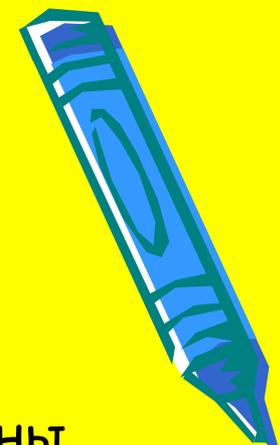


# Приобщение дошкольников к ценностям физической культуры

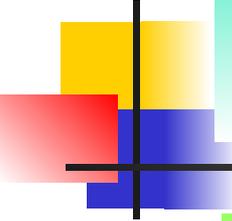


# Программа «Радуга» Т.Н. Дороновой



- **комплексная** - охватывающая все основные стороны развития детей в дошкольном возрасте (Физическое, социально-личностное, познавательно-речевое, художественно-эстетическое);
- **массовая** - предназначена для использования во всех регионах России в городских и сельских детских садах;
- **лично-ориентированная** система воспитания, образования и развития детей.





# Цели программы:

---

- Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них привычки к здоровому образу жизни;
- своевременное и полноценное психическое развитие и воспитание детей;
- предоставление каждому ребёнку возможности радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

## **Охрана и укрепление здоровья детей, формирование у них привычки к здоровому образу жизни**

---

- содействие полноценному физическому развитию детей;
  - формирование привычки к здоровому образу жизни;
  - приобщение детей к миру физической культуры.
-

## Приобщение дошкольников к ценностям физической культуры включает в себя:

- оснащение предметно-развивающей среды в группе, на участке;
- обогащение двигательного опыта детей разнообразным содержанием упражнений, привлечение их к участию в совместных подвижных играх;
- **обучение правильным способам выполнения основных видов движения;**
- развития двигательных навыков и качеств, предупреждение детского травматизма;
- организация ежедневных форм двигательной активности;
- регулирование интенсивности физических нагрузок

## Основные движения

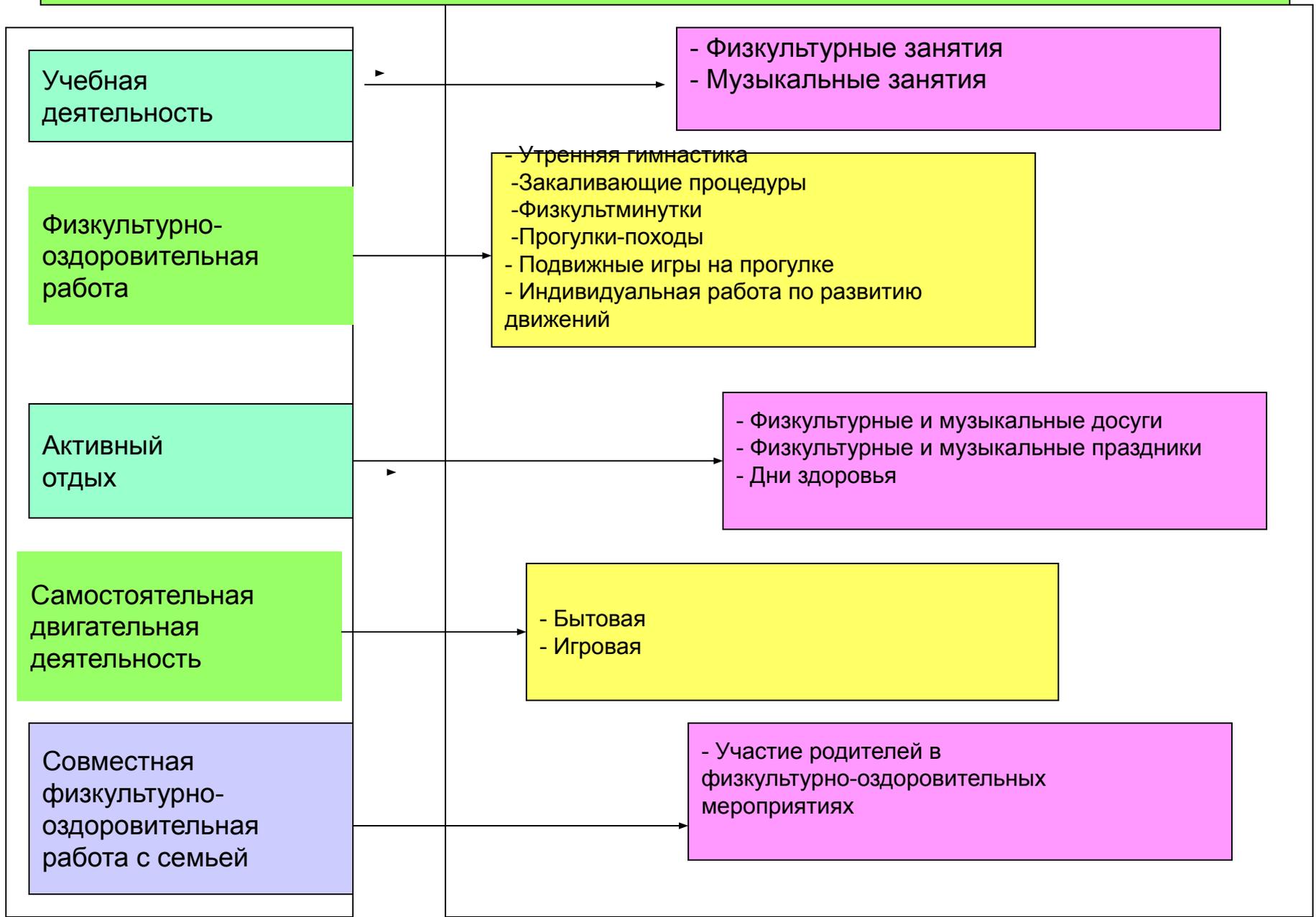
Жизненно необходимые для человека движения, которыми он пользуется в своей деятельности.

