

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 3 «Зоренька» Урмарского
муниципального округа Чувашской Республики

МЕТОДИЧЕСКИЙ СЕМИНАР
“Формирование у воспитанников
нравственно-волевых качеств,
потребности в двигательной активности
и физическом развитии,
культурно-гигиенических навыков”

ПОДГОТОВИЛА:

Мулатова Ирина Георгиевна

воспитатель первой квалификационной категории

пгт. Урмары, 31.01.2025 г

«Формирование у воспитанников нравственно-волевых качеств, потребности в двигательной активности и физическом развитии, культурно-гигиенических навыков»

Целю ФОП ДО является:

разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Образовательная область «Физическое развитие» предусматривает:

- приобретение ребенком двигательного опыта в различных видах деятельности детей, развитие психофизических качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость), координационных способностей, крупных групп мышц и мелкой моторики;
- формирование опорно-двигательного аппарата, развитие равновесия, глазомера, ориентировки в пространстве;
- овладение основными движениями (метание, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки);
- обучение общеразвивающим упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, подвижным играм, спортивным упражнениям и элементам спортивных игр (городки, бадминтон, элементы баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса).
- воспитание нравственно-волевых качеств (воля, смелость, выдержка и другое);
- воспитание интереса к различным видам спорта и чувства гордости за выдающиеся достижения российских спортсменов;
- приобщение к здоровому образу жизни и активному отдыху, формирование представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления, правилах безопасного поведения в разных видах двигательной деятельности, воспитание бережного отношения к своему здоровью и здоровью Согласно требованиям СанПиН 1.2.3685-21 в режиме дня предусмотрено время для проведения занятий.

24.11.ФОП ДО

Занятие является формой организации обучения. Оно может проводиться **в виде:**

- образовательных ситуаций,

- тематических событий,
- проектной деятельности,
- проблемно-обучающих ситуаций,
- интегрирующих содержание образовательных областей, творческих и исследовательских проектов и так далее.

Время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21

п.22 ФООП ДО, в разделе образовательная область «Физическое развитие» предусматривает конкретные задачи и содержания образовательной деятельности для освоения детьми в возрасте от 2 месяцев до 7 лет.

Рассмотрим задачи, которые представлены в ФООП ДО в области «Физическое развитие»

1. Задача по обогащению двигательного опыта.

<u>Ранний возраст</u> от 1 года до 2 лет	Создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребенком;
от 2 лет до 3 лет	Обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
<u>Дошкольный возраст</u> от 3 лет до 4 лет	Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения , основные движения, общеразвивающие в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры , помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
от 4 лет до 5 лет	Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные упражнения общеразвивающие в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

от 5 лет до 6 лет	Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной активности, развития осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
от 6 лет до 7 лет	Обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умение технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

Таким образом, мы можем видеть, как **одна задача по обогащению двигательного опыта детей** усложняется в каждой возрастной группе.

2. Задача на развитие:

<u>Ранний возраст</u> от 1 года до 2 лет	Создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
от 2 лет до 3 лет	Развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
<u>Дошкольный возраст</u> от 3 лет до 4 лет	Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
от 4 лет до 5 лет	Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
от 5 лет до 6 лет	Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
от 6 лет	Развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер,

до 7 лет	мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
----------	--

Эта задача **таким же** образом усложняется в каждой возрастной группе, **появляются новые подзадачи.**

3. Задача, решение которой начинается с раннего возраста **от 2 лет до 3 лет** – **на формирование интереса...** как мы можем видеть, она решается далее до конца реализации программы. Также усложняется в каждой возрастной группе, в дошкольном возрасте **от 4 лет до 5 лет** добавляется новая **подзадача** – это **формировать первичные представления об отдельных видах спорта.**

<u>Ранний возраст</u> от 2 лет до 3 лет	Формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
<u>Дошкольный возраст</u> от 3 лет до 4 лет	Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху , воспитывать самостоятельность;
от 4 лет до 5 лет	Продолжать формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху; формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
от 5 лет до 6 лет	Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представление о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
от 6 лет до 7 лет	Формировать осознанную потребность в двигательной активности , поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о различных видах спорта;

4. Задача на укрепление...

