



## Реализации ФОР ДО: физическое развитие дошкольников.

Латыпова Расиля Ильдусовна, доцент кафедры дошкольного и начального общего образования  
ГАОУ ДПО «Институт развития образования Республики Татарстан»,  
кандидат педагогических наук





## СТРУКТУРА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ



### ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ п. 22



Решение задач воспитания направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье» п. 22.8

**ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
от 2 месяцев до 1 года п. 22.1.

**ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
от 1 года до 2 лет п. 22.2.

**ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
от 2 лет до 3 лет п. 22.3.

- Основная гимнастика
- Подвижные игры и игровые упражнения
- Формирование основ здорового образа жизни

от 3 лет до 4 лет  
п. 22.4.

от 4 лет до 5 лет  
п. 22.5.

от 5 лет до 6 лет  
п. 22.6.

от 6 лет до 7 лет  
п. 22.7.



**ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- Основная гимнастика
- Подвижные игры
- Грамматический строй речи
- Спортивные упражнения
- Формирование основ здорового образа жизни
- Активный отдых

## 22. Физическое развитие.

### 22.1. От 2 месяцев до 1 года.

#### 22.1.1. В области физического развития основными задачами образовательной деятельности являются:

- обеспечивать охрану жизни и укрепление здоровья ребёнка, гигиенический уход, питание;
- обеспечить охрану жизни и здоровья ребенка, гигиенический уход, питание;
- организовать физиологически целесообразный режим жизнедеятельности и двигательную деятельность детей обучая основным движениям (бросание, катание, ползание, ходьба)...
- поддерживать положительную эмоциональную реакцию при выполнении движений, чувство удовлетворения и радости от совместных действий ребёнка с педагогом в играх-забавах.



1) С 2 месяцев педагог оказывает помощь в удержании головы в вертикальном положении, повороте её в сторону звука, игрушки; побуждает переворачиваться со спины на бок (к 4 месяцам), на живот (к 5 месяцам), с живота на спину (к 6 месяцам); побуждает захватывать и удерживать игрушку; дотягиваться до игрушки, подползать к ней; проводит комплекс гимнастики...

2) С 6 месяцев педагог помогает осваивать движения, подготавливающие к ползанию, поощряет стремление ребёнка ползать, самостоятельно садиться из положения лежа и ложиться из положения сидя, сидеть; помогает вставать и стоять с поддержкой, переступать, держась за опору (к 8 месяцам); побуждает к манипулированию предметами (берет, осматривает, перекладывает из руки в руку, размахивает, бросает и другое)...





## Физическое развитие от 2 месяцев до 1 года

2024  
ГОД СЕМЬИ

3) С 9 месяцев педагог создает условия для развития ранее освоенных движений, упражняет в ползании в разных направлениях, вставании, перешагивании, побуждает приседать и вставать, делать первые шаги вдоль опоры при поддержке за руки, за одну руку, самостоятельно; ходить за каталкой, при поддержке подниматься на ступеньки; брать, держать и бросать мяч;

вызывает эмоциональный отклик и двигательные реакции на игровые действия и игры-забавы ("Поехали-поехали", "Сорока-сорока", "Ладушки", "Коза рогатая", "Пташечка-перепелочка" и другое) и ритмичную музыку; проводит комплекс гимнастики и закаливания; начинает формировать первые культурно-гигиенические навыки, приучает к опрятности.



### 22.2.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком;
- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
- поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;
- привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;



### 22.3.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.



### 22.4.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.



## 22.4. Спортивные упражнения

Катание на санках по прямой, перевозя игрушки или друг друга.

Катание на лыжах: по прямой ступающим и скользящим шагом.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Плавание: погружение в воду, игры с плавающими игрушками в воде.



## 22.5.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.





## Физическое развитие от 4 до 5 лет

2024  
ГОД СЕМЬИ

### 22.5. Спортивные упражнения

Катание на двухколесном велосипеде, самокате

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой»

Плавание: погружение в воду с головой, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде

Физкультурные праздники 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки.





## Физическое развитие от 5 до 6 лет

2024  
ГОД СЕМЬИ

### 22.6.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- развивать умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, упражнений, туризме как форме активного отдыха;



22.6. Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр.

- Городки: бросание биты с боку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 2-3 фигур.
- Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.
- Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении, игра с педагогом.
- Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку, игра по упрощенным правилам.



