

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**СТАРООСКОЛЬСКИЙ ФИЛИАЛ
(СОФ НИУ «БелГУ»)**

**ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**АДРЕСНЫЙ ПОДХОД В РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

Выпускная квалификационная работа
обучающегося по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование, профиль Дошкольное образование
заочной формы обучения, группы 92061361
Мерзиковой Ольги Сергеевны

Научный руководитель:
доцент, к.п.н.
Бурая Л.В.

СТАРЫЙ ОСКОЛ 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
Глава I. АДРЕСНЫЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ РЕБЕНКА И ФЕДЕРАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ	7
1.1. Федеральный стандарт и социокультурная среда детского сада.....	7
1.2. Особенности физиологического развития детей дошкольного возраста.....	13
1.3. Адресный подход в реализации программы по физическому воспитанию.....	19
Глава II. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ АДРЕСНОГО ПОДХОДА В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ В ДЕТСКОМ САДУ № 20 «КАЛИНКА»	29
2.1. Выявление адресного подхода по физическому воспитанию детей ДОУ №20 «КАЛИНКА».....	29
2.2. Реализация адресного подхода по физическому воспитанию.....	33
2.3. Методические рекомендации по организации адресного подхода в физическом воспитании детей.....	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	45
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	47
ПРИЛОЖЕНИЕ	51

ВВЕДЕНИЕ

Современное образование Российской Федерации базируется на постулатах, которые заложены в новом законе «Об образовании в Российской Федерации», которые кроме прочих доминант акцентируют внимание на формировании возрастосообразной социокультурной среды в каждом образовательном учреждении и организации.

Согласно современным научным теориям дошкольного образования, воспитание и развитие детей должно опираться на культурный опыт и традиции, не только существующие в пространстве воспитывающей среды, но и продуцирующие, создающие такую возрастосообразную среду. Это условие позволит реализовывать принципы, заложенные Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и глубоко воспринимать, осваивать, воспроизводить духовно-нравственные ценности и творчески преобразовывать классическое наследие российской дошкольной педагогики (Л.С. Выготский, А.Г. Гогоберидзе, Н.И. Киященко, О.П. Радынова, Л.А. Рапацкая, О.С. Ушакова, Г.М. Цыпин и др.).

Федеральный образовательный стандарт нацелен на сохранение и поддержку здоровья и физического развития каждого ребенка для чего в Стандарте выведена образовательная область «Физическое развитие», кроме того, разработчики предлагают реализовывать новый принцип – адресный подход к каждому ребенку (Асмолов А.Г.).

Вместе с тем, практическое освоение Стандарта показало большое количество методических **проблем** в практике работы современного детского сада, поскольку он еще имеет недостаточную оснащенность как базовых программ, так и парциальных. При разработке Основных образовательных программ практики сталкиваются со множеством конкретных проблем научно-методического характера: как выбрать наиболее необходимую для конкретного микрорайона города базовую программу, какие парциальные программы будут наиболее эффективными в практике конкретного детского

сада, каким образом социокультурная среда будет соответствовать ожиданиям заказчиков дошкольного образования, в нашем случае – организации системы физического воспитания. (Бальсевич В.К.)

Работа по физическому развитию пронизывает всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении и семье, организацию для этой цели предметной и социальной среды, все виды детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В дошкольном учреждении режим дня ребенка предусматривает занятия по физическому воспитанию, игры и развлечения на воздухе, отдельные закаливающие процедуры, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Объектом исследования стала реализация образовательной области «Физическое развитие» по программе «От рождения до школы».

Предмет исследования – адресный подход в реализации программы по физическому развитию.

Целью работы является практическая необходимость раскрыть особенности реализации адресного подхода в освоении образовательной области «Физическое развитие».

Для достижения цели, необходимо решить следующие **задачи**:

1. Показать теоретические основы адресного подхода в физическом развитии ребенка дошкольного возраста.
2. Дать описание физиологическим особенностям детей дошкольного возраста.
3. Организовать педагогическое наблюдение адресного подхода в реализации образовательной области «Физическое развитие»
4. Представить методические рекомендации по реализации адресного подхода в физическом развитии детей.

