом).

ПОТОЧНЫЙ

Дети поточно, т.е. друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т. д.). Этот способ позволяет воспитателю корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости.

ГРУППОВОЙ

Воспитатель распределяет детей на подгруппы (2-4) – и каждая подгруппа выполняет отдельное задание. Одна под наблюдением воспитателя разучивает новое упражнение, например лазанье, остальные самостоятельно выполняют знакомые упражнения, потом меняются местами.



ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ

Каждый ребенок выполняет упражнение индивидуально, воспитатель проверяет качество выполнения и дает соответствующие указания, остальные дети наблюдают за исполнением и оценивают движения.

Виды физкультурных занятий на прогулке

- **Традиционные занятия**
- **Игровые занятия.** Построены на основе народных подвижных игр, игр– эстафет с включением игр-аттракционов и игр на основные виды движений
- **Занятия–тренировки.** Направлены на обучение спортивным играм
- **Сюжетно-игровые занятия.** Такие занятия сочетаются с задачами по обучению спортивному ориентированию и развитию речи
- **Занятия, построенные на танцевальном материале / музыкально-ритмические**
- **Прогулки-походы**



Спортивные игры и упражнения на физкультурных занятиях на улице



Спортивные игры и упражнения	Возрастная группа			
	младш ая	средняя	старшая	подготов ительная
Катание на велосипедах	+	+	+	+
Катание на самокатах			+	+
Баскетбол			+	+
Футбол			+	+
Бадминтон			+	+
Настольный теннис				+
Ходьба на лыжах	+	+	+	+
Хоккей				+
Катание на коньках				+
Катание на санках	+	+	+	+
Скольжение по ледяным дорожкам	+	+	+	+
Городки			+	+



Специфика (особенности) организации физкультурных занятий на свежем воздухе

- ✓ Занятия на воздухе проводятся при высокой двигательной активности детей
- ✓ Ходьба и бег включаются в каждое занятие
- ✓ При выполнении упражнений необходимо стремиться к тому, чтобы дети меньше стояли и повторяли движение большее число раз, улучшая его качество (особенно в холодное время года)
- ✓ Каждый комплекс ОРУ повторяется на 4 занятиях, т. е. в течение двух недель. Это позволяет воспитателю во время занятия на воздухе сократить объяснения и больше внимания уделить качеству выполнения упражнений.
- ✓ В связи с тем что занятия проводятся на воздухе, в комплексах как можно меньше должно быть упражнений из положения сидя и лёжа.
- ✓ Особенностью проведения общеразвивающих упражнений является отсутствие значительных пауз и остановок: по окончании одного упражнения дети принимают исходное положение для следующего и сразу приступают к его выполнению.
- ✓ При температуре воздуха ниже - 8-10 0С упражнения для ног (прыжки, подскоки) включаются чаще (через одно упражнение), чтобы дети долго не стояли на одном месте.
- ✓ Игры разучиваются до занятия на прогулке, так как на занятии это занимает много времени и снижает его эффективность; кроме того, не всегда из-за погодных условий допустимо, чтобы дети долго стояли в спортивной одежде, слушая объяснения
- ✓ В холодное время года занятия рекомендуется проводить в конце прогулки.
- ✓ Во время занятий на воздухе необходимо уделять внимание носовому дыханию. В то же время не стоит бояться, если в холодный период года во время бега, игры дети дышат ртом.
- ✓ Одежда и обувь детей во время занятий на воздухе должна обеспечивать свободу движений, надежно предохранять от охлаждения и вместе с тем от перегревания.





**Наши проблемы (сложности)
в процессе проведения
физкультурных занятий на
улице**



АНКЕТА-РЕФЛЕКСИЯ (анонимная)

1. Представленный на ГМО в течение года материал (опыт работы) был полезен (выбрать):
да / нет / затрудняюсь ответить
2. Наиболее продуктивная, на ваш взгляд форма организации ГМО (выбрать):
 - а) онлайн-конференции с демонстрацией видео практического опыта
 - б) очные встречи с демонстрацией практического опыта,
 - в) очные взаимопосещения учреждений с демонстрацией практического опыта
3. Оцените работу ГМО по 10-бальной системе (10 – это наивысшая оценка)
4. Напишите тему/вопрос по физическому развитию дошкольников, которая(-ый) вызывает у вас сложность в работе и вы хотели бы разобрать её/его на ГМО