### 22.7.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать **туристские** навыки;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;



### 22.7.1. Спортивные игры

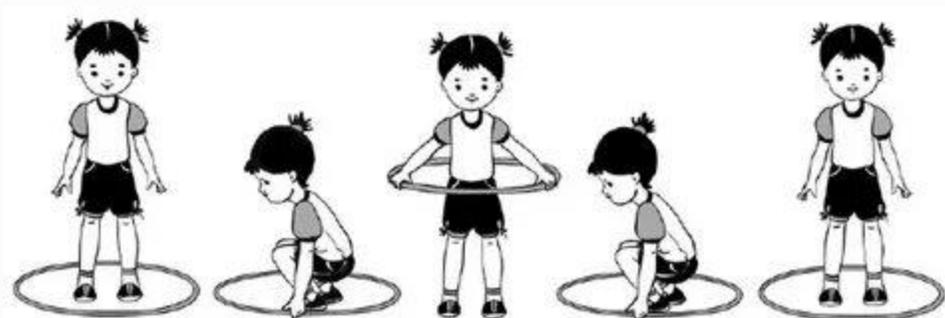
- Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4–5 фигур...
- Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча...
- Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.
- Элементы хоккея: (без коньков – на снегу, на траве)
- Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.
- Элементы настольного тенниса: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену; подача мяча через сетку после его отскока от стола.

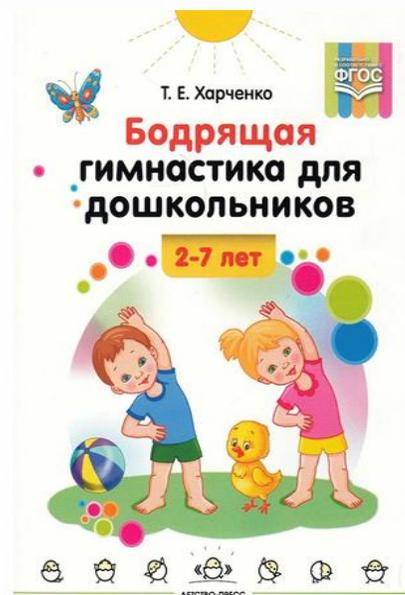


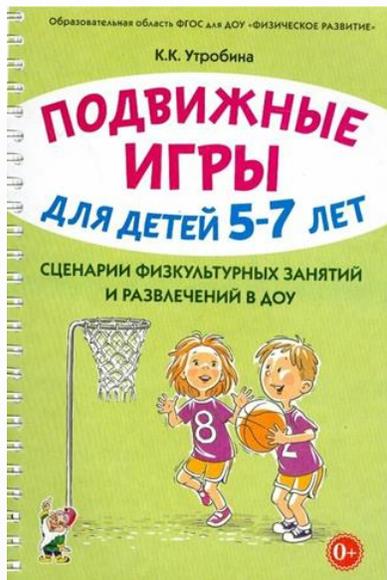
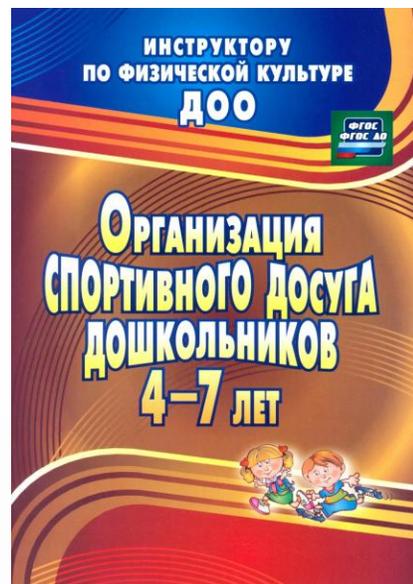
## 29.2.2.5. Физическое и оздоровительное направление воспитания

