

Грезина Светлана Александровна

воспитатель

Руднева Светлана Владиславовна

воспитатель

Проскурина Елена Николаевна

воспитатель

Мокроусова Наталия Алексеевна

воспитатель

Левыкина Лилия Валентиновна

воспитатель

МАДОУ ЦРР – Д/С №47 «Лесовичок»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ЕДИНСТВО ДЕТСКОГО ОРГАНИЗМА И ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ РЕБЕНКА-ДОШКОЛЬНИКА

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы физического развития дошкольников посредством использования естественных и выработанных специально в процессе воспитания средств развития.

Ключевые слова: физическое развитие, устойчивость организма, окружающая среда, формы организации, двигательная активность.

Дошкольный возраст – от рождения ребенка до поступления в школу – наиболее ответственный период развития организма и один из важнейших в становлении личности человека. С первых мгновений появления на свет ребенок приспосабливается к своему существованию. Он осваивает основные законы жизни. Взаимодействуя с внешней средой, ребенок постепенно приобретает способность к гармонии с ней. Учитывая потенциальные возможности ребенка, взрослые оказывают воспитательное воздействие на него. Это прежде всего выражается и в заботе о физическом здоровье малыша, его духовном, интеллектуальном, нравственном и эстетическом развитии. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые

шесть лет. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Физическое благополучие ребенка зависит от соответствия темпа роста и развития организма существующим биологическим законам; социальное благополучие оценивается условиями жизни, обучения и воспитания, организацией отдыха и питания, технологией образования. Социальное здоровье ребенка тесно связано с его духовным миром, нормой поведения, образом жизни, мотивацией на сохранение и укрепление здоровья. Все аспекты здоровья тесно взаимосвязаны. Критерии, входящие в характеристику социального здоровья ребенка, могут совпадать с критериями воспитанности, социализированности, поскольку источник этих явлений общий. Структурными компонентами социального здоровья ребенка являются следующие элементы: социальная направленность личности человека, включающая социальные потребности, мотивы, мировоззрение, установки, ценности, социально-одобряемые цели деятельности.

Объективные условия жизни и вытекающая из них необходимость внутренних и внешних перемен свидетельствует о необходимости стратегических изменений в организации жизнедеятельности дошкольного образовательного учреждения с целью создания системного комплекса методов и приемов оптимизации психолого-педагогического воздействия на воспитание детей. На сегодняшний день нельзя ограничиться только пропагандой педагогических знаний, в которых родители лишь пассивные участники, необходимо эффективнее использовать формы, на которых знания преподносятся в процессе активного сотрудничества педагогов и родителей, активного их взаимодействия. В связи с этим огромное значение в физическом воспитании дошкольников отводится дошкольным организациям, которые направляют и пропагандируют внедрение единой системы воспитания, которое ориентирует на новый целевой подход – формирование физической культуры личности. Рассматривая физическое воспитание как основной аспект в воспитании социально здоровой и творческой личности, каждый педагог реализует основные его направления, которые в себя включают дви-

гательную деятельность, организованную в течение всего дня пребывания ребенком в детском саду, посредством которой у ребенка формируются необходимые социальные навыки.

Двигательное творчество раскрывает ребенку моторные характеристики собственного тела учит относится к движению как к предмету игрового экспериментирования. Основное средство его формирования – эмоционально окрашенная двигательная активность, с помощью которой дети в воображаемую ситуацию, через движения тела учатся выражать свои эмоции и состояния, искать творческие композиции, создавать новые сюжетные линии, новые формы движений.

Особую значимость в формировании двигательного творчества дошкольников имеют игровые двигательные задания, подвижные спортивные игры, спортивные развлечения, которые всегда интересны детям. Они обладают большим эмоциональным зарядом, отличаются вариативностью составных компонентов, дают возможность быстро осуществлять решение двигательных задач. Дети учатся придумывать двигательное содержание к предложенному сюжету, самостоятельно обогащать и развивать игровые действия, создавать новые сюжетные линии, новые формы движения. Это исключает привычку механического повторения упражнений, активизирует в доступных пределах творческую деятельность по самостоятельному осмыслению и успешному применению знакомых движений в нестандартных условиях. Постепенно коллективное творчество, организуемое взрослым, становится самостоятельной деятельностью детей.

Важная характеристика личности – ее направленность, система ведущих мотивов в поведении. Двигательная деятельность способствует формированию одной из важных потребностей человека – в здоровом образе жизни. Она представляет собой отношение человека к собственной деятельности, поддерживающей и укрепляющей его здоровье. Здоровье ребенка, с которым в смысловом отношении связан термин «здоровый образ жизни», – показатель уровня развития общества, в котором он живет.

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. У детей укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы быть здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой окружающей среды и помещения, а также соблюдать правила гигиены.

Знакомя с физическими упражнениями, дети получают элементарные представления о строении собственного тела, функциях и назначениях внутренних органов и систем организма. Через систему специальных упражнений и игр дети знакомятся с признаками здоровья (правильная осанка, походка), учатся защищаться от микробов, избегать опасных мест, при необходимости – оказывать себе и другим элементарную помощь. Чем скорее ребенок осознает необходимость своего непосредственного приобщения к богатствам физической культуры, тем скорее у него сформируется важная потребность, отражающая положительное отношение и интерес к физической стороне своей жизни.