Гипотеза исследования: если учитывать все требования Стандарта к компонентам социокультурной среды образовательной области «Физическое развитие», формируемой на основе учёта возрастных, индивидуальных,

психологических и физиологических особенностей детей, то процесс целенаправленного физического развития личности дошкольника будет и полноценным, и соответствовать ожиданиям заказчиков дошкольного образования.

Методологическую основу исследования составляют положения философии, дошкольной педагогики и психологии о ребенке как о человеке, социальном существе, познающем и преобразующем мир и самого себя, о реализации личностно-ориентированной парадигмы, синергетического подхода в разработке миссии и программы развития конкретного дошкольного образовательного учреждения, поэтому базовыми стали работы А.Д. Алферова, Е.В. Бондаревской, В.В. Серикова, В.Т. Фоменко и др.; исследования в которых культура рассматривается как философская категория, обуславливающая изменения целостной модели образования и системы дошкольного образования в частности, - исследования Ю.Б. Борева, Э.Н. Гусинского, Л.П. Печко, Н.Г. Пешковой, В.Н. Столович, Р.М. Чумичевой и др.; личностно ориентированные концепции образования и осознание детства как периода максимального раскрытия потенциальных возможностей ребенка и всестороннего познания окружающего мира Л.С.Выготского, А.В. Запорожца, С.А. Козловой, В.Т. Кудрявцева, С.В. Петериной, Е.Н. Сорочинской, Р.М. Чумичевой и др..

Для решения поставленных задач и проверки исходных положений использована совокупность **следующих методов**: изучение и теоретический анализ философской, психологической, педагогической литературы; нормативно-правовой базы дошкольного образования, педагогические исследование, педагогическое наблюдение, математическая обработка результатов исследования.

Практической базой исследования стало Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение детский сад №20 «Калинка», г. Старый Оскол, контингент детей дошкольного возраста – 25 человек, воспитатель Мерзикина Ольга Сергеевна.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы и приложения.

Во введении обоснована актуальность темы исследования, определены объект, предмет, цель, задачи, гипотеза, методология и методы, показаны его практическая значимость.

Первая глава «Адресный подход к физическому развитию ребенка и федеральный стандарт» раскрывает аспекты Федерального стандарта и социокультурной среды детского сада; особенности физиологического развития детей дошкольного возраста; организации адресного подхода в реализации программы по физическому воспитанию.

Во второй главе «Педагогическое наблюдение реализации адресного подхода в физическом развитии детей в детском саду № 20 «Калинка» описано выявление адресного подхода по физическому воспитанию детей ДООУ №20 «Калинка», реализация адресного подхода по физическому воспитанию и диагностика результативности; представлены методические рекомендации для начинающего воспитателя по организации адресного подхода в физическом воспитании детей.

В заключении обобщены результаты теоретического исследования, изложены основные выводы по результатам педагогического наблюдения, подтверждающие гипотезу.

Список использованной литературы содержит 37 источников.

Глава I. АДРЕСНЫЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ РЕБЕНКА И ФЕДЕРАЛЬНЫЙ СТАНДАРТ

1.1. Федеральный стандарт и социокультурная среда детского сада

Модернизация и инновационное развитие нашего общества требуют появления инициативных, способных творчески мыслить и находить нестандартные решения людей, готовых обучаться в течение всей жизни. Все необходимые для этого навыки формируются с детства. Для максимального использования всех возможностей, предоставляемых детством, необходимо создавать условия по организации образовательного пространства, обеспечивающего успешное физическое развитие «разных» детей: одаренных, с ограниченными возможностями здоровья и особыми потребностями, мигранта, сироты и ребенка из многодетной семьи. При этом следует учитывать принципы дошкольного образования, заявленные Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

С 1 января 2014 года действует новый федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. В стандарте учитываются возможности освоения ребенком образовательной программы на разных этапах ее реализации, а также индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования. [2]

Первым системообразующим фактором в дошкольном образовании выступают образовательные области. Федеральный Государственный Образовательный Стандарт выделяет пять образовательных областей, которые не должны реализовываться в образовательной деятельности Дошкольном Образовательном Учреждении в чистом виде, их реализация предполагает гармоничное взаимопроникновение и взаимодополнение. [2]

Согласно стандарту, содержание программы должно обеспечивать

развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать следующие области: *социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие.*

В пункте 2.7 ФГОС ДО указывается конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей; определяется целями и задачами программы; реализуется в различных видах деятельности. Согласно стандарту, содержание программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать соответствующие области. Так содержание ОО «Физическое развитие» включает: «Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).» [2]

В нормативно-правовых документах современного дошкольного образования активно используется понятие «социокультурная среда». Важными элементами структуры социокультурной среды служит система отношений, культура, пространство деятельности и временная организация жизни, или пространственно-временной хронотип, где образовательное

учреждение занимает свое место.

Исследователями А.Д. Алферов, Е.В. Бондаревская, В.В. Сериков, В.Т. Фоменко и др. доказано и позитивное, и негативное воздействие среды на человеческую личность: социокультурная среда может и формировать, и деформировать человека, обогащать или опустошать, в зависимости от того, что человек отбирает из нее и чему он противостоит. Поскольку младший школьник – это формирующаяся личность, воздействие социокультурной среды является определяющим фактором его личностного развития. В философии социокультурная среда определяется как совокупность трех составляющих:

1) мегасреда – современный социальный мир, окружающий человека и определяющий духовную и социально-психологическую атмосферу эпохи. К факторам, формирующим личность дошкольника, относятся условия существования и культура всего человечества, культура, хранящая программы деятельности и общения в виде различных знаковых систем, «распредмечивая» которые человек становится культурным.

2) макросреда – общество, страна, к которым принадлежит индивидуум. Влияние макросреды обеспечивают общественные условия и культура данного общества через такие факторы, как средства массовой информации и социальные институты (детский сад, школа, учреждения культуры и др.).

3) мезосреда - включает национально-культурные и социально-демографические особенности региона, в котором проживает ребенок.

4) микросреда – социальное окружение младшего дошкольника в лице трех основных групп: семьи, садовской группы, друзей.

Специфику каждой из этих групп определяют возрастные и когортные (культурные, по уровню образования и т.д.) различия, отмечал У. Брофенбреннер [12], схему модели экосистемы которого мы поместили на странице 10.



Рис. 1.1.

Структура экосистемы по У.Бронфенбреннеру

Кроме этих факторов, В.А. Мудрик считает, что можно выделить влияние биологических и психологических особенностей человека, обстоятельств его личной жизни. [12]

Физическое и социальное развитие ребенка связано с основными этапами его физиологического роста в культурно-досуговой деятельности. Первоначально заложенные в ней возможности изменяются в соответствии с личностным смыслом младшего дошкольника. Развитая личность, как отмечал С.Л. Рубинштейн, есть развитая сущность исходной сущности человека. Определяющие детерминанты этого процесса, очевидно, заложены не в каких-то одних потенциалах, а в их совокупности, включающей деятельность, культуру, индивидуальность и духовный мир личности. Эти исходные положения помогут нам выявить совокупность социально-педагогических факторов, которые определяются механизмами творческого развития [7, с. 46].

Н.Ф. Голованова считала, что социокультурная среда - это многомерное иерархически построенное системное образование, включающее в себя следующие элементы: физический мир, систему

существующих отношений между людьми и общественными институтами; культуру, традиции и обычаи; «пространство» или «набор общедоступных деятельностей», условия непосредственной жизнедеятельности и хронотип [9, с. 18].

Социокультурная среда, обеспечивающая эффективное развитие личности ребенка, должна характеризоваться следующими компонентами:

- относительной стабильностью и устойчивостью,
- связью, взаимодействием, непротиворечивостью различных дополняющих и взаимно компенсирующих друг друга пространств, в которых протекает жизнь ребенка;
- побудительным, а не запрещающим характером регламентации жизни; присвоенностью, осмысленностью всех видов деятельности, в которые включается ребенок;
- «творимостью» среды ребенком как условием его самореализации, воплощения себя во внешнем мире;
- достаточным богатством, разнообразием различных элементов среды, побуждающих делать выбор и дающих возможность найти свою социокультурную нишу;
- направленностью на общекультурные нормы и ценности, воспринимаемые ребенком как нечто само собой разумеющееся, являющееся необходимым условием.