**Значение:** вовлекают в работу большое количество мышц, укрепляют опорно-двигательный аппарат, регулируют деятельность нервной системы, способствуют оздоровлению ребёнка, содействуют воспитанию у ребёнка различных ориентировок: в пространстве, во времени.

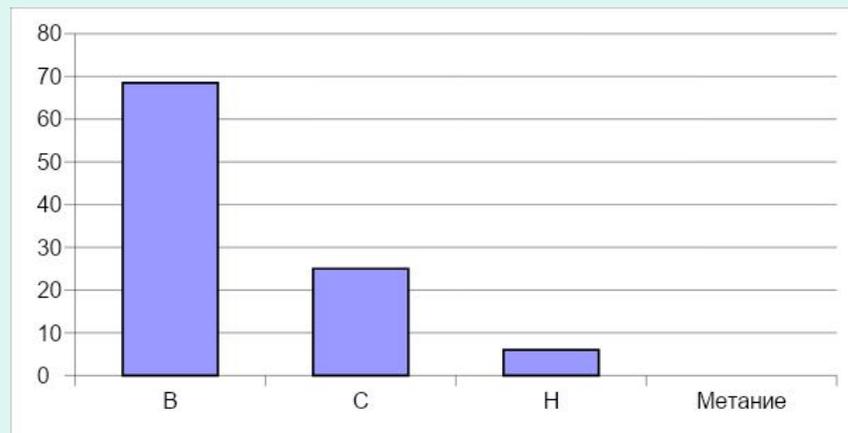
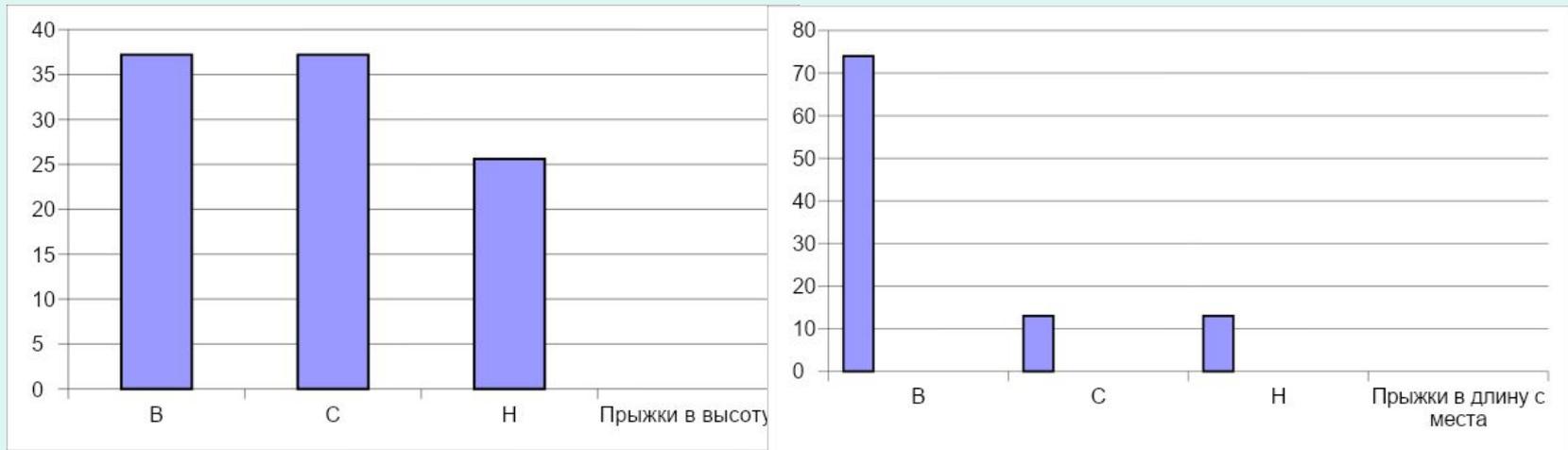
# Виды основных движений:

