

**«Создание условий  
для физического развития  
детей как основа  
формирования  
здорового образа жизни»**



## **Цель :**

**организовать физическое воспитание таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку разностороннее и гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня; приобщение детей и родителей к физической культуре и здоровому образу жизни.**

## **Задачи:**

**Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья средствами физической культуры.**

**Способствовать повышению резервных сил организма за счет функциональных возможностей.**

**Повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребенка через вовлечение их в совместную деятельность.**



## **Актуальность:**

**Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения и более чем на половину – от образа жизни человека. Забота о ЗОЖ – это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.**

**Валеологические знания и умения, физические упражнения, закаливание приучают ребенка сознательно относиться к своему здоровью; утренняя ритмическая гимнастика, бег, физкультура, дыхательные упражнения, физминутки, подвижные игры способствуют развитию речи, внимания, памяти, логики, смекалки, физических и нравственных качеств.**



Физическое развитие — процесс формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств организма ребенка и основанных на них психофизических качеств.



## **Понятие «физическое развитие» в более узком значении**

- Совокупность некоторых морфофункциональных признаков, которые характеризуют в основном конституцию организма и выявляются посредством антропометрических и биометрических измерений.

## **Понятие «физическое развитие» в более широком значении**

- Предполагает развитие психофизических качеств - быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости и т.д.

**Принцип  
научности**

**Принципы  
организации  
и условий  
для  
физического  
о развития  
детей в  
ДОУ**

**Принцип  
комп-  
лексности**

**Принцип  
адресо-  
ванности и  
преемст-  
венности**

**Принцип  
результативности и  
гарантированности**

# Организация двигательной развивающей среды

**Физкультурный зал**

**Спортивный уголок в группе**

**Спортивная площадка**

**В процессе физического воспитания ребенок: — приобретает определенную систему знаний о физических упражнениях, их структуре, оздоровительном воздействии на организм; осознает свои двигательные действия; усваивает физкультурную и пространственную терминологию (исходные положения, колонна, шеренга и др.; Вперед—назад, вверх—вниз и др.), получает необходимые знания о выполнении движений, спортивных упражнениях и играх; узнает названия предметов, пособий, способы и правила пользования ими.**



Образ жизни  
Режим, одно из главных составляющих  
здорового образа жизни

Режим дня – это  
правильное  
распределение времени,  
на основные жизненные  
потребности человека.



# ВЫВОД

**Оздоровительная среда нашего ДО и всестороннее создание условий для физического развития воспитанников - являются естественной комфортабельной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами.**

# Используемая литература

- Журнал «Обруч»
- Организация предметно-развивающей среды (из опыта работы) автор-составитель Л.Г. Киреева.- М.: Дрофа, 2009 г. - 112 с.
- Рыжова Н.А. Развивающая среда дошкольных учреждений.- М.: Просвещение, 2003 г. - 246 с.