<u>Ранний возраст</u>	Укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, способствовать
-----------------------	--

от 1 года до 2 лет	усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни;
от 2 лет до 3 лет	Укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания , приобщая к здоровому образу жизни;
<u>Дошкольный</u> возраст от 3 лет до 4 лет	Укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной активности; Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни;
от 4 лет до 5 лет	Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат , формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
от 5 лет до 6 лет	Укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
от 6 лет до 7 лет	Сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих , средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха , физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях , правилах безопасного поведения и двигательной деятельности и при выполнении туристских прогулок и экскурсий;

5. Задача по воспитанию начинают решаться в возрасте от 4 лет до 5 лет. В дошкольном возрасте от 6 до 7 лет выделены две основные задачи по воспитанию:

<u>Дошкольный</u> возраст от 4 лет до 5 лет	Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
от 5 лет до 6 лет	Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

от 6 лет до 7 лет	1. Поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде; 2. Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
----------------------	---

Таким образом, рассмотрев задачи, которые прописаны в ФОП ДО, мы видим, что каждая из задач усложняется, добавляется новая подзадача.

В содержании образовательной деятельности по «Физическому развитию» включает подразделы:

1. Основная гимнастика
2. Подвижные игры
3. Спортивные игры
4. Спортивные упражнения
5. Формирование основ здорового образа жизни
6. Активный отдых

В раннем возрасте (от 1 года до 3 лет) -

- 3
п
о
п
В
1. *основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения)*
 2. *подвижные игры и игровые упражнения*
 3. *формирование основ здорового образа жизни.*

В дошкольном возрасте (от 3 лет до 5 лет) –

- Р
а
5
з
д
е
- 5 подраздела
1. *основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения, ритмическая гимнастика с детьми (от 4 лет до 5 лет);*
 2. *подвижные игры*
 3. *спортивные упражнения (катание на санках, ходьба на лыжах, плавание, катание на трёхколёсном велосипеде, с детьми (от 4 лет до 5 лет) на двухколёсном велосипеде;*
 4. *формирование основ здорового образа жизни*
 5. *активный отдых*

В дошкольном возрасте (от 5 лет до 7 лет) -

6 подраздела

1. *Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения, ритмическая гимнастика)*
2. *Подвижные игры*
3. *Спортивные упражнения (катание на санках, ходьба на лыжах, плавание, катание на двухколёсном велосипеде, самокате, с детьми (от 6 лет до 7 лет) катание на коньках;*
4. *Спортивные игры (городки, бадминтон, элементы баскетбола, футбола, с детьми от 6 лет до 7 лет - элементы хоккея, настольного тенниса)*
5. *Формирование основ здорового образа жизни*
6. *Активный отдых.*

Задачи с учетом специфики региональных и социокультурных условий

1. Обогащать двигательный опыт дошкольников с учетом национальных и социокультурных условий. Приобщать детей к подвижным играм народов, живущих в регионе.
2. Познакомить с известными спортсменами-земляками, популярными в регионе видами и спорта, спортивными традициями и достижениями родного края.
3. Формировать знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий.
4. Вовлекать в физкультурно-оздоровительную деятельность регионального содержания.
5. Воспитывать уважение и любовь к своей малой Родине.

Задачи физического развития решаются в различных формах

1. В режиме дня:

- Физкультурная минутка во время занятий,
- Гимнастика для глаз
- Основная гимнастика: основные движения, ОРУ, строевые упражнения, ритмическая гимнастика
- Подвижные игры и игровые упражнения, спортивные упражнения на прогулках,
- Формирование ЗОЖ: личная гигиена, КГН при приеме пищи, закаливание.

2. На специально организованных занятиях:

- Спортивные упражнения: катание на санках, ходьба на лыжах, катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате, плавание
- Спортивные игры: городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, настольного тенниса

3. В форме активного отдыха

- Физкультурные досуг
- Физкультурные праздники
- Дни здоровья
- Туристские прогулки и экскурсии

АКТИВНЫЙ ОТДЫХ:

Физкультурные досуги:

Подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения, творческие задания, импровизация.

