(cc) BY

Понаморёва Светлана Васильевна
воспитатель
Машнева Наталья Федоровна
воспитатель
Иваницкая Галина Михайловна
магистр, воспитатель
Шварева Оксана Александровна
воспитатель
Мальцева Татьяна Николаевна
воспитатель

МБДОУ «Д/С №65»
г. Белгород, Белгородская область

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ НА ПРОГУЛКЕ

Аннотация*: в статье описываются педагогические условия повышения двигательной активности старших дошкольников на прогулке.*

Ключевые слова*: педагогические условия, двигательная активность, старшие дошкольники.*

Новый этап развития общества, характеризующийся глубокими социально-экономическими изменениями, ставит перед системой образования – качественно новые задачи – реализацию личностно – ориентированного развивающего обучения, гуманизацию и дифференциацию – процесса, направленных на формирование у подрастающего поколения качеств конкурентоспособной личности.

Можно отметить огромные возможности для многогранного развития личности ребенка в воспитательно-образовательном процессе в условиях прогулки.

Для каждого человека важна свежесть воздуха, особенно детям. Они положительно сказываются на здоровье ребенка и его эмоциональном состоянии. С помощью них можно повысить состояние в целом организма. Прежде всего, при прогул-

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

ке на свежем месте легкие очищаются от аллергена и грязи, и благодаря чему улучшаются функциональные функции верхнего дыхания и носовой слизистой. Прогулки – это надежное средство для повышения здоровья, профилактики усталости. При этом пребывание на улице положительно сказывается на обмене веществ, повышает аппетит, усваивает питательные вещества, в частности белковые компоненты питания. Для развития физического здоровья важно пребывание детей на воздухе.

Прогулки являются первым и самым доступным способом закалывания организма малыша. Он помогает улучшить устойчивость к внешним воздействиям, особенно к простудным заболеваниям. На сегодняшний день наблюдается многолетний устойчивый тренд по ухудшению здоровья детей, подростков и взрослых (Баранов А.А., Альбицкий В.Ю., Модестов А.А. и др.). При этом, выраженные негативные сдвиги в состоянии здоровья детей происходят на всех этапах развития ребенка (Сухарева Л.М., Намазова-Баранова Л.С., Рапопрт И.К.).

Анализ углубленного обследования детей специалистами НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «НЦЗД» РАМН было установлено, что I группу здоровья имеют 5,2% детей, II группу – 41,7%, III группу – 52,5% и IV группу – 0,6% дошкольников. Более половины воспитанников детских садов имели 3 и более нарушений здоровья, включая функциональные отклонения и хронические заболевания. В решении данного вопроса главное значение приобретает пополнения и обогащения средств развития и формирования двигательной активности детей старшего дошкольного возраста на прогулке.

Я. А. Коменский, критикуя передовую ему схоластическую среднее учебное заведение, считал, собственно, что верное образование надлежит быть природосообразным, то есть отвечать законам природы. Человек для Я. А. Коменского выступает как доля природы. Он автоматически переносил законы природы на жизнь человека, не принимал общественного воспитания, настаивал на том, собственно что человек, руководимый природой, имеет возможность додуматься до всего, тем более, в случае если вооружить его способом «проникновения в потаенны природы».

Каждое дошкольное образовательное учреждение, по мнению Ф. Фребеля должно иметь участок территории, где дети могли бы не только трудиться, но и

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

наблюдать природные явления, реализовывать экспериментальную деятельность. К. Д. Ушинский считал, что ребенок более интеллектуально развивается, находясь на природе. Е. Н. Водовозова считала рассматривать природу как основополагающее место для развития сенсорного воспитания детей.

Проводя исследования в дошкольных образовательных учреждениях можно сделать вывод о том, что прогулки дают всевозможное развития как в физическом, умственном, нравственном и эстетическом развитии дошкольника.

В учреждении дошкольного образования прогулка считается важнейшим средством всестороннего развития ребенка и одним из главных компонентов здорового образа жизни.

Педагоги при планировании прогулки учитываются время года, месяц, тематику ранее проводимых занятий, наличие в этот день занятия с высокой двигательной активностью, состояние погоды. Воспитателю необходимо подготовить выносное физкультурное и игровое оборудование, атрибуты для сюжетно-ролевых игр, материал для познавательной практической деятельности, инвентарь для организации труда на участке учреждения образования, игрушки для игр с песком и водой в летний период и т. д.

Современные образовательные программы дошкольного образования в обязательном порядке базируются на комплексно-тематическом планировании и построения, предусматривают решение программных образовательных задач в совместном взаимодействии взрослого и детей, и самостоятельной активной деятельности детей не только в рамках непосредственной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов. В связи с этими данными, можно сказать, что режимный момент – прогулка в обязательном порядке обязана быть применен с наибольшей полезностью для всестороннего становления и воспитания ребят сквозь верно санкционированную и обдуманную работа ребят и подключать заключение программных образовательных задач.

1. Раскрыть сущность проблемы двигательной активности дошкольников в психолого-педагогической литературе;

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

2. Охарактеризовать особенности двигательной активности у детей старшего дошкольного возраста;

3. Раскрыть педагогические условия повышения двигательной активности в старшем дошкольном возрасте;

4. Изучить уровень двигательной активности у детей старшего дошкольного возраста;

5. Разработать методические рекомендации по организации процесса повышения двигательной активности у детей старшего дошкольного возраста.

Изучение данной темы представлено общетеоретическими положениями современной системы физического воспитания дошкольников, основывающеюся на том, что формирование, накопление и совершенствование физических способностей, двигательных умений и навыков у детей происходит под влиянием педагогического воздействия взрослых в процессе воспитания и обучения (Л.С. Выготский, А.В. Запорожей, А.Н. Леонтьев).

В своих исследованиях М.А. Рунова отмечает, что оптимальный уровень двигательной активности ребенка должен полностью удовлетворять его биологическую потребность в движении, соответствовать функциональным возможностям организма, способствовать улучшению состояния «здоровья и гармоническому физическому развитию»

А.А. Маркосян рассматривает двигательную активность как решающий фактор, определяющий морфологическое и функциональное развитие двигательного анализатора (49).

По словам В.И. Ильинич, А.С. Галанова, двигательная активности являются естественной и срочно организованной двигательной деятельностью человека, которая обеспечивает его успех в физическом и психическом развитии. (23;16).

Н.А. Фомина и Ю.Н. Вавилова предлагают определить двигательную активность как естественную базу накопления запасов здоровья человеческого организма. А.А. Маркосян рассматривает моторную активность как определяющий фактор морфологического и функционального развития моторного анализатора (60; 34).

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

Т.И. Осокина и Е.А. Тимофеева отмечают в своих исследованиях, что в процессе мышечной деятельности совершенствуется работа сердца: оно становится сильнее, увеличивается его объем. Даже больное сердце, отмечают они, под влиянием физических упражнений значительно укрепляется (45).

Двигательная активность – это совокупность произвольно регулируемых движений, имеющих условно-рефлекторную основу, и может развиваться в результате научения и обучения. Двигательная активность находит свое отражение в двигательной деятельности и является генетически обусловленной, может использоваться в диагностике индивидуальных особенностей ребенка и развитии его психических функций.

Старший дошкольный возраст является сенситивным для развития ряда физических качеств: ловкости, быстроты, координационных способностей, что позволяет при рациональной методике обучения легко овладевать разнообразными двигательными навыками. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще невелики.

Дети старшего возраста отличается высоким двигательным потенциалом, имеют достаточный запас двигательных навыков и умений, лучше справляются с движениями, требующим скорости, гибкости и мощности, и их силы и выдержки до сих пор небольшие. У ребенка развиваются основные моторные качества, ловкость и гибкость, скорость и силы, благодаря чему он:

– сохраняет статическое равновесие (от 15 секунд), стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги);

– подбрасывает и ловит мяч двумя руками (от 10 раз);

– прыгает в длину с места, приземляясь на обе ноги и не теряя равновесия;

– бегает свободно, быстро и с удовольствием, пробегает со старта дистанцию 30 м; ловко обегает встречающиеся предметы, не задевая их;

– бросает теннисный мяч или любой маленький мячик, шишку, снежок и др. удобной рукой на 5–8 м;

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

– хорошо владеет своим телом, сохраняет правильную осанку.

Мы выделили следующие условия, влияющие на двигательную активность:

– учитывать возрастные и индивидуальные особенности развития детей старшего дошкольного возраста;

– включить подвижные игры и игровые упражнения с элементами спорта в режим дня и самостоятельную двигательную деятельность детей старшего дошкольного возраста;

– привлекать родителей к совместной организации подвижных игр с детьми старшего дошкольного возраста.

Были реализованы следующие задачи исследования.

1. Раскрыта сущность проблемы двигательной активности дошкольников в психолого-педагогической литературе.

2. Охарактеризованы особенности двигательной активности у детей старшего дошкольного возраста.

3. Раскрыты педагогические условия повышения двигательной активности в старшем дошкольном возрасте.

4. Изучен уровень двигательной активности у детей старшего дошкольного возраста.

5. Разработаны методические рекомендации по организации процесса повышения двигательной активности у детей старшего дошкольного возраста.

Двигательная активность, регулярные занятия физической культурой и спортом обязательное условие здорового образа жизни. Именно поэтому эта тема является актуальной и на сегодняшний день.

Список литературы

1. Ананьев Б.Г. Генетические и структурные взаимосвязи развития личности / Б.Г. Ананьев; под ред. Д.И.Фельдштейна // Хрестоматия по возрастной психологии. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 84 с.

2. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития / И.А. Аршавский. – М.: Наука, 1982. – 270 с.

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

3. Бултукова А.В. Организация и содержание физического воспитания детей 4–6 лет в разновозрастных группах: автореф. дис.. канд. пед. наук: 13.00.04 / А.В. Бултукова. – Краснодар: КГУФКСТ, 2006. – 24 с. – EDN NJYMER

4. Венгер Л.А. Воспитание сенсорной культуры ребенка от рождения до 6 лет: Книга для воспитателей детского сада / Л.А. Венгер; под ред. Э.Г. Пилюгина, Н.Б. Венгер. – М.: Просвещение, 1988. – 144 с.

5. Волошина Л.Н. Влияние подвижных игр с элементами спорта на развитие двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста: автореферат дисс. на соискание степени канд. пед. наук / Волошина Л.Н. – Екатеринбург. – 2001. – 21 с. EDN NLVEIR

6. Галанов А.С. Игры, которые лечат (для детей от 1 года до 3 лет) / А.С. Галанов. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 96 с.

7. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. – М.: Владос, 1999. – 176 с. EDN XPZIIQ

8. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста: учебное пособие для студентов дошкольных отделений и факультетов средних педагогических учебных заведений / В.В. Голубев, С.В. Голубев. – М.: Академия, 2000. – 320 с.

9. Гудселл Э. Фитнес: Шаг за шагом к хорошему самочувствию и отличной физической форме / Э. Гудселл. – М.: Мир книги, 2001. – 157 с.

10. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников: монография / Л.Н. Волошина. – Екатеринбург, 2004. – 160 с.

11. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учебное пособие для студентов ВПУЗ / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2001. – 368 с.

12. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях / Д.В. Хухлаева. – М.: Просвещение, 1984. – 208 с.

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

13. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников: учебное пособие для студентов средних педагогических заведений / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.В. Шишкина. – 4-е изд., испр. – М.: Академия, 2000. – 176 с. EDN VTEBEP

14. Щербаков Е.П. Формирование интереса к спорту у школьников: учеб. пособие / Е.П. Щербаков. – Омск, 1978. – 56 с. EDN WZHCYT

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