

## **Физическое развитие воспитанников в МБДОУ – детский сад № 393**

*подготовила: Соболева Е.С.*

Физическое воспитание, которому в ДОУ уделяется значительное внимание, направлено на охрану жизни и укрепление здоровья детей. Для решения задач физического воспитания в ДОУ используются разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные и спортивные игры, прогулки, самостоятельная двигательная активность детей, физкультурные досуги, праздники, дни здоровья.

Утренняя гимнастика проводилась ежедневно в спортивном зале, в осенний и весенний период на свежем воздухе. Утренняя гимнастика включает в себя упражнения, уже разученные на физкультурных занятиях, и состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной. В утреннюю гимнастику включаются разные виды ходьбы и бега, ОРУ, упражнения для формирования правильной осанки, а также укрепления свода стопы.

Физкультурные занятия являются основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям. Занятие состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них решаются образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Занятия проводились 3 раза в неделю, третье на свежем воздухе.

Одним из основных средств физического воспитания являются подвижные игры с правилами. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждала детей к определенным умственным и физическим усилиям. В процессе игры дети обучались навыкам физического развития «легко» и «быстро», что соответствует принципам обучения основателя научной педагогики Яна Амоса Коменского.

В физкультурные досуги включают знакомые детям физические упражнения, подвижные и спортивные игры, ритмическую гимнастику. Также проводились физкультурные праздники, в процессе которых дети выполняли

общеразвивающие упражнения с предметами, танцевальные движения, играли в игры с элементами соревнований.

В процессе профессиональной деятельности в течение учебного года уделяю особое внимание наглядным методам обучения детей 5-7 лет на занятиях лыжной подготовки. В результате данного взаимодействия дети старшей и подготовительной группы узнали о технике безопасности поведения на занятиях лыжной подготовки, познакомились с лыжным инвентарем, изучили азы техники передвижения на лыжах. Данная работа позволила достичь положительного результата в работе с детьми.

В период учебного года мы с детьми приняли участие во флэшмобе здоровый образ жизни и в сдаче норм комплекса ГТО, по результатам которого, уровень физической подготовленности значительно возрос по сравнению с результатами прошлого года.

Анализируя результаты итоговой диагностики уровня физического развития, можно сделать следующий вывод: во всех группах уровень развития физических качеств значительно увеличился, значит поставленные задачи физического воспитания выполнены. Свою работу считаю удовлетворительной. В будущем планирую совершенствовать и разнообразить планы физкультурно-оздоровительных мероприятий, увеличить количество спортивно-оздоровительных мероприятий с участием родителей.