

*Конова Алёна Николаевна*

воспитатель

МАДОУ «Детский сад № 21 общеразвивающего вида с приоритетным  
осуществлением познавательно-речевого развития детей»

г. Ишим, Тюменская область

## **ВОСПИТАНИЕ УСТОЙЧИВОГО ИНТЕРЕСА ДОШКОЛЬНИКОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПО СРЕДСТВАМ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ**

***Аннотация:** в данной статье раскрывается проблема пассивного отношения к физкультурным занятиям, к двигательной активности в целом и пути ее решения. Автор статьи рассказывает о собственном опыте работе по данной проблеме.*

Дошкольный возраст в развитии ребенка - это период когда, закладывается фундамент его здоровья, психического и физического развития, культуры движений. Одна из основных задач дошкольного образования на современном этапе - обеспечение физического здоровья и эмоционального благополучия детей. Данные разных исследований показали, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений производимых ими в течение дня ниже возрастной нормы. Не секрет, что дети большую часть времени проводят в статичном положении. А это означает, что ребенок не всегда может реализовать свою естественную потребность в движении, что влечет за собой быструю утомляемость, снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движения, выносливости, гибкости и силы. Недостаток движений в дошкольном возрасте может привести к проблеме со здоровьем в будущем. В дошкольных учреждениях естественную потребность в движении ребенок может реализовать не только в свободной, но и в специально организованных формах обучения, т. е. на физкультурных занятиях. Однако мы иногда наблюдаем безразличное, а порой и негативное отношение к двигательной активности. Дети не всегда испытывают интерес к физической культуре. И это является проблемой. Меня, как воспитателя заинтересовала данная проблема, и я приступила к поиску новых средств физической культуры, способных заинтересовать ребенка. В психолого-педагогической литературе прослеживаются различные подходы к проблеме воспитания устойчивого интереса. Меня заинтересовала точка зрения Кокорева О.И. По ее мнению: «Для воспитания устойчивого интереса необходима – организация содержательной, эмоционально окрашенной активной деятельности детей с видимым результатом». В свете этой точки зрения был проведен обзор и анализ программ дошкольного образования реализующих направление «Физическое

развитие и здоровье». Мой взгляд остановился на программах, которые ориентируются на природную потребность детей в двигательной активности как источнике развития и имеют в своем содержании такое средство физического воспитания как ритмическая гимнастика.

Ритмическая гимнастика-это вид оздоровительной гимнастики, основным содержанием которой являются общеразвивающие упражнения для всех частей тела, сочетающиеся с разновидностями ходьбы, бега, прыжков, танцевальными движениями, элементами художественной гимнастики, акробатики. Главной целью ритмической гимнастики - воспитание у детей потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, достигаемая с помощью радостной для ребенка деятельности, отвечающей его природным склонностям к движению, ритму, красоте. В отличие от других средств физической культуры ритмическая гимнастика позволяет решить ряд проблем стоящих перед ребенком в дошкольном возрасте. Она поможет ребенку:

- Раскрыть свои достоинства, возможности, способности, за счет доступности упражнений, коллективной формы организованной деятельности детей.
- Развить пластичность, выразительность и изящество движений, что сформирует уверенность в себе, поможет преодолеть застенчивость, робость, повысит самооценку, за счет танцевальной манеры выполнения движений.
- Сформировать устойчивое внимание и собранность.
- Вызвать эмоциональный подъем, радостные чувства от выполнения физических упражнений, за счет музыкального сопровождения [1, с. 5].

Теоретически ритмическая гимнастика способна воспитать устойчивый интерес дошкольников к физической культуре, т.к. сочетая в себе многие компоненты, она как нельзя лучше отвечает особенностям детского возраста.

Однако, так ли это на практике? Мы провели исследование.

При проведении исследования нами были обозначены следующие задачи:

1. Поиск причин отсутствия устойчивого интереса к физической культуре.
- 2.Создание системы работы по физическому воспитанию на основе ритмической гимнастики.
- 3.Определение уровня сформированности устойчивого интереса дошкольников к физической культуре.

Первым этапом нашего исследования был поиск причин отсутствия устойчивого интереса к занятиям по физической культуре у дошкольников. Для определения причин мы выбрали следующие формы исследования: анализ занятия, беседу с детьми.

В начале нашего исследования мы провели анализ традиционных физкультурных занятий по 2 аспектам:

- зависимость интереса от структурной особенности занятия;
- зависимость интереса от психофизических особенностей ребенка.

Для анализа занятий были разработаны критерии определения интереса дошкольников на физкультурных занятиях.

1. Активность ребенка в течение занятия.
2. Длительность выполнения физических упражнений.
3. Частота потери внимания (Часто ли отвлекается во время занятия.)
4. Реакция ребенка на неудачу или положительный результат.

По данным критериям мы определили зависимость интереса от структурной особенности занятия. А определить зависимость интереса от психофизических особенностей детей нам помогла диагностика «Активности детей на физкультурных занятиях».

Показатели активности детей на физкультурных занятиях следующие:

Активен - подвижные, проявляют интерес к физическим упражнениям, обладают устойчивым вниманием, эмоциональны, сосредоточены на выполнении двигательных действий.

С изменением степени активности – неустойчивый интерес и внимание, активны в овладении не всеми движениями, могут уклоняться от заданий.

Пассивен - малоподвижные, не уверенные в себе, робкие, с неустойчивым вниманием, подвержены перепадом настроения, активность в овладении движений не проявляют. Следующим шагом исследования в поиске причин отсутствия устойчивого интереса к физической культуре была беседа с детьми по следующим вопросам:

1. Чем мы сегодня занимались?
2. Что тебе понравилось? Почему?

Проанализировав ответы детей, и сопоставив их с данными анализа физкультурного занятия, мы пришли к выводу, что на традиционных физкультурных занятиях у большинства детей наблюдается потеря интереса на этапе общеразвивающих упражнений. Таким образом, имеющие большую ценность для здоровья, выполняющие важную роль на физкультурном занятии общеразвивающие упражнения мало интересны детям. Мы знаем, что общеразвивающие упражнения являются основой ритмической гимнастики, поэтому мы приняли решение заменить комплексы общеразвивающих упражнений на комплексы ритмической гимнастики. Результат был следующим: интерес у детей к общеразвивающим упражнениям появился. Но у детей пассивных интерес к физкультурным занятиям в целом не обозначился, т.е. интерес к общеразвивающим упражнениям появился, но на протяжении всего занятия остаётся неустойчивым. Данный результат подтолкнул нас к созданию системы работы по физическому воспитанию на основе ритмической гимнастики, которая включает перспективное планирование физкультурной работы с детьми, комплексы ритмической гимнастики, сценарии праздников и досугов, внесены изменения в структуру и содержание физкультурного занятия. Мне бы хотелось подробнее остановиться на структуре и содержании физкультурных и зачетных занятиях.

Структурно-содержательная характеристика физкультурного занятия с использованием ритмической гимнастики. Вводная часть: комплекс ритмической гимнастики в движении (разные виды ходьбы, бега, прыжков в сочетании

с танцевальными движениями, упражнениями для плечевого пояса).

Основная часть. Комплекс ритмической гимнастики с предметами (мячи, обручи, ленты, скакалки, мячи-хопы).

Комплекс ритмической гимнастики на растяжку (подготовка к комплексу акробатических упражнений).

Комплекс ритмической гимнастики с элементами акробатики (акробатические упражнения).

Музыкально-подвижная игра. Самостоятельная деятельность детей (на проявление фантазии, выдумки, самостоятельности).

Заключительная часть. Релаксация, упражнения на дыхание.

Из структурно - содержательной характеристики занятия видно то, что каждый комплекс ритмической гимнастики на занятии между собой связан, но с другой стороны может быть и автономен. Автономность комплекса позволяет его легко использовать в утренней гимнастике; в самостоятельной двигательной активности в течение дня; в оздоровительной гимнастике после сна; на спортивных семейных праздниках и других мероприятиях дошкольного учреждения. А необычная форма зачетных физкультурных занятий на основе ритмической гимнастики, проходящих в форме театрально-цирковых выступлений, отличающейся активной эмоциональной окрашенной деятельностью детей, позволила ребенку раскрыться: поверить в себя, в свои способности, сформировать устойчивое внимание, собранность. А главное предоставила возможность увидеть ребенку результат своей деятельности, показать свои достижения другим и конечно родителям. Это, несомненно, вызвало заинтересованность к занятиям не только у активных детей, но и у детей робких, застенчивых, с неустойчивым вниманием. В итоге реализации системы работы по физическому воспитанию на основе ритмической гимнастики мы выявили, что уровень интереса к физкультурным занятиям значительно повысился, что подтверждается результатами диагностики.

Таким образом, с помощью системы работы по физическому воспитанию на основе ритмической гимнастики, мы получили организацию содержательной эмоционально окрашенной деятельности детей с видимым результатом не только для педагога, но и для детей и их родителей. А следовательно смогли воспитать устойчивый интерес к физической культуре посредством ритмической гимнастики.

### ***Список литературы***

1. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учеб. – метод. пособие для педагогических детских и школьных учреждений. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000. 103 с.