

Штанчикова Любовь Михайловна
инструктор по физической культуре
МБДОУ «Д/С №23 «Росиночка»
г. Пенза, Пензенская область

ПРИОБЩЕНИЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ЧЕРЕЗ ОРГАНИЗАЦИЮ ДЕТСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАНИЯ

Аннотация: в статье описывается организация экспериментальной деятельности на занятиях физической культурой с целью повышения интереса к ним.

Ключевые слова: детское экспериментирование, занятия физической культурой.

Детство – это радостная пора открытий. Познание окружающего должно проходить в непосредственном взаимодействии ребенка с миром людей, предметов и природы и разворачиваться, как увлекательное путешествие, так, чтобы он получал от этого радость.

В последнее время в системе дошкольного образования сформировался эффективный метод познания окружающего мира путем непосредственного контакта ребенка с этим миром. Новая, неизвестная ранее информация, усваивается ребенком намного быстрее, когда ребенок слышит, видит и делает сам. На этом и основано активное внедрение детского экспериментирования в практику работы детских дошкольных учреждений.

Детское экспериментирование взаимодействует со всеми видами образовательной деятельности: коммуникативной, игровой, познавательно-исследовательской, двигательной, музыкальной и трудовой.

Оздоровительная физкультура в детском возрасте – это часть системы оздоровительного комплекса. С рождения и до семи лет у ребенка закладываются основы всесторонней двигательной активности. Растить детей здоровыми, сильными и жизнерадостными – основная задача дошкольных учреждений. В

процессе образовательной деятельности по физическому воспитанию, в основу которой положен игровой метод, у детей формируются физические навыки и умения, воля и сознание. Это помогает поддерживать дисциплину, создает благоприятный эмоциональный настрой дошкольника. Физкультура должна приносить ребенку радость, пробуждать у него интерес к движению, стимулировать физическую активность, развивать потребность в разных видах упражнений и подвижных играх. С этой целью инструкторам по физическому воспитанию необходимо широко использовать разные приемы и методы, чтобы поддерживать интерес детей к занятиям. Внедряя экспериментирование в образовательную область «Физическое развитие», необходимо показать дошкольникам, насколько важно сохранять и укреплять свое здоровье, постараться привить любовь к занятиям физической культурой, приобщать родителей к проведению совместных спортивных праздников и развлечений.

В процессе организации экспериментальной деятельности с детьми инструктор ставит перед детьми проблему, учит выдвигать гипотезы, делать выводы и умозаключения. Живое общение при обсуждении проблем, высказывание самых необычных гипотез и выводов, стремление доказать свою правоту делают образовательную деятельность по физическому воспитанию более увлекательными и интересными.

Каждый детский эксперимент имеет строго определённую структуру.

Примерная структура занятия – экспериментирования в образовательной области «Физическое развитие»:

- постановка проблемы;
- выдвижение гипотез (возможные пути решения);
- проведение опыта, эксперимента;
- анализ и обобщение полученных результатов (подтвердилось – не подтвердилось);
- формулирование выводов.

В ходе экспериментальной деятельности необходимо наблюдать за детьми, за их желанием самостоятельно экспериментировать, с помощью наводящих

вопросов формировать умение выделять главное, сравнивать объекты (например, футбольный и волейбольный мячи), находить между ними сходство и различия. В образовательной деятельности по физическому развитию с детьми старшего дошкольного возраста можно проводить следующие эксперименты:

- измерение расстояния большими и маленькими шагами;
- сравнение упругости мячей при ударе об пол;
- определение сложности преодоления препятствия в зависимости от его ширины и высоты;
- определение удобного способа прокатывания и перебрасывания мяча друг другу с отскоком от пола из разных исходных положений;
- определение удобства пролезания под дугами разной высоты и т. д.

По окончании экспериментов у детей обычно возникает множество вопросов, в основе которых лежит познавательный мотив.

Внедрение детского экспериментирования в практику детских дошкольных учреждений объединяет все образовательные области в единую систему и на сегодняшний день является одним из эффективных методов познания, наиболее полно соответствующим природе ребенка и отвечающим современным задачам обучения.

Организации исследовательской деятельности включает цикл исследований в области «Физическое развитие» с детьми старшего дошкольного возраста.

Цикл исследований «Мое тело»

Цели:

- познакомить детей со строением человеческого организма;
- воспитывать желание быть красивым и здоровым;
- формировать у детей бережное и заботливое отношение к собственному здоровью и здоровью других людей;
- дать знания о строении тела человека, о его болезнях, ценностях человеческой жизни.

Эксперимент 1 «Крепкие ноги»

Дети делятся на две команды. По команде инструктора одна команда замирает на месте, стоя на двух ногах, а другая – на одной. Для сравнения и подведения итогов, команды выполняют противоположные задания.

Цель эксперимента: доказать, что ноги служат человеку опорой и удерживают тело в равновесии. На одной ноге устоять тяжелее, чем на двух. Человек без нижних конечностей не сможет передвигаться. Подвести детей к выводу, что ноги нужно укреплять, заниматься бегом или спортивной ходьбой.

Эксперимент 2 «Гимнасты»

Перед проведением эксперимента можно опросить детей, кто дольше простоят на мяче и почему? А затем провести эксперимент.

В эксперименте могут участвовать два ребенка или две подгруппы, в зависимости от наличия оборудования. Одному участнику эксперимента дается задание встать двумя ногами на узкую сторону скамейки или мяч (необходима страховка), руки служат балластом равновесия. Второй участник встает двумя ногами на фитбол, при этом руками держится за опору (шведская стенка). Необходима страховка. Остальные дети наблюдают, кто дольше удержится (при правильном проведении эксперимента, ребенок на фитболе должен простоять дольше). Если участник эксперимента, стоявший на фитболе, опускает руки, он теряет равновесие и падает.

Цель эксперимента: показать детям, что для удержания равновесия большую роль играют и руки. На узких, скользких, неровных поверхностях служат балластом и помогают человеку удержать равновесие.

Эксперимент 3 «Стойкий солдатик»

В эксперименте участвует один или несколько детей. Предложить ребенку встать на мягкую неустойчивую поверхность (подушка, мат). Затем дается задание: попытаться сохранить равновесие, стоя на одной ноге. Можно эксперимент усложнить, если ребенку завязать глаза и опустить руки.

Цель эксперимента: доказать, что все движения человека согласованы. За координацией движений отвечает головной мозг. Он дает указания мышцам.

По итогам проведенных циклов исследования инструктор по физической культуре обобщает выводы и проводит анализ ожидаемых результатов:

- увеличение объема двигательных умений и навыков;
- повышение физической работоспособности, творческого потенциала, укрепление здоровья;
- активизация двигательной деятельности детей, стремление к самосовершенствованию;
- возрастание заинтересованности педагогов, родителей, детей, что в совокупности дает достижение высоких спортивных результатов.

Приложение

Конспект занятия-эксперимента по физической культуре

с детьми старшего возраста

Задачи:

1. Дать представление об эталоне времени «*1 минута*».
2. Активно использовать опыт игровой и практической деятельности детей (*«Почему мячик катится?»*).
3. Развивать словарь детей за счет слов, обозначающих свойства предмета (цвет, форма, величина, степень отдаленности (*высоко-низко, далеко-близко*)).
4. Упражнять в прокатывании мячей друг другу; в отбивании мяча о пол; в ползании на коленях и ладонях; по-пластунски; в прыжках через барьеры.
5. Развивать ловкость, быстроту, сообразительность, взаимопомощь, умение размышлять и делать выводы.

Ход занятия.

– Ребята, сегодня у нас волшебное занятие. Мы будем проводить эксперименты. Посмотрите, у нас в зале разложено много знакомых вам предметов, с которыми вы играете каждый день (*кубики, мячи, барьеры*). Как вы думаете, какие упражнения мы можем выполнять с этими предметами? (*ответы детей*).

– А сегодня мы узнаем много нового и интересного об этих предметах. Дети идут по залу обычным шагом, на носках, на пятках, огибая разложенные на

полу предметы, бег обычный, змейкой; с перепрыгиванием через предметы, ходьба обычная.

– Как вы думаете, почему нельзя перепрыгивать через мяч? (*он покатится*).

– А почему мяч катится? (*круглый*).

– А почему подпрыгивает? (*легкий, надут*).

– Начинаем самые главные эксперименты.

Дети выполняют ОВД:

1) прокатывание мячей друг другу из разных и. п.: присев в наклоне, стоя на коленях, сидя, ноги врозь;

– Как легче и удобнее было выполнять это упражнение?

2) перебрасывание друг другу мячей с отскоком от пола из разных и. п.: стоя; стоя на коленях; сидя на пятках; сидя, ноги вперед;

– Как удобнее выполнять?

3) для чего нужны дуги? (*ответы детей*).

Дети проползают под дугами разной высоты (3 шт.) на корточках (руки на коленях); на ладонях и коленях; по-пластунски.

– Под какой дугой удобнее проползать?

– Каким способом легче ползти?

4) а теперь попробуем перепрыгнуть через предметы. Как вы думаете, через какие предметы перепрыгнуть легче? Можно ли перепрыгнуть через мяч? (но опасно).

Дети перепрыгивают через барьера, подтверждая или опровергая свое предположение.

5) а теперь поиграем с кирпичиками (*строительный материал*). Встаньте на кирпичик ногами (*стоять удобно, кирпичик широкий*). А теперь поставьте кирпичик на боковую часть (*узкая*). На нем можно стоять? (*нет, трудно, падаем*). Почему?

– Ну, а теперь, пользуясь своими наблюдениями, мы построим домик для куклы. Дети делятся на 2 команды. У каждого в руках часть строительного ма-

териала. По сигналу бегут по очереди и пытаются построить домик (*4 стены + крыша*).

Задача: дом не должен упасть, рассыпаться.

– Почему домик не крепкий? (*не ровно поставили стены, криво установили крышу и т. п.*) Играем 2 раза. Подводим итог. (Бегали долго, старались сделять быстрее, стены ставили не ровно – дом упал.)

– А сейчас поиграем по- другому. Мы не будем бегать, а построим домики в разных частях зала. Для выполнения задания вам дается 1 минута. 1 минута – это эталон времени во всем мире. 1 минута – это прохождение секундной стрелкой 1 круга на часах. Для кого-то 1 минута – это очень мало, а кто-то успевает построить дом.

По команде дети начинают строить домик, каждая команда на своей стороне зала. По истечении минуты проверяется задание.

– Когда легче было выполнять задание? Почему?

– Молодцы, сегодня вы узнали много интересного о привычных вещах, выполняли упражнения из разных и. п.; интересно, необычно отвечали на вопросы.

– А что вам больше всего запомнилось?

– А что такое эталон «1 минута»?

– Вы сегодня молодцы, были очень внимательны, помогали друг другу, старались все выполнять правильно.

Список литературы

1. Иванова Е.В. Проектная деятельность в детском саду. – Волгоград: Учитель, 2015.
2. Исакова Н.В. Развитие познавательных процессов у старших дошкольников. – СПб.: Детство-Пресс, 2013.
3. Мартынова Е.А. Организация опытно-экспериментальной деятельности детей 2–7 лет / Е.А. Мартынова, И.М. Сучкова. – Волгоград: Учитель, 2011.
4. Рыжова Л.В. Методика детского экспериментирования. – СПб.: Детство-Пресс, 2014.

5. Экспериментально-исследовательская деятельность старших дошкольников как средство приобщения их к занятиям физической культурой и спортом [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://journal.preemstvennost.ru/10-03-2016/1274> (дата обращения: 01.11.2019).