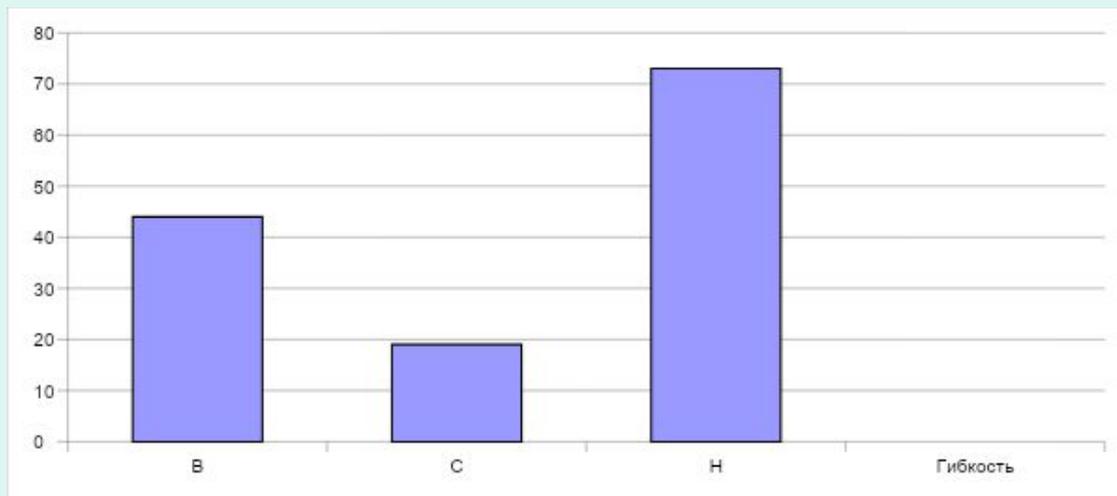
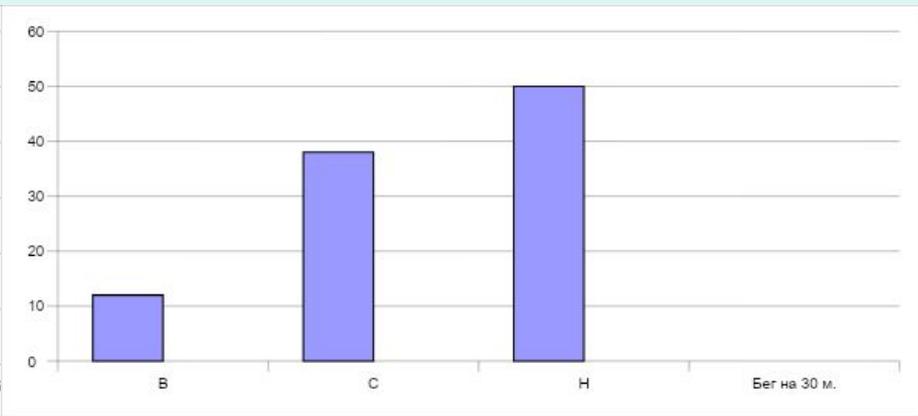
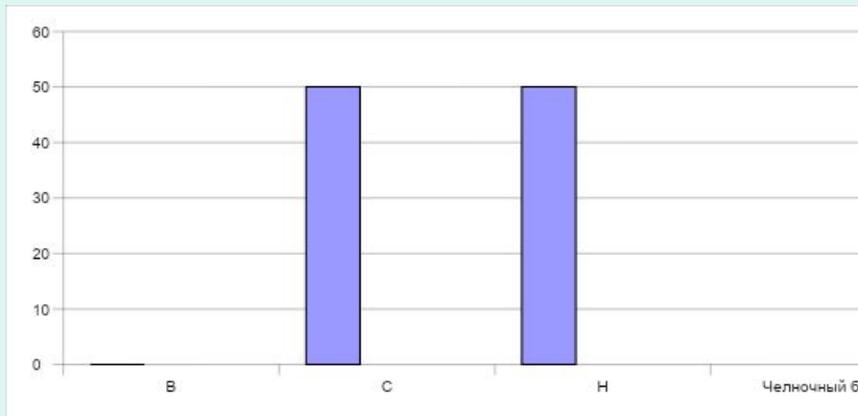
- Бег
- Ходьба
- Прыжки
- Лазание
- Метание

# Модель двигательного режима в ДОУ



# Анализ физической подготовленности детей на начало сентября 2009 г.





## Знания и умения родителей в области физического воспитания детей дошкольного возраста (6 респондентов)

Я знаю	Баллы	Я умею	Баллы
Как развивать у ребёнка основные движения: ходьбу, бег, прыжки, лазание, метание.	3,3	Учить ребёнка правильно ходить, бегать, прыгать, лазать, метать предметы	4
Как можно выполнять физические упражнения с мячом, с обручем.	4	Показать упражнения с мячом, с обручем. Выполнять утреннюю гимнастику вместе с ребёнком.	4,3
С помощью каких физических упражнений развивать у ребёнка быстроту, силу, ловкость, гибкость.	2,8	С помощью определённых физических упражнений развивать у ребёнка быстроту, силу, ловкость, гибкость.	3,3
Значение подвижной игры для ребёнка и то, как организовать игру для детей.	4	Организовать подвижную игру.	3,8
О спортивных упражнениях.	4,7	Учить ребёнка плавать, кататься на лыжах, коньках, велосипеде, санках.	4,5
О физических упражнениях, с помощью которых можно подготовить ребёнка к школе.	4,3	Показать физические упражнения, с помощью которых можно подготовить ребёнка к школе.	4
О том, как создать физкультурный уголок в	3,7	Создать физкультурный уголок в домашних условиях.	3,7

Результаты углубленного медицинского осмотра детей в  
2009 году  
(опорно-двигательная система)

- Сколиоз - 7,7 %
- Нарушение осанки – 15,4 %
- Плоскостопие – 2,6 %
- Уплотнение стопы – 10,3 %