С.Л. Рубинштейн считал, что на дошкольника социокультурная среда влияет как совокупность социальных и природных условий. Исследователями доказано и позитивное, и негативное воздействие среды на человеческую личность: социокультурная среда может и формировать, и деформировать человека, обогащать или опустошать, в зависимости от того, что человек отбирает из нее и чему он противостоит. Поскольку дошкольник – это формирующаяся личность, воздействие социокультурной среды является определяющим фактором его личностного развития. Определяющие детерминанты этого процесса, очевидно, заложены не в каких-то одних

потенциалах, а в их совокупности, включающей деятельность, культуру, индивидуальность и духовный мир личности. Эти исходные положения помогут нам выявить совокупность социально-педагогических факторов, которые определяются механизмами развития [7, с. 46].

Рассматривая развитие детей дошкольного возраста как переход из одной среды в другую, можно обозначить доминирующие развивающие среды (культурные хронотипы), которые на определенном этапе выступают в качестве ведущих. При этом условии усиливается роль то одной, то другой среды и создаются условия расширения сферы взаимодействия, а также интегрирования форм педагогического процесса. Культурные хронотипы в своем влиянии на творческое развитие зависят от характера деятельности: репродуктивная, эвристическая, или продуктивно-творческая. [12]

У. Брофенбреннер, Л.М. Захарова, и др., считают, что макросреда детского сада создает более широкий фон для возможных проявлений самореализация. Она вместе с педагогическим сообществом обеспечивает обогащение культурно-образовательного процесса через вхождение в мир культуры. От этого в конечном итоге зависят нравственные позиции и ценностные ориентации, а также своеобразие творческого поведения в будущем. [12]

Все выше сказанное позволяет выделить группу социокультурных факторов, определяющих развитие личности в формируемой среде: сочетание управляемых и спонтанных проявлений, способствующих взаимодействию между средами, круги общения и сотворческой деятельности в различных средах, сочетание индивидуализации и межсредовых контактов в процессе деятельности, интегрирование форм педагогической деятельности в микро- и макросреде. [12]

Учитывая влияние данных факторов, можно целенаправленно формировать нормативную социокультурную среду дошкольников для реализации образовательной области «Физическое развитие».

1.2. Особенности физиологического развития детей дошкольного возраста

Большое значение в развитии детей дошкольного возраста имеет их физиологическое развитие.

Г.Г. Грохольский, Э.Я. Степаненкова и др. считают, что в дошкольный период закладывается фундамент здоровья и полноценного физического развития. В самом общем смысле физическим развитием дошкольника называют процесс изменения естественных морфофункциональных свойств его организма в течение индивидуальной жизни. Внешними количественными показателями физического развития являются, например, изменения пространственных размеров и массы тела, качественно же физическое развитие характеризуется, прежде всего, существенным изменением функциональных возможностей организма по периодам и этапам его возрастного развития, выраженным в изменении отдельных физических качеств и общего уровня физической работоспособности. [10]

Программа комплексной оценки физических возможностей дошкольников предполагает анализ показателей, позволяющих определить состояние здоровья:

- телосложение;
- основные функциональные параметры;
- развитие двигательной сферы.

В.К. Бальсевич акцентирует внимание на том, что комплексное изучение данных показателей позволяет осуществлять целостный подход к вопросу гармоничного физического развития детей, исключая форсированное или одностороннее развитие того или иного показателя. Многочисленные научно-практические исследования выявили тесную взаимосвязь между показателями физического развития, развития двигательной сферы и функциональными возможностями организма ребенка. [7]

При исследовании физической подготовленности, как правило, авторы выделяют две основные составляющие:

- уровень функциональных возможностей основных систем энергообеспечения;
- уровень развития основных физических качеств (*силы, быстроты, выносливости*).

