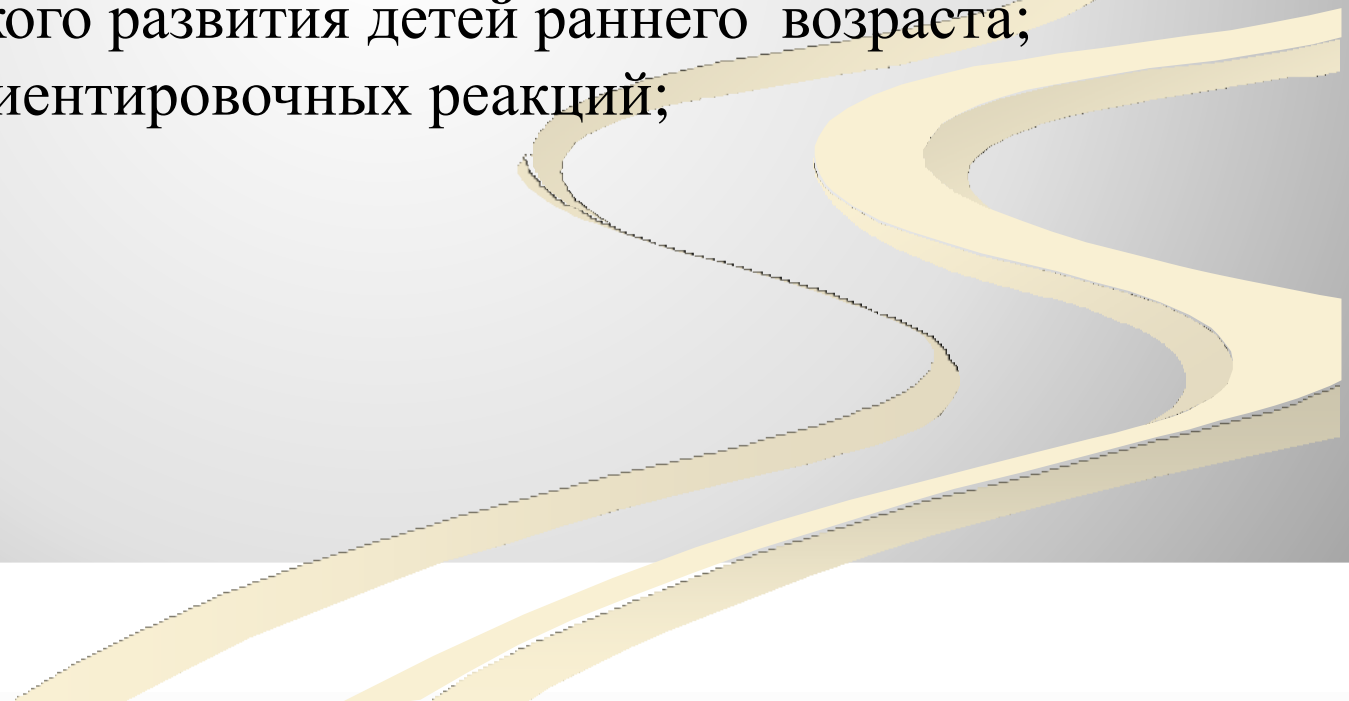


**Особенности реализации содержания  
образовательной области  
«Физическая культура» учебной  
программы дошкольного образования  
в группах раннего возраста**

**Мельникова Марина Сергеевна,  
заведующий кафедрой методик дошкольного образования  
учреждения образования «Белорусский государственный  
педагогический университет имени Максима Танка»,  
кандидат педагогических наук**

## **Учет особенностей развития ребенка раннего возраста при организации физического воспитания:**

- интенсивный, высокий темп и гетерохронность развития;
  - высокая пластичность организма;
  - физическая, психическая ранимость и лабильность состояния;
  - взаимосвязь и взаимозависимость состояния здоровья, физического и нервно-психического развития детей раннего возраста;
  - высокая степень ориентировочных реакций;
- 

- высокая подвижность и потенциал компенсаторного развития;
- двигательная активность ребенка раннего возраста проявляется в воспроизведении движений, порождающих новые кинестетические ощущения, которым сопутствует чувство мышечной радости (И.М. Сеченов);
- положительные эмоции и непосредственное мышечное ощущение составляет основу моторной памяти ребенка (М.И. Фонарев);
- движения, осваиваемые ребенком раннего возраста в процессе занятий физической культурой, выступают не только моторным актом, а напрямую связаны с сенсорными и познавательными процессами, которые лежат в основе управления движениями (М. Александер, А.В. Запорожец, В.Райх, М. Фельденкрайз).

