

*Физическое развитие
детей среднего
дошкольного возраста*



Родительское собрание
ноябрь 2020г
гр. «Колокольчик»



*Я не боюсь еще и еще раз повторить:
Забота о здоровье – это важнейший труд
родителя.*

*От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь,*

*Мировоззрение, умственное развитие, прочность
знаний, вера в свои силы.*

Сухомлинский Василий Александрович



Физическое развитие

–это процесс формирования и последующего изменения естественных форм и функций организма ребенка и основанных на них физических качеств.



Что нового происходит в организме ребенка в период 4-5 лет?

Увеличение костной и мышечной массы;

Заметно улучшается быстрота реакции, координация и скорость движений;

Изменяются пропорции тела;

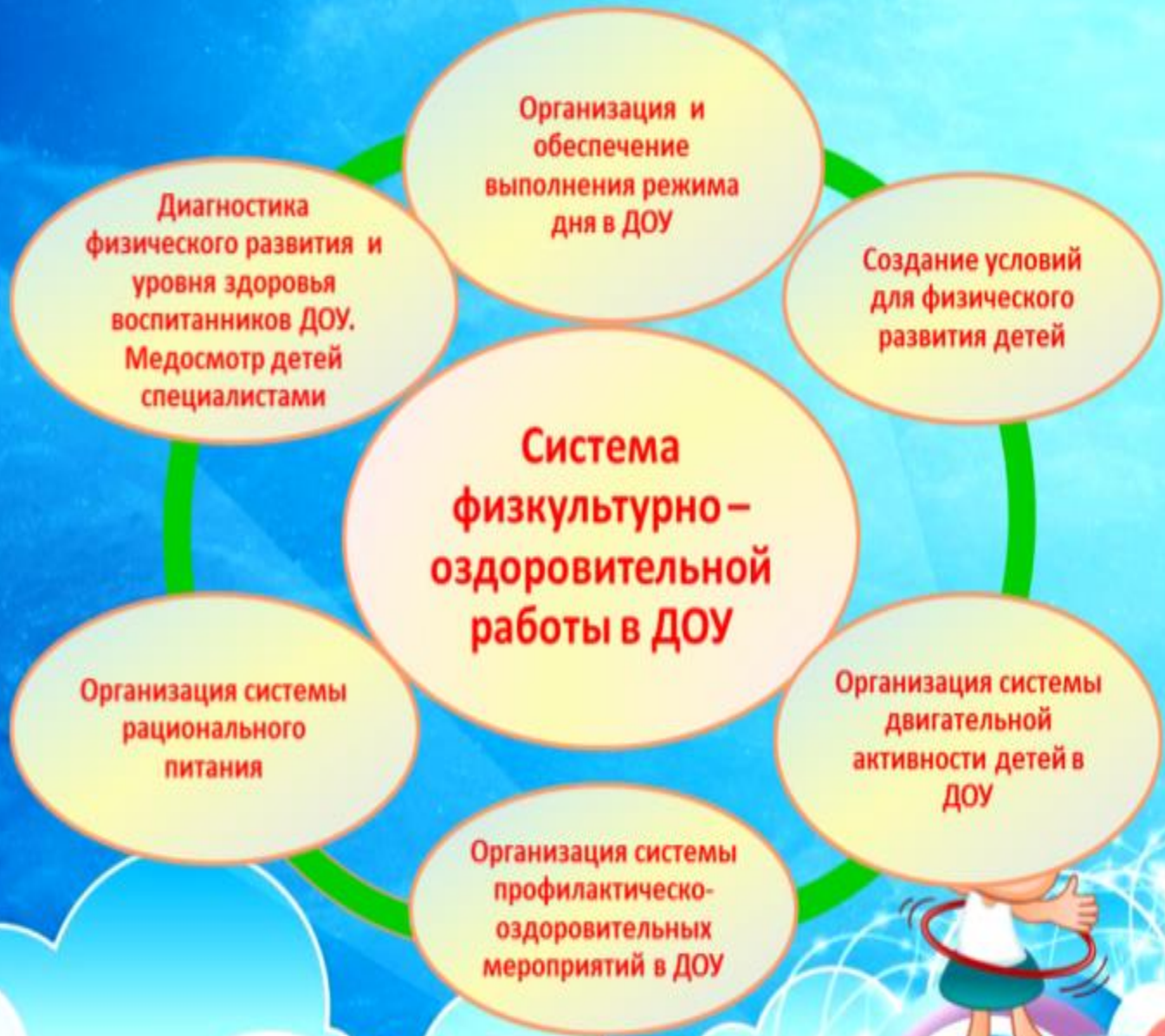
Хрящи становятся твердыми;

Увеличиваются в размере все внутренние органы;

Совершенствуется нервная система;

Мозг ребенка увеличивается до 90% веса мозга взрослого человека.





Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Организация и обеспечение выполнения режима дня в ДОУ

Создание условий для физического развития детей

Организация системы двигательной активности детей в ДОУ

Организация системы профилактическо-оздоровительных мероприятий в ДОУ

Организация системы рационального питания

Диагностика физического развития и уровня здоровья воспитанников ДОУ. Медосмотр детей специалистами

Задачи ДООУ по физическому развитию детей

- 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



ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

ДИДАКТИЧЕСКИЕ

- систематичность и последовательность,
- развивающее обучение,
- доступность,
- учет индивидуальных и возрастных особенностей,
- сознательность и активность ребенка в освоении знаний
- наглядность.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ

- непрерывности,
- последовательности наращивания тренирующих воздействий,
- цикличности.

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ

- сбалансированности нагрузок,
- рациональности чередования деятельности и отдыха,
- возрастной адекватности,
- оздоровительной направленности,
- осуществление лично-ориентированного обучения и воспитания.

МЕТОДЫ

Наглядно-слуховой – использование музыки

Словесный – команды, объяснения, вопросы, указания, образные сюжетные рассказы

Наглядный – показ упражнений, использование пособий, имитация, зрительные ориентиры

Практический – повторение упражнений, проведение в игровой и соревновательной форме

Средства физического воспитания детей

Гигиенические факторы

Естественные силы природы

Физические упражнения



Достижения детей среднего дошкольного возраста

Ходит и бежит с согласованными движениями рук и ног.

Качественно выполняет физические упражнения.

Бежит на скорость, к концу года 20 м за 6-5,5 сек.

Подлезает под веревку, дугу (высота 50 см.) различными способами. Перелазит с одного пролета лестницы на другой.

Прыгает в длину с места: девочки - не менее 51,1 см. в начале года, 73,9 см. в конце года, мальчики - не менее 53,5 см. в начале года, 76,6 см. в конце года.

Отбивает мяч о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Бросает мяч вверх, о землю и умеет ловить его двумя руками 3-4 раза подряд. Метает предметы правой и левой рукой на дальность на расстоянии не менее 3,5-6,5 м.

Метает предметы в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель с расстояния 1,5-2 м.

Сохраняет равновесие при ходьбе по ребристой доске, наклонной доске, по гимнастической скамейке, выполняя различные задания. Выполняет строевые упражнения по команде.



Спасибо за внимание!