Именно в дошкольном возрасте начинает складываться самооценка, которая является отражением оценочных суждений окружающих, прежде всего взрослых. Формирование самооценки в процессе двигательной деятельности предполагает: привлечение внимания ребенка к художественному образу, «картине мира» окружающей его природы; к способности создавать собственный художественный образ – «образ красивого тела»; красивому двигательному поведению окружающих взрослых.

Это раскрывается в увлекательной двигательной деятельности, которая связана с установкой на результат. Сюда могут относиться игры – драматизации, спортивные и подвижные игры, спортивные упражнения, игры – эстафеты.

Занимаясь физической культурой, ребенок оценивает себя по усилиям, которые он приложил для достижения поставленной цели. Так развиваются такие личностные качества, как самоуважение, совесть, гордость.

В сложных действиях проявляется воля ребенка – преодоление препятствий при достижении поставленной цели. Действенными факторами воспитания воли дошкольника могут служить условия, побуждающие к преодолению трудностей.

Большое значение имеет применение методов стимулирования волевых усилий, контроль и учет степени развития волевых качеств.

Двигательная деятельность активизирует нравственное развитие личности ребенка. Это выражается в формировании сочувствия, стремления к оказанию помощи, дружеской поддержки, чувство справедливости, честности, порядочности.

Педагоги стараются показать зависимость общего результата от выполнения каждым ребенком определенных действий, от доброго и справедливого отношения к товарищам. Наличие игровой ситуации способствует поддержанию ситуации успеха у всех. Таким образом, занятия физическими упражнениями – важный фактор формирования личности ребенка дошкольника

Реализуя приоритетные задачи по сохранению и укреплению здоровья, по повышению устойчивости организма к быстро меняющейся внешней среде система физического воспитания, разработанная конкретным дошкольным учреждением, предусматривает обоснованный режим закаливания, который выражается в разнообразных формах организации двигательной деятельности: утренней гимнастики, занятиях, подвижных играх и спортивных упражнениях. При этом необходимо учитывать и погодные условия.

Работа по закаливанию проводится на протяжении всего времени. Большое внимание уделяется таким закалывающим процедурам в условиях дошкольной организации таким, как:

- гимнастика после сна;
- босохождение по дорожкам «здоровья»;
- оздоровительный бег;
- дыхательная гимнастика;
- воздушные и солнечные ванны в летний период.

Условием нормального развития организма является двигательная активность. Именно двигательная активность как основа жизнеобеспечения

Индивидуальному приспособлению ребенка к окружающей социальной среде поспособствуют различные навыки, привычки, режим жизни, культура поведения, осознанное отношение к окружающей жизни, гармоничное развитие его личности.

Огромную роль в развитии ребенка играют особенности его нервной системы. Учитывая потенциальные возможности организма, особенности нервной системы, необходимо правильно организовать процесс физического воспитания. Исходя из врожденных особенностей нервной системы ребенка и роли внешних воздействий на ее формирование, обеспечивается оптимальный режим (полноценный сон, дозировка занятий, двигательная активность, время пребывания на воздухе, система закаливания).

Особое значение имеет микроклимат группы, эмоционально-положительная обстановка в ней, знание типологических особенностей каждого ребенка. Ведь приход утром в детский сад связан с болезненным расставанием, тревогой эмоциональным дискомфортом у многих детей и родителей. Именно поэтому воспитатели успешно используют приемы и формы работы, что позволит:

- успешно адаптироваться к условиям детского сада;
- развить навыки социального поведения, самостоятельности;
- снять напряжение и плавно переключиться с одного вида деятельности детей на другой.

Физическое воспитание содержит неограниченные возможности для всестороннего развития ребенка. Оно помогает ему раскрыть свои двигательные способности, мобилизовать психические и физические силы. Именно благодаря физическим упражнениям, воздействующим на развитие всех систем организма, формируются психофизические качества, культура чувств, нравственные и интеллектуальные особенности личности, культура жеста.

Физическая культура приводит его к телесной гармонии, воспитывает эстетическое чувство от ощущения телесного здоровья, без которого немислим творческий процесс оздоровления организма. Физическая культура как творческая деятельность, не ограничиваясь самовыражением в сфере активной двигательной деятельности, в конечном счете содействует развитию мышления, воображения, желания придумать новое, а затем практически реализовать свой замысел.

Таким образом, заботясь о социальном, психическом, физическом здоровье подрастающего поколения, мы создаем благоприятную почву для сбережения, накопления составляющих духовного наследия нации.

Список литературы

1. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания дошкольного возраста [Текст] / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкие. – М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2001. – 176 с.
2. Доскин В.А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры [Текст] / В.А. Доскин, Л.Г. Голубев. – М.: Просвещение, 2002. – 110 с.
3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3–7 лет) [Текст] / Л.И. Пензулаева. – М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2001. – 128 с.
4. Погадаев Г.И. Физкульт – Ура! Физическая культура дошкольников [Текст] / Г.И. Погадаев. – М.: Школьная пресса, 2003. – 96 с.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – 2-е изд. – Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.
6. Психологические особенности физического воспитания детей дошкольного возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.bestreferat.ru/referat-1311.html> (дата обращения: 27.07.2016).