

Макарова Елена Владимировна

ВОСПИТАТЕЛЬ

Власенко Милена Сергеевна

ВОСПИТАТЕЛЬ

Дубракова Наталья Николаевна

ВОСПИТАТЕЛЬ

МБДОУ «Д/С №84»

г. Белгород, Белгородская область

АКТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ДЕТСКОМ САДУ

Аннотация: статья посвящена вопросу физического воспитания детей дошкольного возраста. Авторы расширили содержание методики организации физического воспитания для повышения эффективности обучения. Особое внимание уделяется методам воспитания, которые дают возможность всем детям развить физическую силу, выносливость, ловкость, быстроту реакции, сформировать потребность в физическом совершенствовании.

Ключевые слова: дошкольное образование, физическое воспитание, методика организации физического воспитания.

В настоящее время физическое развитие детей дошкольного возраста продолжает иметь особую значимость. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые годы жизни ребенка. Именно в дошкольном возрасте формируется физическое здоровье ребенка. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью всей учебно-воспитательной работы в детском саду и занимает приоритетное место в подготовке детей к жизни.

Работа по физическому воспитанию отличается многообразием форм, требующих от детей проявления организованности, инициативы. Это способствует воспитанию организационных навыков, активности, находчивости. Осуществляется в тесной связи с умственным, эстетическим воспитанием, физическое воспитание содействует всестороннему развитию ребенка. Наиболее важным разделом работы с детьми дошкольного возраста является правильная организация физического воспитания.

Главными, на наш взгляд, задачами физического воспитания дошкольников являются следующие:

- охрана и укрепление здоровья ребенка с целью нормального функционирования всех органов и систем организма;
- обеспечение своевременного и полноценного физического развития;
- развитие правильной координации движений;
- обеспечение бодрого уравновешенного состояния ребенка;
- воспитание культурно-гигиенических навыков.

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются как гигиенические факторы, естественные силы природы, так и физические упражнения. Полноценное физическое воспитание достигается при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по-своему влияет на организм человека. Для полноценного физического развития ребят, реализации потребности в движении в нашем ДООУ созданы определенные условия комплексного использования всех средств физического воспитания:

- создание системы двигательной активности в течение дня;
- утренняя гимнастика (ежедневно);
- прогулки с включением подвижных игр;
- пальчиковая гимнастика (ежедневно во время режимных моментов);
- зрительная, дыхательная, корректирующая гимнастика;
- оздоровительная гимнастика после дневного сна;
- ходьба по массажным коврикам, песку, гальке;
- спортивные досуги, развлечения, праздники (1 раз в месяц);

– дни здоровья (с привлечением родителей) 1 раз в квартал.

Безусловно, особое значение придается развитию движений и физической культуры на физкультурных занятиях. Поэтому мы используем различные варианты проведения физкультурных занятий:

– занятия по традиционной схеме;

– занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней малой интенсивности;

– занятия-соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

Важно привить дошкольникам вкус к занятиям физкультурой. Сделать это не просто. В дошкольном учреждении ребенок проживает треть своей дошкольной жизни. И эту жизнь его организуют сотрудники детского сада. Основная часть этой работы приходится на педагогов. Мы создаем развивающую среду для детей, организуем их двигательную активность.

Предварительно проанализировав данную проблему, был разработан проект «Чтоб здоровым быть сполна физкультура всем нужна». Разработанный проект включает в себя комплексы двигательно-оздоровительных игровых мероприятий. Эти мероприятия включаются в режим дня: в утреннюю гимнастику, физкультурные паузы между различными видами занятий в группе, в занятиях физической культурой. Они направлены на обучение детей основным двигательным навыкам, навыкам правильного дыхания, профилактику нарушений опорно-двигательного аппарата, формирование мотивации достижения успеха у дошкольников как условия, необходимого для потребности занятий физкультурой.

В процессе воспитательной деятельности стараемся так строить свою работу, чтобы дети много двигались. Недаром древнегреческие мудрецы говорили: «Хочешь быть здоровым – бегай!»