## **Учет теоретико-методологических основ и методических подходов к организации физического воспитания детей раннего возраста:**

- соответствие физических упражнений возрастным и функциональным возможностям ребенка раннего возраста, с учетом постепенного и рационального увеличения физической нагрузки за счет усложнения двигательных заданий и увеличения количества повторений по мере овладения детьми двигательными умениями;
- необходимость формирования двигательного навыка по принципу выработки динамического стереотипа с обязательным сохранением всех условий его выполнения;
- использование имитационных упражнений с обязательным подражанием, с понятным ребенку образом, который активизирует механизм подражания и способствует овладению большим количеством движений;
- выполнение упражнений только в форме конкретных заданий, что позволяет ребенку раннего возраста выполнить упражнение точнее.

## Компоненты образовательной области

### «Физическая культура» учебной программы дошкольного образования

Интегрируемые образовательные области: «Физическая культура», «Ребенок и природа», «Ребенок и общество».

Цель, задачи

Гимнастические упражнения

Спортивные упражнения (первая младшая группа)

Подвижные игры и игровые упражнения

Планируемые результаты освоения воспитанником содержания учебной программы дошкольного образования по образовательной области «Физическая культура»

## **Интеграция содержания образовательной области «Физическая культура» с содержанием образовательной области «Ребенок и общество»**

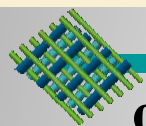
- развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, выдержки при выполнении физических упражнений и участия в подвижных играх;
- взаимодействие и помощь друг другу во время выполнения физических упражнений и в подвижных играх;
- оценивание результатов выполнения физического упражнения и подвижных игр (игровых упражнений), где формируются первичные представления о себе и о собственных возможностях.

## Интеграция содержания образовательной области «Физическая культура» с содержанием образовательной области «Ребенок и природа»

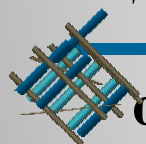
- выполнение общеразвивающих упражнений имитационного характера с предметами социального мира и объектами живой природы;
- выполнение подвижных игр в содержание которых включены яркие сезонные проявления природы и мира животных, объекты ближайшего окружения;
- выполнении игровых заданий и физических упражнений с учетом: сезонных явлений и изменений в природе, отличительных особенностей диких и домашних животных, растений; с условиями существования растений и животных, способами приспособленности к условиям окружающей среды.

**Цель** физического воспитания – укрепление здоровья, обогащение и накопление двигательного опыта, формирование основ здорового образа жизни, воспитание физической культуры личности.

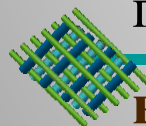
**Задачи:**



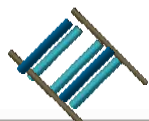
**оздоровительные:** совершенствовать защитные функции, естественные процессы роста и развития организма через двигательную деятельность и закаливание, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать общий и эмоциональный тонус;



**обучающие:** обучать основным движениям, общеразвивающим и строевым упражнениям; формировать знания о разных видах физкультурного инвентаря и оборудования, способах его безопасного применения; развивать произвольность действий;



**воспитательные:** воспитывать интерес к доступным формам двигательной активности, поддерживать стремление к участию в игровых упражнениях и подвижных играх со сверстниками.



