



Методический опорный центр инструкторов по физической культуре

«Использование разнообразных форм двигательной активности при развитии физических качеств у детей дошкольного возраста»

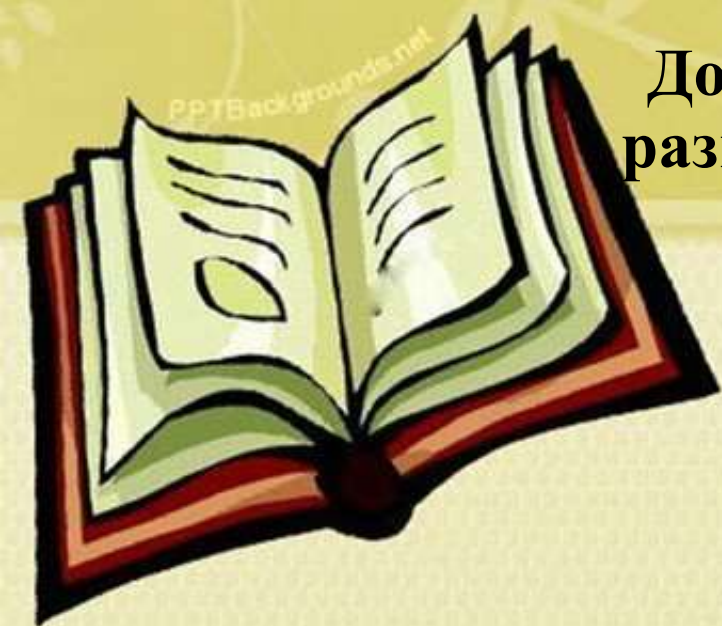
(мастер класс из опыта работы инструкторов по физической культуре)

Подготовила: Мурзина Е.М. инструктор по физической культуре
МАДОУ детский сад №11 г. Павлово.



Блиц - опрос «Физические качества личности».

1. Способность человека быстро осваивать новые движения, а также перестраивать их в соответствии с меняющейся обстановкой.
2. Способность человека сохранять устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений и поз на приподнятой и уменьшенной поверхности.
3. Способность человека выполнять движения в наикратчайшее время.
4. Способность человека выполнять физические упражнения допустимой интенсивности как можно дольше.
5. Степень напряжения мышц при их сокращении.
6. Способность достигать наибольшей величины амплитуды движений отдельных частей тела в определенном направлении.
7. Способность человека определять расстояние с помощью зрения и мышечных ощущений.
8. Ребёнок быстро поднимается вверх по гимнастической стенке, не пропуская реек, опускается медленно, останавливается, приставляя ногу.



Доклад руководителя МОЦ Мурзиной Е.М «Использование разнообразных форм двигательной активности при развитии физических качеств у детей дошкольного возраста»

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО), утвержденный приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 определяет, что сохранение и укрепление здоровья ребенка – ведущая задача для дошкольников



Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей:

- формирования у детей интереса и целостного отношения к занятиям физической культурой.
- гармоничное физическое развитие
 - через решение следующих специфических задач:*
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.



К физическим качествам относятся:

- быстрота;**
- сила;**
- выносливость;**
- гибкость;**
- ловкость.**

Формы организации двигательной активности детей в ДОУ



- Образовательная деятельность по физической культуре
- Физкультурно- оздоровительные мероприятия в режиме дня
- Самостоятельная двигательная деятельность, возникающая по инициативе детей
- Индивидуальная работа
- Активный отдых



Выступления инструкторов по физической культуре





Упражнение «Надежда»



«С этим огнём я связываю надежду на то, что мы с вами сегодня интересно, познавательно провели время, надеюсь на наши дальнейшие встречи, нам есть чему поучиться друг у друга.

Желаю вам дышать полной грудью, улыбаться ветру в лицо, уверенно шагать в завтрашний день».