МДОУ детский сад №8 "Теремок" городского округа Павловский Посад

Московской области

ИНН 5035021554 КПП 503501001 ОГРН 1025004644763

142500, Московская область, городской округ Павловский Посад, ул. Тихонова, д. 85

тел.8 (496 43) 2-14-01; e-mail: [ds8p-posad@mail.ru](mailto:ds8p-posad@mail.ru)

Образовательная область «Физическое развитие»

«Структура занятия по физической культуре в ДОО»

**«Общие требования к организации и проведению занятий   
по физической культуре в ДОО»**

Подготовила инструктор   
по физической культуре

Гусева Марина Александровна

ноябрь 2020г.

Физическому развитию детей в России уделяется большое внимание. И это закреплено законодательно.   
Основные документы, определяющие функционирование системы образования дошкольников в области физической культуры и здоровья:

\* Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ

\* Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

\*Сан ПиН.

Рассмотрим требования к организации занятия по физической культуре как основной формы работы по физическому воспитанию в детском саду.

Они проводятся круглый год с постоянным составом детей определенной возрастной группы по твердому расписанию. (регулируются в СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» , утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26)  
*С детьми раннего возраста занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2 - 3 раза в неделю в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.*Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раза в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей от 10 до 30 мин.

*- в младшей группе - 15 мин.,*

*- в средней группе - 20 мин.,*

*- в старшей группе - 25 мин.,*

*- в подготовительной группе - 30 мин.*

Один раз в неделю занятия по физическому развитию для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях занятия по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

***Места проведения занятий.***Занятия со 2 мл группы проводит инструктор по физкультуре в спортзале. Дети 2-3 лет занимаются в группе. Допускается проведение физкультуры в музыкальном зале.  
В нашем ДОУ спортзал /музыкальный зал/находится на 2 этаже.   
Спортзал содержится в чистоте и порядке посредством регулярной влажной уборки с использованием моющих и дезинфицирующих средств.

***Гигиенические нормы естественного и искусственного освещения:*** При одностороннем освещении глубина групповых помещений должна составлять не более 6 метров.  
При проведении занятий в условиях недостаточного естественного освещения необходимо дополнительное искусственное освещение. *Источники искусственного освещения должны обеспечивать достаточное равномерное освещение.   
Все источники искусственного освещения должны содержаться в исправном состоянии.*

**Соблюдение воздушно-теплового режима:**

температура воздуха в физкультурном зале должна составлять 17 – 19 ˚С, относительная влажность воздуха 40 – 60%

*необходимо осуществление естественного воздухообмена;*

сквозного проветривания не менее 10 минут через каждые 1,5 часа в отсутствии детей; и после каждого занятия  
 ***Инвентарь и оборудование.***

Физкультурное оборудование и инвентарь соответствуют требованиям *основной общеобразовательной* программы дошкольного образования «Детство » , Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2016 г. , возрастным особенностям детей, санитарно-гигиеническим и эстетическим требованиям.

***Спортплощадка.***   
Во вновь строящихся дошкольных образовательных организациях рекомендуется оборудовать физкультурные площадки (одну или несколько) для детей в зависимости от вместимости дошкольных образовательных организаций и программой проведения спортивных занятий.На площадке должна быть ровная поверхность и естественный травяной покров. Часть **физкультурной площадки** может быть и с твердым покрытием, что позволяет проводить занятия в любое время года. 1. Располагать оборудование по краям площадки так, чтобы большая часть ее использовалась для проведения подвижных игр, физкультурных праздников и досугов.

2. Расстояние между снарядами должно быть не менее 2 м, расстояние до деревьев, кустарника и скамеек не менее чем 150 см. Под снарядами для лазанья,*)* должна быть мягкая песчано-опилочная подушка толщиной 30-40 см.

**Безопасность**В спортивном зале и на спортивной площадке должны быть созданы условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей:

* все оборудование должно быть надежно закреплено;
* пособия должны устанавливаться и размещаться с учетом их полной безопасности и устойчивости, исключающей возможность падения; Оборудование должно по своим размерам соответствовать возрастным показателям;
* все оборудование должно быть аккуратно, удобно и рационально размещено, содержаться в чистом, исправном состоянии.

**Форма для занятий физкультурой**

  Одним из условий проведения занятий физической культурой в детском саду является наличие у ребёнка спортивной формы, которая создаёт ему комфортные условия для двигательной деятельности. Спортивная форма должна соответствовать гигиеническим требованиям: быть легкой, удобной, не стеснять движений, соответствовать размеру. Материал, из которого она изготовлена должен быть воздухопроницаемым, эластичным и мягким.

Спортивная обувь должна быть удобной, легкой, прочной и эластичной.

Спортивная форма — это важный фактор безопасности детей во время занятия. Она не стесняет и не ограничивает движения детей, не создает ситуаций, опасных для здоровья во время совместной двигательной деятельности.

Наличие формы позволяет ребёнку чувствовать себя комфортно и в психологическом плане. Надевая спортивную форму, ребенок внутренне готовится к предстоящей деятельности, что повышает эффективность физических нагрузок.