# Анализ анкет родителей (7 респ)

## 1. Когда Ваш ребёнок слушает сказку, какая поза для него привычна:

- Сидя, спина прямая – 1
- Лёжа – 3
- Как удобно – 2
- Другая – 1

## 2. Поза Вашего ребёнка во время еды:

- Сидя, спина прямая – 6
- Сидя, спина сгорбленная – 1

## 3. Поза Вашего ребёнка во время рисования:

- Сидя за столом, спина прямая – 6
- Лёжа – 1

## 4. Поза Вашего ребёнка во время ходьбы:

- Прямая – 2
- Нормальная – 1
- Разная – 3
- Не ответили - 1

## 5. Привычное положение головы и плеч во время свободной деятельности:

- Разное – 3
- Прямое - 1
- Вертящееся – 1
- Не ответили – 1
- Плечи приподняты, голова опущена – 1

6. Сколько времени ребёнок тратит на бег и прыжки:

- Много – 1
- Сколько может – 2
- Постоянно – 1
- 20 минут – 1
- 2 часа – 1
- 3-4 часа – 1

7. Любит ли Ваш ребёнок двигаться энергично:

- Да – 7

8. Как Ваш ребёнок выполняет бег:

- Лёгкими шагами – 1
- Топающими шагами – 5
- По разному – 1

9. Что побуждает ребёнка к бегу и прыжкам:

- Игра – 1
- Хорошее настроение – 1
- Неусидчивость – 2
- Не ответили – 3

10. Как ваш ребёнок приземляется:

- Жестко – 3
- Мягко – 1
- По разному – 3

11. Исправляется ли он после сделанного замечания:

- Да – 2
- Нет – 1
- Не всегда - 4

# Группа здоровья детей май 2009 г.(39 детей)

- **Первая – 2,6 % (1реб.)**
- **Вторая – 79,0 % (31реб.)**
- **Третья – 18,4 % (7 дет.)**
- **Четвёртая – 0**

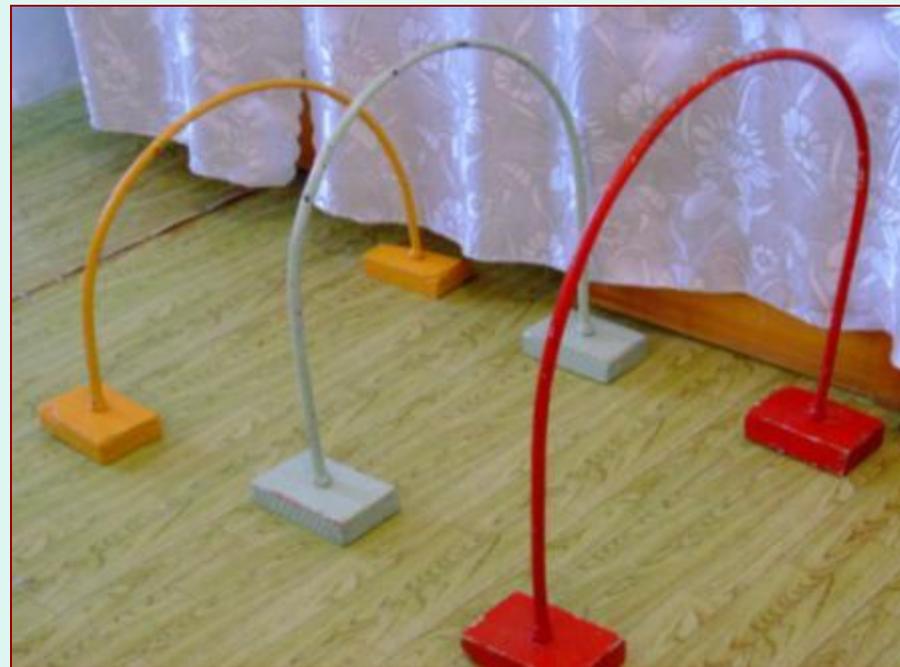
# Физическое развитие детей май 2009 г. (39 детей)

- **Высокое** – 5,1% (2 реб.)
- **Выше среднего** – 5,1 % (2 реб.)
- **Среднее** – 77,0 % (30 дет.)
- **Ниже среднего** – 2,6 % (1 реб.)
- **Низкое** – 10,2 (4 реб.)

# Метание



# Лазание



# Прыжки



# Бег, ходьба



# Выносливость, сила



# Равновесие, гибкость, ловкость



Спасибо за внимание