Для каждой формы двигательной активности был разработан комплекс методических рекомендаций, в который входит описание деятельности, а также предлагаются различные способы проведения. В данных разработках приводит-

ся перечень упражнений и двигательных заданий, которые можно выполнить в процессе игровой деятельности, а также дается описание подвижных игр и игровых упражнений с указанием цели и правил игры.

Для некоторых игр предлагается стихотворное сопровождение, предусматриваются различные варианты их проведения. Тематика и возрастная направленность подвижных игр отличается разнообразием. Так же разработаны несложные сюжетные игры для детей младшего дошкольного возраста, вместе с ними предлагается описание игр с правилами для детей средней группы.

Так же нами разработаны игры для формирования познавательной сферы ребенка, на закрепление навыков счета, для развития и активизации словаря («Шире шагай, цвет называй», «Паровозик» и другие). Подвижные игры вместе с тем помогают решать и другие задачи обучения. Разработанные в рамках исследования игровые упражнения нашли свое применение в проведении комплексов гигиенической гимнастики после дневного сна. Небольшие двигательные рассказы с занимательным сюжетом вызывают живой интерес у детей, позволяют сделать их пробуждение активным и бодрым.

Двигательно-игровые комплексы с успехом применялись при организации спортивных развлечений, что еще раз отражает их вариативность. Мероприятия по формированию основ двигательной активности у детей дошкольного возраста в течение дня, правильно составленный двигательный режим дают свои результаты: дети спокойны, активны, отсутствует плач, возбуждение, дети не отказываются от еды, они спокойно и быстро засыпают, крепко спят и просыпаются бодрыми.

Движение и игра для малыша не только жизненная необходимость – это сама жизнь. В своей работе используем игровую форму проведения занятий, зарядки, гимнастики пробуждения. Если ребенок много двигается, он быстрее и легче привыкает к новой обстановке. Малыши охотнее идут в группу, мгновенно перестают плакать, если переключаем их внимание на активную двигательную деятельность. Стараемся значительно разнообразить движения и в играх с использованием физкультурных пособий. Движение превращается в занима-

тельный сюжет, особенно если есть атрибуты для игры: шапочки с изображением различных животных, насекомых, жилетки с автомобилями, различные вещи для ряженья, нагрудные знаки и другое.

В процессе исследования было разработано и изготовлено многофункциональное спортивное пособие «Цветик-семицветик» (по названию нашей группы). Это цветок – массажер, большого диаметра весом около 2 кг. Применялось для укрепления мышц и связок стоп с целью предупреждения плоскостопия. Как вариант цветные лепестки использовались при обучении детей прыжкам через препятствия, бегу змейкой между предметами, при проведении общеразвивающих упражнений.

В ходе реализации проекта было изготовлено нестандартное многофункциональное физкультурное оборудование для подвижных игр и коррегирующих упражнений «Паровозик». Пособие сделано из легкого прочного материала. «Паровозик» представляет собой цепочку из ковриков с изображением вагонов разной геометрической формы, которые соединены между собой. Каждый вагончик разного цвета и формы. Это яркое цветное оборудование позволяет значительно разнообразить двигательную деятельность детей на физкультурных занятиях и в режимных моментах, организовать множество увлекательных коррегирующих упражнений, интересно провести утреннюю гимнастику. «Паровозик» можно использовать в работе с детьми разного возраста. Нами составлены комплексы коррегирующих упражнений с использованием «Паровозика».

Таким образом, реализация проекта, позволила расширить содержание методики организации физического воспитания, повысить её эффективность, привлечь нераскрытые ресурсы детского организма. Использование в работе физкультурно-оздоровительных комплексов и методов дают возможность всем детям овладеть наиболее рациональными способами выполнения движений, развить физическую силу, выносливость, ловкость, быстроту реакции, сформировать потребность в физическом совершенствовании.

Список литературы

1. Борисенко М.Г. Ползаем. Ходим. Бегаем. Прыгаем (Развитие общей моторики) / М.Г. Борисенко, Т.А. Лукина. – СПб.: Паритет, 2005.
2. Волошина Л.Н. Практикум по теории и технологиям физической культуры дошкольников / Л.Н. Волошина. – Белгород: ИПК НИУ БелГУ, 2011.
3. Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду / О.М. Литвинова. – Ростов н/Д: Феникс, 2008.