Физкультурные праздники

спортивные, в том числе сезонные, и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Дни здоровья

Подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, прогулка-экскурсия за пределы участка ДОО, физкультурно-оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки и экскурсии.

Туристские прогулки и экскурсии

Режим двигательной активности

В течение дня организовываем режим двигательной активности детей с учетом их возрастных особенностей и состояния здоровья (**п.2.10.3. СП (Санитарные правила) 2.4.3648-20** («Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»)). Педагоги должны включать двигательную активность в разные виды детской деятельности в режиме дня, на занятиях и прогулках. Педагоги могут использовать любые формы, средства и методы реализации **ФОП ДО (п.23.4 ,п.23.5 ФОП ДО)**, но при этом необходимо учитывать

задачи воспитания и обучения, возрастные и индивидуальные особенности детей.

Утренняя гимнастика — обязательный режимный момент в любой возрастной группе в первой половине дня. Она направлена на физическое развитие и укрепление иммунитета детей. Утренняя гимнастика помогает детям окончательно проснуться и настраивает на деятельность в течение дня. Гимнастика должна быть недолгой и с небольшой нагрузкой. Организацию утренней зарядки регламентируют **СанПиН 1.2.3685 21** Утренняя зарядка во всех возрастных группах должна длиться не менее 10 минут.

Прогулка

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. Во время прогулки дети могут достаточно полно реализовать свои двигательные потребности. Основным средством организации двигательной активности на прогулке является подвижная игра. Правильное сочетание различных видов занятий физическими упражнениями и подвижными играми помогает обеспечить рациональную двигательную активность детей. Еще педагоги могут использовать упражнения на закрепление основных видов движений. Это бег и ходьба, прыжки, метание, бросание и ловля мяча, упражнения на полосе препятствий. Во время прогулки также необходимо выделить время на спортивные упражнения и игры. Подвижные игры и физические упражнения педагог должен планировать и проводить с учетом пожеланий детей, погодных условий и возрастных особенностей дошкольников.

Спортивные игры

В ФОП ДО закрепили требование проводить спортивные игры начиная со старшего возраста (**ФОП ДО п.22.6.2**). Разработчики ФОП ДО выделили спортивные игры как отдельное направление деятельности в рамках физического развития. Задачи по обучению дошкольников элементам спортивных игр с каждым возрастным этапом усложняются.

Содержание спортивных игр подбираются с учетом возраста, состояния здоровья, индивидуальной склонности и интересов детей. Элементы спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования. Также учитываем региональные и климатические особенности.

Чтобы познакомить детей с элементами спортивных игр, используем мультимедийные презентации. С их помощью детям наглядно можно показать элемент игр. Например, рассказать о правилах футбола.

РАЗВИТИЕ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ

Для развития нравственно-волевых качеств через физкультуру у детей формируют дисциплину, настойчивость, ответственность, трудолюбие, уважение к другим и способность преодолевать трудности. В процессе игры или выполнения упражнений ребёнок учится контролировать свои эмоции, следовать указаниям педагога (инструктора), действовать в рамках определённых условий и стремиться к достижению поставленных целей.

КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НАВЫКИ

В работе дошкольного учреждения уделяется большое внимание воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков. В каждой возрастной группе эта задача осуществляется в соответствии с ФОП ДО, в разделе «Формирование основ здорового образа жизни».

К методам формирования гигиенических навыков можно отнести:

- разъяснение необходимости выполнения режимных моментов, гигиенических процедур;
- пример взрослого;
- приучение, упражнение;
- создание воспитывающих ситуаций;
- поощрение помогает ребенку утвердиться поверить в свои силы(особенно в освоение новых навыков).

Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей – первооснова всей дальнейшей работы и основа для развития физически крепкого ребенка.

Планируемые результаты реализации Федеральной программы

К концу дошкольного возраста:

у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;

ребенок соблюдает элементарные правила ЗОЖ и личной гигиены;

ребенок результативно выполняет физические упражнения, участвует в туристских пеших прогулках, усваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям