

Физическое развитие

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)

Вся физкультурно-оздоровительная работа в дг строится с учётом структуры усовершенствованного двигательного режима для детей младшего и среднего, старшего дошкольного возраста.

Мы используем такие формы взаимодействия с детьми, как:

- прогулки, походы;
- физкультурные занятия
- гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- массаж

- дыхательная гимнастика
- утренняя гимнастика;
- физкультминутки
- спортивные игры
- подвижные игры на воздухе и в помещении, оздоровительный бег на воздухе
- воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности .
- сбалансированное питание в соответствии с действующими нормами (группы с 9-ти часовым пребыванием)

-здоровый образ жизни

Развитие представлений о своем теле и физических возможностях, произвольность и координация движений