

## ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОУ

**Захарова Надежда Михайловна**

канд. мед. наук, доцент

**Ядрихинская Вера Николаевна**

канд. мед. наук, доцент

**Иванова Дария Юрьевна**

студентка

**Адамова Мария Антониновна**

студентка

**Острякова Оксана Валерьевна**

студентка

ФГАОУ ВПО «Северо-Восточный федеральный университет

им. М.К. Аммосова – Медицинский институт

г. Якутск, Республика Саха (Якутия)

### УРОВЕНЬ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

*Аннотация:* в статье рассматривается проблема физического воспитания детей дошкольного возраста, а именно пробелы в этой области воспитания: дефицит двигательной активности, щадящие физические нагрузки, отсутствие преемственности в организации физкультурно-оздоровительной деятельности. Все это отрицательно сказывается на состоянии здоровья детей, снижается адаптационный потенциал и уровень их физической подготовленности. Проведенное авторами исследование показало, что в дошкольном возрасте у большинства детей уровень мотивации к занятиям физическими упражнениями удовлетворительный, тогда как большинство родителей не уделяют времени занятиям физическими упражнениями, что создает проблему гиподинамии у детей, снижая показатели физического состояния.

**Ключевые слова:** *дети дошкольного возраста, родители, физическое воспитание, мотивация к занятиям, физическое упражнение.*

На современном этапе развития общества возрастает роль физического воспитания в дошкольной образовательной системе, как одного из важнейших механизмов повышения здоровья нации. Достаточная двигательная активность, а также «теория оздоровительной тренировки», когда физические упражнения применяются с целью профилактики заболеваний и укрепления здоровья, являются признаками здорового образа жизни. Положительные результаты воздействия на физическое состояние детей 5–6 лет в значительной степени зависят от организации, направленности, характера коррекционных мер и от уровня мотивации детей и их родителей [1; 4; 5].

Для изучения уровня мотивации к занятиям физическими упражнениями, было проведено анкетирование 100 детей старшей и подготовительной групп МБДОУ ДС №21 – Центра развития ребенка «Кэнчээри» г. Якутска. Возраст детей – 5, 6 и 7 лет, девочек было 60 (60%), мальчиков – 40 (40%). По результатам медицинского осмотра все дети относились ко II группе здоровья, физическое развитие было среднее и занимались дети в основной физкультурной группе. Изучение мотивации детей проводилось методом опроса с помощью специально разработанного опросника по методике Т.В. Левченковой, А.К. Цыплаковой «Уровень мотивации детей 5–6 лет к занятиям физическими упражнениями» [2].

Мотивация родителей к занятиям с детьми физическими упражнениями изучалась методом анкетирования с помощью специально разработанной анкеты «Уровень мотивации к занятиям физическими упражнениями среди членов семьи ребенка 5–6 лет II группы здоровья с частыми респираторными заболеваниями» [3]. Родителей, полностью ответивших на вопросы анкеты, было 30.

Результаты нашего исследования показали, что среди детей старшей и подготовительной групп высокий уровень мотивации к занятиям физическими упражнениями отмечается только у 29 (29%). Удовлетворительный уровень мотивации был выявлен у 62 (62%) детей, а низкий уровень отмечался у 9 (9%).

Анкетирование показало, что значительной разницы в мотивации к занятиям физическими упражнениями между девочками и мальчиками нет.

Как показывают результаты анкетирования, малоподвижный образ жизни ведут 17 (57%) семей, у 14 (47%) семей отмечается низкий уровень мотивации к занятиям физическими упражнениями в семье.

По результатам анкетирования повышенный интерес к физкультурным занятиям проявлялся среди 13 (43%) родителей. Хотя при этом родители отметили, что в данный момент мало занимаются физическим воспитанием детей, что было обусловлено различными причинами: 2 (15%) – недостаток соответствующих знаний, 5 (38%) – дефицит материальных средств, 10 (77%) – отсутствие спортивного приоритета в семье. Совместный активный семейный отдых практиковался только в 12 (40%) семьях, семейные прогулки на лыжах или велосипедах проводились в 8 (27%) семьях.

Несмотря на то, что семьи обследованных детей проживают вблизи различных спортивно-массовых сооружений (школьные спортивные площадки, лыжные трассы, плавательные бассейны, стадионы, ледовый дворец), 12 (40%) из них не посещали совместно с детьми спортивно-оздоровительные мероприятия. Также в 18 (60%) семьях не было физкультурно-развивающего уголка для ребенка.

11 (37%) родителей признались, что очень мало уделяют времени занятиям физическими упражнениями, но хотели бы заняться физической культурой в семье, чтобы не создавать проблему гиподинамии у детей.

Таким образом, проведенное исследование показало, что большинство детей дошкольного возраста мотивированы к занятиям физическими упражнениями. Но, к сожалению, родителями мало уделяется времени на занятия физическими упражнениями, что часто приводит к снижению адаптационных возможностей организма детей. В этой связи процесс положительной адаптационной перестройки организма может быть успешным только в условиях преемственности систематического применения специальных, закаливающих и развивающих

средств физической культуры на всех этапах физического воспитания и в непосредственной близости от ребенка. Результаты нашего обследования показали, что следует активнее внедрять в повседневную жизнь семьи подвижные игры и элементы тренировок.

### ***Список литературы***

1. Алпацкая Е.В. Морфофункциональная адаптация детей дошкольного возраста к физическим нагрузкам // Морфо-биомеханические и соматодиагностические особенности адаптивной физической культуры: сб. матер. научн.-практ. конф. / Под ред. В.П. Губы, Р.Н. Дорохова. – Смоленск: СГИФК, 2012. – С. 43–47.
2. Левченкова Т.В. Методические особенности оптимизации двигательного режима детей дошкольного возраста / Т.В. Левченкова, А.К. Цыплакова // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 9. – С. 57–58.
3. Соловьева Л.А. Коррекция физического состояния детей с частыми респираторными заболеваниями нетрадиционными средствами физической культуры в ДОУ: дис. ... канд. пед. наук / Соловьева Л.А. – Смоленск, 2014. – 186 с.
4. Ушакова В.Т. Сотрудничество с семьей в вопросах оздоровления дошкольников // Дошкольная педагогика. – 2010. – №8. – С. 23–26.
5. Чернышенко Ю.К. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры. – 2009. – №5. – С. 54–58.