Одежда и обувь, предназначенные для занятий физическими упражнениями, должны быть сменными и не использоваться детьми в качестве повседневных.

После занятий в спортивном зале, дети возвращаются в группу и переодеваются, благодаря чему снижается риск простудных заболеваний.

Принято придерживаться одинаковой цветовой гаммы для спортивной формы: белый верх, темный низ. Это позволяет вырабатывать командный дух.

К спортивной форме относятся: трикотажная, хлопчатобумажная футболка, шорты, носки.

***Взаимодействие инструктора по ФИЗО с воспитателем.***Так как воспитатель является активным участником  воспитательно- образовательного процесса, то ему необходимо знать методику обучения.

Подготовка к физической культуре:

1 Воспитатель накануне занятия должен ознакомиться с содержанием.

2 Педагог воздействует на ребёнка всем: внешним обликом, поведением. Поэтому, воспитатель должен посещать занятия в спортивной форме; должен владеть техникой выполнения движений, используемых в работе с детьми.

3.Воспитатель должен организовать детей для занятия. Так как детей нельзя оставлять одних без присмотра, воспитатель организованно приводит группу в спортивный зал и уводит после занятия.

Воспитатель, как и инструктор по физическому воспитанию несёт ответственность за жизнь и здоровье детей; следит за порядком, за соблюдением правил поведения при выполнении упражнений, осуществляет страховку при выполнении упражнений. Должен знать методику выполнения упражнений, так как неправильное выполнение может привести к травме или к отрицательному эффекту.

При ознакомлении детей с новыми общеразвивающими упражнениями инструктор по физической культуре показывает, как правильно выполнять упражнение, а воспитатель следит за правильностью выполнения задания и при необходимости помогает ребенку действием – направляет, поддерживает.

Если дети выполняют общеразвивающие упражнения в звеньях, то инструктором по физической культуре контролирует правильность выполнения упражнений в передних рядах, а воспитатель – в задних.

Воспитатель помогает организовать детей к перестроению на выполнения основных видов движений.

Помогает построить детей для проведения подвижной игры. В ходе игры следит за дисциплиной, безопасностью детей, выполнением правил игры детьми;

Во время занятия может возникнуть необходимость вывести ребёнка из спортивного зала и это должен сделать воспитатель группы, чтобы не оставлять детей одних в зале.

**Моторная плотность занятия должна составлять в зале не менее 70%, на улице 85% от времени занятия.** Существуют разные способы организации детей во время занятия (обучения движениям):

* фронтальный,
* групповой,
* посменный,
* поточный.

Для выполнения основных видов движений, группа делится на подгруппы. С одной группой работает инструктор, а с другой воспитатель группы.

При организации поточного способа *(кругового)* воспитатель и инструктором по физической культуре делят *«станции»* между собой и следят на них за качеством выполнения упражнений.

Рассмотрим примерное распределение обязанностей при совместной работе инструктора по физической культуре и воспитателя *(варианты)*:

Инструктор занимается с ослабленными детьми, с отстающими по физической подготовленности воспитатель с остальными *(и наоборот)*;

Инструктор берет по одному ребенку для индивидуального обучения, воспитатель занимается со всеми детьми.

Инструктор работает с подгруппами детей, готовя их к выступлениям, воспитатель отрабатывает движения с другой подгруппой на спортивных снарядах;

Воспитатель помогает раздать оборудование. В раздаче и уборке оборудования *в старших группах привлекаются дежурные*

СПОСОБЫ РАЗДАЧИ ПОСОБИЙ:

1. дети берут пособия по ходу движения в колонне;

2. ведущий в колонне раздает пособия;

3. воспитатель сам раздает пособия;

4. пособия заранее разложены по залу;

5. воспитатель «высыпает» пособия /мячи/

 После занятия:

* воспитатель помогает детям переодеться;
* организует уборку физкультурной формы;
* организует спокойную деятельность с детьми.

*Итак, воспитатель во время занятий по физической культуре:*

*• Следит за дисциплиной;* *следит за правильностью выполнения задания*

*• Оказывает помощь в раздаче оборудования;*

*• Осуществляет страховку;*

*• Участвует в анализе занятия;*

***Контроль здоровья детей.***

Рекомендации по режиму двигательной активности ребенка формируются на основе комплексной оценки его физического состояния, *проводимой в медучреждении, а также диагностики, проводимой персоналом детского сада.*

Допуск детей к занятиям после болезни осуществляет ст.медсестра.

*Эффективность занятий физическими упражнениями оценивается количественными (хронометрирование, построение физиологической кривой занятия) и качественными (медико-педагогический анализ занятия) характеристиками.*

В процессе занятий детей физическими упражнениями педагогом и **медсестра** осуществляется визуальный контроль их состояния.

Использованная литература:

1.СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» /от 15 мая 2013 г./

2. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений / Под ред. С.О. Фиипповой. – СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС»

3.Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду.» Программа и методические рекомендации, - М.: Мозаика-Синтез