



Индивидуально- дифференцированный подход на занятиях по физической культуре

Дегтярева Светлана Викторовна
Инструктор по физической культуре
Детский сад № 19





Индивидуализация дошкольного образования

Одним из принципов дошкольного образования, реализуемых в ФГОС ДО, является построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования



Задачи:

Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

Формирование среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей.





Состояние здоровья
под которым понимается уровень
функционирования всех органов и
систем организма; отсутствие
заболеваний; способность
адаптироваться в необычных условиях
окружающей среды; высокая
трудоспособность.





Отклонения	Противопоказания	Причины	Рекомендованно
Сердечно-сосудистой системы	- упражнения с резким изменением положения тела и темпа, - упражнения с задержкой дыхания, - упражнения с длительным статическим напряжением	вследствие неустойчивой вегетативной нервной системы нарушается кровоснабжение мозга, и могут возникнуть головокружение, нарушения функции сердца и сосудов, появиться отдышка, слабость, ухудшиться общее состояние, наступить необратимые изменения мышц и клапанного аппарата сердца	тренирующая нагрузка: - ходьба по ровной местности, - медленный бег, Ходьба на лыжах, - плавание, - ОРУ для мелких мышечных групп.
Повышенное АД	- подскоки, прыжки, - упражнения на развитие координации и тренировку вестибулярного аппарата	вызывают головокружение, тошноту, рвоту	- ОРУ, - игры средней подвижности, - танцевальные движения т.к. улучшают и нормализуют нарушенную регуляцию сосудистого тонуса, координацию двигательных актов
Расстройство носового дыхания	- быстрый темп выполнения упражнения, - задержка дыхания	Может привести к дыхательной аритмии, в результате которой сердце на вдохе сокращается чаще, чем на выдохе, появляются нарушения различного характера во всех органах и системах	- упражнения с протяжным вдохом, - звуковая гимнастика (произношение звуков на выдохе), - упражнения для мышц верхних конечностей и грудной клетки, - дыхательные упражнения с сопротивлением (игра на дудочке) т.к. тренируют дыхательную мускулатуру и улучшают проходимость бронхов
Ослабленные дети	- длительные пробежки, - игры большой подвижности	Вызывают напряжение и усталость	игры средней подвижности



Уровень физической подготовленности, под которым понимается характер освоенных навыков основных видов движений, состояние физических качеств





Уровень двигательной активности
под которой понимается объем,
продолжительность, интенсивность
и содержание движений.





Дети средней подвижности отличаются наиболее ровным и спокойным поведением, равномерной подвижностью на протяжении всего дня.





**Малоподвижного ребенка
нужно все время
активизировать, привлекать
в процесс подвижной игры.**





Дети большой подвижности
всегда заметны, хотя и
составляют от общего
числа детей примерно 1/4
часть.





Половые особенности детей.

Мальчики больше проявляют интерес к спортивным играм. **Девочкам** больше нравятся сюжетные подвижные игры, в основном с бегом, а также бессюжетные игры с мячами.







Занятия физическими упражнениями имеют большие возможности в формировании **мужественности у мальчиков и женственности у девочек.**

Учет половых особенностей дошкольников позволяет добиться высоких результатов в организации двигательной деятельности, способствуя развитию **физических возможностей личности ребенка,** заложенный самой природой.





Таким образом, работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста ведется с учетом **возрастных и индивидуальных особенностей детей**, постоянно внедряются современные педагогические технологии, своевременно осуществляется коррекция нарушений физического развития детей.



БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ !

