

Кудинова Елена Анатольевна

воспитатель

Шапошник Людмила Юрьевна

воспитатель

Швец Маргарита Николаевна

инструктор по физической культуре

МБДОУ Д/С №49 г. Белгорода

г. Белгород, Белгородская область

**РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ
ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ РЕАЛИЗАЦИИ
ПАРЦИАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
«ВЫХОДИ ИГРАТЬ ВО ДВОР»**

Аннотация: в данной статье рассмотрена проблема физического воспитания дошкольников. Обоснована актуальность исследуемой темы. Обобщен практический опыт организации работы по физическому развитию и укреплению здоровья дошкольников на примере парциальной программы дошкольного образования. Отражены цели и задачи исследуемой программы.

Ключевые слова: физическое воспитание, дошкольники, здоровье, физическое развитие, народная подвижная игра.

Весьма остро вопрос о физическом воспитании дошкольников стоит в современном обществе, который очень беспокоит миллионы родителей. Занятия спортом или общеукрепляющие упражнения в современном мире стали очень модными, многие следят за правильным питанием, тщательно следят о своём здоровье. И, несмотря на это, статистика неумолимо говорит, что в школу поступают абсолютно здоровыми лишь 4% детей, поскольку современные дети страдают от многих пагубных факторов.

Широко распространено заблуждение, что физическое воспитание касается лишь развития физических кондиций ребёнка, но этим оно не ограничивается.

Также к физическому воспитанию малыша можно причислить укрепление и сохранение его здоровья. Маленький ребёнок ещё не способен самостоятельно, без помощи взрослых заботиться о собственном здоровье. Поэтому именно взрослые, и, в первую очередь, родители обязаны позаботиться о создании для своего малыша такой благоприятной среды, которая обеспечила бы ему полноценное физическое развитие. В эту среду входят:

- безопасность жизнедеятельности;
- режим дня;
- правильное питание;
- организация двигательной активности и прочее.

Важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка, развития у него физических навыков и умений является дошкольное детство. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования нацеливает содержание образовательной области «Физическое развитие» на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к собственному здоровью и занятиям физической культурой, спортом, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (владение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Охрана жизни и укрепление здоровья дошкольников остается приоритетным направлением в работе нашего дошкольного учреждения.

С декабря 2016 года коллектив МБДОУ №49 является участником регионального проекта «Создание региональной системы личностного развития дошкольников в условиях реализации ФГОС дошкольного образования» («Дошкольник Белогорья») (идентификационный номер 10078762).

Дошкольный возраст считается очень плодотворным в плане укрепления здоровья детей и приобретения ими полезных навыков. Большинство привычек у детей постарше уже сформировались и под действием окружения способны лишь видоизменяться.

Физическое развитие детей по ФГОС дошкольного образования является такой программой, которая ставит главной целью привитие подрастающему поколению чувства необходимости занятий физическими упражнениями и укрепления выносливости своего организма. Основные пункты, предлагаемые этой программой, нацелены на реализацию следующих целей:

- получение и развитие качеств и навыков, важных для формирования опорно-двигательного аппарата (силы, скорости, выносливости, гибкости и координации);
- качественное улучшение физических навыков детей и совершенствование основных движений при правильно подобранной нагрузке;
- воспитание тяги к регулярным физическим упражнениям и постепенному совершенствованию отдельных навыков.

При реализации всех этих пунктов ФГОС во внимание принимаются особенности каждого малыша и его возрастная категория. Их полезно применять в разнообразных детских занятиях: играх, взаимодействиях, познании окружающего мира.

Когда родители отправляют в детский сад своего ребёнка, им полезно поинтересоваться, какие там есть основные виды занятий, и как регулярно они проводятся. Чтобы лучше понять, что в ФГОС подразумевается относительно физической культуры, нужно ознакомиться с рекомендуемыми в качестве обязательных занятиями. При разработке упражнений нужно обязательно учитывать особенности детского физического развития в разные периоды.

Утренние упражнения являются первым важным пунктом ежедневных занятий. Дошкольника нужно приучать к самодисциплине, чтобы он был готов делать упражнения без напоминаний. Занятия лучше всего проводить на открытом

воздухе, но если погода не способствует занятиям, то их вполне можно перенести в дом. Нужно выбрать тот или иной вид утренней гимнастики, согласовав его с особенностями и желаниями малыша, среди них:

- утренний бег;
- игровые упражнения (инсценировка маленькой сказки);
- упражнения под любимую музыку, тренирующие чувство ритма;
- импровизированная дорожка с препятствиями;
- упражнения с обручем или скакалкой.

В рамках данного направления в образовательную деятельность включается реализация парциальной программы дошкольного образования «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошиной.

Цель – обеспечение равных возможностей для полноценного физического развития ребенка в период дошкольного детства с учетом интересов, потребностей детей и их родителей, специфики национальных и социокультурных условий, спортивных традиций региона.

Задачи программы:

- формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями;
- закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- воспитание положительных нравственно-волевых качеств;
- формирование культуры здоровья.

Несомненно, игра является ведущим видом деятельности детей дошкольного возраста. Ведь именно через игру ребенок познает мир, игра выступает в

роли мостика от мира детей к миру взрослых и используется педагогами как основа организации детского коллектива в совместной и самостоятельной деятельности. Воспитание самостоятельности – это развитие способности к независимым суждениям, действиям, развитие решительности и инициативы.

Через самостоятельную двигательную активность решаются задачи воспитания здоровьесберегающего поведения у дошкольников, формируется соответствующее двигательное поведение, что особенно важно в условиях современной жизни.

В настоящее время очень много пишется и говорится о важности приобщения детей к культуре своего народа. Обращение к наследию воспитываетуважение, гордость за свою малую Родину. Поэтому детям необходимо знать и изучать культуру своих предков. В этом направлении делается акцент на знание истории, культуры, традиций.

У каждого народа свои сказки, песни, танцы, игры и все они передают из поколения к поколению нравственные ценности: добро, совесть, честь, дружбу, взаимопомощь, трудолюбие. Кто не помнит неизменных пряток, ловишек, салочек! Когда они возникли?

Кто их придумал? На этот вопрос только один ответ: они созданы народом, зародились в далеком прошлом, в недрах народного быта, так же, как и сказки, песни. Особенно популярны такие игры, как горелки, жмурки, городки, игры с мячом.

Важнейшее достоинство народных подвижных игр состоит в том, что в своей совокупности они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений и поэтому являются уникальным и незаменимым средством физического воспитания детей.

Народная игра помогает воспитателю сплотить детский коллектив. В играх воспитывается сознательная дисциплина, дети приучаются к соблюдению правил справедливости, умению контролировать свои поступки, правильно и объективно оценивать поступки других.

Дети, освоившие программу «Выходи играть во двор» становятся инициаторами в организации подвижных игр во дворе, охотно передают свой игровой опыт малышам, включают в свои игры взрослых. На наш взгляд, использование в дошкольном возрасте игр с элементами спорта, как средства и формы организации физического воспитания, обеспечивает всестороннее развитие ребенка, создает условия для гуманизации педагогического процесса, превращает ребенка из объекта социально-педагогического воздействия в субъект активной творческой деятельности на основе развития внутренних мотивов к самосовершенствованию. Обучение этим играм обеспечивает всем детям равные права в овладении ценностями физической культуры и каждому ребенку право выбора, представляет возможности для проявления личных интересов и способностей.

Естественно, что достичь этих результатов возможно при условии не насильственного стимулирования моторного развития. Утрата массовости физкультурного движения, упадок «дворового спорта», невозможность для многих семей пользоваться платными услугами в сфере физического воспитания детей вызывают необходимость активизации и систематизации процесса обучения играм с элементами спорта в дошкольных учреждениях.

По словам доктора Е.А. Покровского «Направлять с детства жизнь человека к тем путям... к наилучшему здоровью. Для обеспечения этого положения первое, что нужно, – крепость сил и неуязвимость здоровья. Но как достигнуть этого? Путем постепенного укрепления организма с раннего возраста, а одно из лучших, вернейших и приятнейших средств – детские игры».

Список литературы

1. Физическое развитие детей [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://blogs.bebeshka.info/razvitie-i-obuchenie/fizicheskoe-razvitie-detey/> (дата обращения: 18.07.2017).