# Структурные части физкультурного занятия



## Вводная часть

(построение, разновидности ходьбы (бега), построение для выполнения комплекса общеразвивающих упражнений)



## Основная часть

(общеразвивающие упражнения, основные виды движения, подвижная игра)



## Заключительная часть

(ходьба, упражнения на релаксацию, динамические и статические дыхательные упражнения)

## Фрагмент физкультурного занятия (первая младшая группа)

### І. Вводная часть (1-2 минуты)

Содержание	Дозировка	Организационно-методический комментарий
Построение врассыпную	10-15 секунд	В. предлагает детям отправиться в осенний лес в гости к лесным зверям
Ходьба стайкой за взрослым	10-15 секунд	В. идет спиной вперед, зовет детей за собой. Следит, за тем, чтобы дети не опускали голову, смотрели вперед
Бег стайкой за взрослым	15-20 секунд	По словесному указанию дети бегут за взрослым, переходят на умеренную ходьбу по звуковому сигналу (удар в бубен) и словесному указанию взрослого
Подвижная игра «Идем, идем, идем, стоп!»	3 раза	По словесному указанию («Идем, идем, идем, стоп!») дети останавливаются, после указания взрослого («Идем дальше») продолжают движение
Построение по обозначенному кругу для выполнения комплекса общеразвивающих упражнений	10-15 секунд	При необходимости взрослый помогает детям встать друг за другом по обозначенному кругу (заранее выкладывает круг из шнура на полу, (рисует мелом, обозначает цветной клейкой лентой))

## Методические рекомендации по организации и проведению физкультурных занятий в группах раннего возраста

- в группе **второго раннего возраста** каждое занятие рекомендуется проводить в течение двух недель без изменений с последующим повторением материала с разрывом в три занятия с учетом предложенных вариантов усложнений;
- в **первой младшей группе** повторение содержания занятий осуществляется с разрывом в два занятия, с обязательным внесением в их содержание вариантов изменений и усложнений;
- усвоение воспитанниками раннего возраста двигательных действий осуществляется на основе многократного повторения и подражания действиям взрослого;
- объяснение и показ физических упражнений, подвижных игр (игровых упражнений) происходит одновременно с выполнением физического упражнения;
- в содержание занятия включаются простейшие сюжетные подвижные игры, в которых взрослый совмещает руководство игрой и выполнение ответственной роли;
- постоянная и частая смена исходных положений при выполнении физических упражнений;

- сюжетно-игровая форма проведения занятия, охватывающая разные виды движений, подвижных игр, игровых упражнений имитационного характера, объединенных в целостный (слитный) сюжет и имеющих общий замысел («На прогулку в осенний лес», «В гости к петушку», «Зайки на лужайке», «Цирк» и т.д.);
- включение в содержание каждого занятия обязательного использования физкультурного пособия, игрушек, знакомых детям персонажей (корова Зорька, котенок Мур-мур-мур, собачка Жучка, Колобок, кукла Маша и др.), что позволяет менять ситуацию, создавая у воспитанников эмоциональный настрой, не изменяя характера выполнения основных видов движений, стимулирующих и регулирующих выполнение физического упражнения;
- применяется метод целостного разучивания двигательного действия.

# Методические рекомендации по организации и проведению физкультурных занятий в группах раннего возраста

## Построения и перестроения

- выполняются с помощью взрослого, который постепенно учит воспитанников занимать место у обозначенных ориентиров и выполнять построение в круг, шеренгу, колонну по обозначенному ориентиру (начерченному кругу (выложенному из веревки, скакалки), начерченной линии, (клеякой цветной ленты и т.д.));
- при построении в колонну взрослый становится впереди колонны, основное внимание уделяет соблюдению дистанции, умению выполнять ходьбу, не толкая и не обгоняя друг друга;
- при выполнении переходов во время физкультурного занятия воспитанники передвигаются вслед за взрослым по направлению к указанным ориентирам;

