

Аннотация к рабочим программам по реализации задач образовательной области «Физическое развитие»

для детей в возрасте 4 – 5 лет

Пояснительная записка

Физическое воспитание - неотъемлемая часть всестороннего и гармоничного развития личности. Образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности 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 равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), 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 и др.)

Во всех формах организации двигательной деятельности необходимо не только формировать у детей двигательные умения и навыки, но и воспитывать целеустремленность, самостоятельность, инициативность, развивать умение поддерживать дружеские отношения со сверстниками.

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Все это позволяет приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества. Полученные на занятиях знания о значении физических упражнений для организма человека помогают воспитать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни. Педагогам необходимо продолжать начатую в младшей группе работу по укреплению здоровья детей.

Основные задачи:

- содействовать гармоничному физическому развитию детей;
- накапливать и обогащать двигательный опыт детей:
 - ✓ добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений);
 - ✓ формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
 - ✓ учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;
 - ✓ побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности;
 - ✓ воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Основными методами выступают:

- подвижная игра;
- игровые упражнения;
- привлечение внимания ребенка к физическим упражнениям;
- выполнение движений;
- развитие физических качеств с помощью равномерного, посменного, игрового, соревновательного методов.

Организация образовательной деятельности:

- два раза в неделю (по 20 минут), согласно графику организации образовательной деятельности в рамках образовательной ситуации «Физическая культура»;
- 76 часов согласно календарному учебному графику, из них по 4 учебных часа в начале и конце учебного года отводится на проведение мониторинга уровня развития целевых ориентиров ребенка.

Планируемые результаты:

- ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений;
- лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками;
- принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см;
- ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд;
- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
- скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м);
- кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево;
- ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону;
- придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;
- выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Список литературы:

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. Соответствует ФГОС. - М.: Мозаика-Синтез, 2015.
2. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Соответствует ФГОС. - М.: Мозаика-Синтез, 2014.
3. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду. - М.: Мозаика-Синтез, 2015.
4. Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.
5. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. Соответствует ФГОС. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.