(cc) BY

Горожанкина Ксения Сергеевна
воспитатель
Лапо Анна Анатольевна
воспитатель

МБОУ ЦО «Непоседа»
г. Старый Оскол, Белгородская область

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОУ

Аннотация*: в статье отмечается, что сегодня проблема физического воспитания дошкольников актуальна, как и раньше. Развитие высокотехнологичных технологий, желание комфорта, экономии времени и сил – все это приводит к весьма существенным изменениям в стиле жизни современного человека. Задача педагогов и родителей – создать и обеспечить все условия для гармоничной физической подготовки детей. Авторами рассмотрены эффективные методы и методики успешной организации физической активности, учитывая индивидуальные особенности детей. Конечный результат этого процесса должен сформировать у ребенка осознание в том, что здоровье – величайшая ценность человека.*

Ключевые слова*: здоровье, здоровьесбережение, физическое развитие, воспитание, физическая активность, режим, питание, гимнастика, подвижные игры, закаливание.*

Именно в детском возрасте закладываются основы здоровья ребенка, правильного физического развития, развиваются интересы к физической культуре и моторике, развиваются воля, поведение и личность. В настоящее время особую актуальность для большинства образовательных дошкольных учреждений приобрела проблема организации, профилактики и оздоровления дошкольников.

В детском саду ребенок получает 80% знаний, умений и навыков. Недостаток двигательной активности детей приводит к ухудшению здоровья ребенка и

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

снижению иммунитета. Только при правильной организации двигательного режима, правильной диете, соблюдении всех норм гигиены можно сохранить и повысить здоровье ребенка. Поэтому очень важно, чтобы с детьми дошкольного возраста работали опытные специалисты по физической культуре, велась целенаправленная работа по организации укрепления, сохранения здоровья, а также совершенствовались их физические качества, навыки и умения.

В зависимости от исследований, сегодня можно сказать, что современная генерация детей, во многом, испытывает «деградацию двигателей», количество их движений за день оказывается значительно ниже нормы возраста.

Покровский Е.А., детский врач и редактор журнала «Вестник физкультуры» признал основным средством физкультурного воспитания детей – это подвижные игры, которые являются основным средством физической подготовки детей. Он считает их наиболее полезными, чем гимнастику, потому что они отвечают всем требованиям развития организма и приносит детям большую радость.

Физическая подготовка детей в дошкольном возрасте, методы сохранения и укрепления здоровья не должны оставаться в стороне прогрессивных методик образования. Необходимы новые средства и технологии обучения, чтобы добиться желаемых результатов в физическом воспитании детей, привитии им навыков здорового образа жизни, которые будут отвечать новым запросам общества.

В комплексный подход к воспитанию детей в дошкольном возрасте входит обеспечение психологического и физиологического благополучия ребенка, его укрепление и охрана здоровья, приобщение ребенка к общечеловеческим ценностям. Целесообразно учитывать возрастные особенности детей, конкретную систему действий и имеющиеся условия. Всё это необходимо для формирования здорового, всесторонне развитого, раскрепощенного и инициативного ребенка с развитым чувством собственного достоинства.

От специалистов физического воспитания и воспитателей требуется высокий профессионализм, серьезная теоретическая и методическая подготовка, гуманное отношение к детям и выстраивание доверительных отношений в общении.

Грамотно работающий специалист по физической культуре должен уметь:

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

1. Сформировать группу детей так, чтобы они имели возможность быть самостоятельными и свободными в своих действиях и в то же время чувствовали себя комфортно и уютно.

2. Разговаривать с детьми «на их языке», не подавляя их активности, больше слушать и прислушиваться к ним, меньше говорить самому.

3. Быть толерантным по отношению к детям, в совершенстве владеть приёмами релаксации и правильного дыхания, помочь детям освоить их.

4. Знать разнообразные методики укрепления здоровья, включая зарубежные и отечественные.

5. Предоставить детям возможность изучить проблему самостоятельно, найти путь решения проблемы.

6. Уметь вести партнерский вид общения с ребятами.

7. Развивать умение видеть каждого ребенка, чувствовать его внутренний настрой, уважать свою индивидуальность.

8. Уметь предугадать возможные отрицательные эмоции у детей и найти способы их предотвращения.

9. Создавать условия для реализации потребности детей в двигательной активности в повседневной жизни.

10. Популяризировать здоровый образ жизни.

11. Выявлять способности и интересы детей в двигательной активности и реализовывать их в рамках физкультурно-оздоровительной программы.

Особое внимание при организации физического воспитания следует уделять двигательной деятельности. Она включает в себя: утреннюю гимнастику, физкультурные минутки, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, спортивные упражнения, подвижные игры, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах и другие.

Физические упражнения, закаливание, двигательная активность должны быть выполнены в соответствии со здоровьем, возрастом детей и временем года. Для осуществления двигательной активности детей используется

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

соответствующее оборудование, задействуются физкультурные залы и спортивные площадки в зависимости от возраста и роста детей.

Закаливание детей включает в себя комплекс мероприятий: воздушные ванны в облегченной одежде, солнечные ванны, обширное умывание, ходьба босиком по «Дорожкам здоровья», дыхательная гимнастика, пальчиковая и артикуляционная гимнастика, гимнастика на свежем воздухе в теплый период года.

Для закаливания детей используются основные естественные факторы – это вода, солнце и воздух дифференцированно в зависимости от возраста и здоровья детей, учитывая подготовку персонала, материальную базу дошкольных образовательных организаций. При организации закаливания следует реализовать основные принципы гигиены – постепенность, комплексность, систематичность и учёт индивидуальных характеристик малышей.

Для того, чтобы обеспечить достаточное количество двигательных упражнений для детей, нужно использовать все организуемые формы физических упражнений с широким количеством подвижных и спортивных занятий. Работа по физическому развитию всегда должна проводиться с учетом состояния здоровья детей и при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

Физическое воспитание дает возможность детям развить координацию и гибкость, правильно сформировать опорно-двигательную систему, развить равновесие, крупную и мелкую моторику рук, научиться выполнять основные движения (ходьба, бег, прыжки и повороты), овладеть подвижными играми, соблюдая правила игры и сформировать представление о некоторых видах спорта. Все это способствует становлению ценностей здорового образа жизни.

Таким образом, рассматривая заявленную тему, мы затронули актуальные вопросы организации физической культуры личности подрастающего поколения, которые существуют на сегодняшний день. Рассмотрели эффективные приемы и методы успешной организации физического воспитания, с учетом индивидуальных особенностей детей. Выяснили, что основная цель физического воспитания детей состоит в том, чтобы воспитать здорового, жизнерадостного,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

жизнестойкого, физически совершенного, творческого и гармонически развитого ребенка.

Список литературы

1. Агаджанова С.Н. Физическое развитие детей / С.Н. Агаджанова. – М.: Детство-Пресс, 2012. – 444 с.

2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская. – М.: Педагогика, 2003. – 209 с.

3. Антонов, Ю.Е. Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии 21 века / Ю.Е. Антонов. – М.: Аркти, 2001. – 211 с.

4. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях: методическое пособие / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика – Синтез, 2005. – 112 с. EDN QUGDJF

5. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста /Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. – Москва: Педагогика, 2000. – 256 с. EDN HOTSDE

6. Жуков М.Н. Подвижные игры: учеб. для студ. пед. вузов / М.Н. Жуков. – М.: Академия, 2002. – 160 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)