# Особенности организации и проведения физкультурных занятий в группах раннего возраста

## Общеразвивающие упражнения (ОРУ)

- ❖ во второй группе раннего возраста ОРУ повторяются на протяжении двух занятий без изменений, при повторном проведении занятия и по мере усвоения движения через каждые 2 недели вносятся предложенные варианты изменения и дополнения;
- ❖ в первой младшей группе в комплекс общеразвивающих упражнений включается 4-5 упражнений имитационного характера, объединенных единым сюжетом и простых по исполнению;
- выполнение упражнений осуществляется без предварительного показа и объяснения, каждое из упражнений повторяется целиком в неизменном виде;
- особое внимание при выполнении общеразвивающих упражнений необходимо уделять формированию у воспитанника умения начинать и заканчивать упражнение одновременно со взрослым и другими воспитанниками и выполнять его в общем виде;
- при проведении общеразвивающих упражнений образец выполнения демонстрирует взрослый, дает словесные указания и выполняет упражнения вместе с воспитанниками, не применяя счет.

## Ходьба

- во второй группе раннего возраста ходьба в прямом направлении к цели осуществляется вместе со взрослым и самостоятельно;
- в первой младшей группе:  
упражнения в ходьбе осуществляются воспитанниками стайкой за руководителем физического воспитания, который идет, повернувшись к ним лицом, указывая направление движения.



## Бег

- в первой младшей группе руководитель физического воспитания выполняет бег вместе с детьми, указывая направление движения, не акцентируя их внимание на качество выполнения бега;
- упражнения в беге выполняются одновременно всеми воспитанниками;
- общая продолжительность непрерывного бега должна составлять не более 30-40 секунд.



## Ползание, лазанье

- во второй группе раннего возраста ползание сочетается с переползанием через гимнастическую скамейку, а также с подползанием под дугу (веревку, стул, скамейку) любым способом удобным для воспитанника, в индивидуальном темпе, но с обязательной страховкой;
- в первой младшей группе выполнение и показ упражнений в ползании совместно со взрослым осуществляется в том случае, если воспитанники совершают ошибки: попеременно передвигают руки и ноги, выносят одновременно обе руки и, опираясь на них, подтягивают к рукам одновременно обе ноги.



В содержание занятий следует включать упражнения в ползании в сочетании с движениями выпрямляющего характера.

## Катание, бросание, ловля мяча

- воспитанники **второй группы раннего** возраста при многократном повторении различных упражнений осваивают скатывание, катание и бросание мяча одной и двумя руками;
- в **первой младшей группе** обучение броску мяча вдаль осуществляется в игровой форме индивидуально, а затем подгруппой из разных исходных положений (стоя, сидя, лежа) и разными способами (от груди, из-за головы) с использованием зрительных ориентиров.



## Прыжки

- в группе второго раннего возраста включены упражнения подготавливающие к прыжку – приседания с поддержкой взрослого;
- у воспитанников **первой младшей группы** происходят качественные изменения прыжка в длину с места: обнаруживаются все характерные для этого движения фазы и поэтому особое внимание следует уделять одновременному приземлению на обе ноги. Руководитель физического воспитания демонстрирует образец выполнения, показывает правильные движения при прыжке: легко, на носках подпрыгивать на месте, энергично прыгать вперед, мягко приземляться;
- упражнения в подпрыгивании и прыжках проводятся одновременно со всеми воспитанниками в удобном для каждого ребенка темпе, продолжительностью не более 15-20 секунд.



## Подвижные игры и игровые упражнения

- в группе **второго раннего возраста** используются игровые упражнения без правил, которые не требуют от воспитанника умения согласовывать собственные действия с движениями других детей, а способствуют освоению, закреплению и совершенствованию основных видов движений;
- в **первой младшей группе** в содержание игр включены простые и понятные сюжеты подвижных игр с хорошо знакомыми понятиями;
- при организации и проведении игры следует эмоционально и выразительно рассказать простой и краткий сюжет, подчеркивая интонацией голоса и жестами наиболее сложные действия, выделяя сигналы (зрительные – цвет ленточки, слуховые – удар в бубен и др.) по которым воспитанникам необходимо менять свои действия;
- объяснение правил происходит в ходе самой игры и сопровождается показом (как прыгает зайчик, как летает птичка и др.);
- руководитель физического воспитания совмещает руководство игрой с выполнением ответственной роли в ней, однако постепенно эту роль может выполнять назначенный им ребенок.

**Спасибо за внимание!**