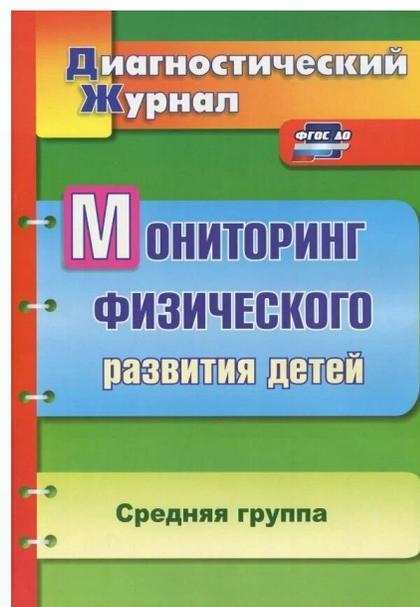
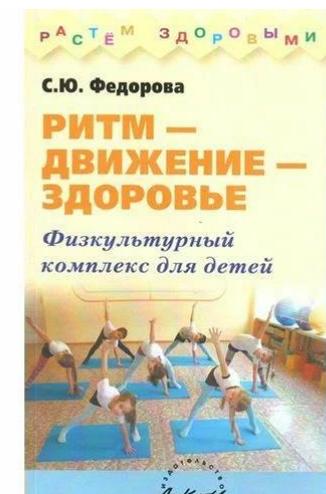
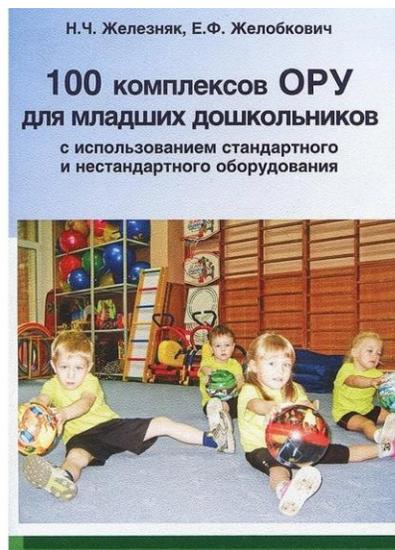
7) Решение задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье».

- Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.
- Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становление осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия





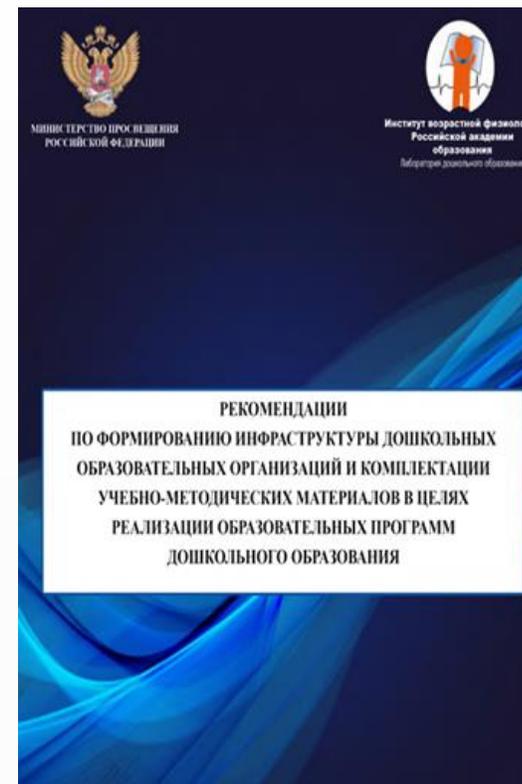






Рекомендации по формированию инфраструктуры дошкольных образовательных организаций и комплектации учебно-методических материалов в целях реализации образовательных программ дошкольного образования (утв. Министерством просвещения РФ 26 декабря 2022 г.)

- Рекомендации призваны обеспечить создание образовательного пространства, которое будет гарантировать охрану и укрепление физического и психологического здоровья, эмоционального благополучия воспитанников в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования



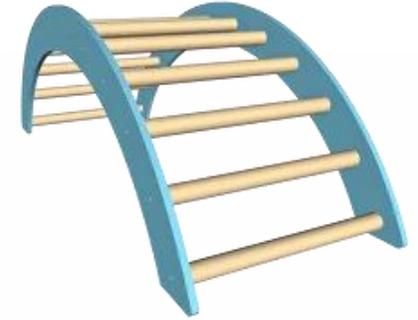
**КОМПЛЕКТ ПИКЛЕР МИНИ**  
шлифованный  
**ГОРКА ЛЕСЕНКА**



натуральная береза



сертификат соответствия



**Треугольник пиклера**  
**+ Горка скалодром**













ГАОУ ДПО ИРО РТ  
<http://irort.ru/ru>

**Приглашаем к сотрудничеству!**

Кафедра дошкольного и  
начального общего образования



ВНЕДРЕНИЕ  
ФЕДЕРАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