В.К. Бальсевич так же считает, что для детей дошкольного возраста характерны недостаточная устойчивость тела и ограниченные двигательные возможности. У них быстро развивается нервная система, растет скелет, укрепляется мышечная система, и совершенствуются движения. [7]

Детям 3-4 лет свойственны общая статическая неустойчивость тела и ограниченные динамические возможности.

У детей этого возраста сравнительно большое развитие верхней части тела и мускулатуры плечевого пояса и мышц-сгибателей. [7]

Дошкольники 3-4 лет обладают высокой двигательной активностью при недостаточной согласованности движений, в которых участвуют крупные группы мышц. В этом периоде отмечается повышенная утомляемость при длительном сохранении одной и той же позы и выполнении однотипных движений.

М.В. Антропова, М.М. Кольцова утверждают, что структура легочной ткани еще не достигает полного развития; носовые ходы, трахея и бронхи сравнительно узки, что несколько затрудняет поступление воздуха в легкие; ребра незначительно наклонены, диафрагма расположена высоко, в связи с чем, амплитуда дыхательных движений невелика. Ребенок дышит поверхностно и значительно чаще, чем взрослый: у детей 3-4 лет частота дыхания - 30 в минуту, 5-6 лет - 25 в минуту; у взрослых - 16-18. Неглубокое дыхание у детей ведет к сравнительно плохой вентиляции легких и к некоторому застою воздуха, а растущий организм требует повышенной доставки кислорода к тканям. Именно поэтому особенно важны физические упражнения на свежем воздухе, активизирующие процессы газообмена.

Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) у детей 3-4 лет составляет 400- 500 см³, 5-6 лет -800-900 см³. [16]

Деятельность сердечно-сосудистой системы у дошкольников хорошо приспособлена к требованиям растущего организма, а повышенная потребность тканей в снабжении кровью удовлетворяется легко. Ведь сосуды у детей шире, чем у взрослых, и кровь по ним течет свободнее. Количество крови у ребенка относительно больше, чем у взрослого, но путь, который она должна проходить по сосудам, короче, а скорость кровообращения больше. Так, например, если пульс у взрослого равен 70-74 ударами в минуту, то у дошкольников в среднем 90-100 ударами. Нервная регуляция сердца несовершенна, поэтому оно быстро возбуждается, ритмичность его сокращений легко нарушается, и сердечная мышца при физической нагрузке довольно быстро утомляется. Однако при смене деятельности сердце ребенка быстро успокаивается и восстанавливает свои силы. Вот почему во время занятий с детьми физические упражнения нужно разнообразить: чередовать подвижные игры с играми малой двигательной активности и часто давать ребенку кратковременный отдых.[14 с. 23]

Нервная система в дошкольном возрасте развита лучше, чем у детей до 3 лет. В этом периоде заканчивается созревание нервных клеток в головном мозге, который по внешнему виду и весу приближается к мозгу взрослого, но сама нервная система еще слаба. Поэтому надо учитывать легкую возбудимость дошкольников, очень осторожно относиться к ним: не давать длительных непосильных нагрузок, избегать чрезмерного утомления, так как процессы возбуждения в этом возрасте преобладают над процессами торможения.

У детей в этом возрасте процесс образования костей не завершен, несмотря на то, что кровоснабжение у них лучше, чем у взрослых. В скелете много хрящевой ткани, благодаря чему возможен дальнейший его рост; в то же время этим обуславливается мягкость и податливость костей. [16]

Рост мышечной ткани происходит в основном за счет утолщения

мышечных волокон. Однако из-за относительной слабости костно-мышечного аппарата и быстрой утомляемости дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению.

Дети младшего дошкольного возраста еще не владеют четкими движениями при ходьбе: они не могут ритмично бегать, часто теряют равновесие, падают. Многие из них плохо отталкиваются от пола или земли, бегают, опираясь на всю стопу. Они не могут поднять свое тело даже на небольшую высоту, поэтому им еще недоступны прыжки в высоту, через препятствия и прыжки на одной ноге. Дошкольники этого возраста охотно играют с мячом, однако движения их еще недостаточно согласованны, глазомер не развит: им трудно ловить мяч. Они быстро утомляются от разнообразных движений, отвлекаются. [25]

К 4,5-5 годам движения детей становятся более координированными: они осваивают прыжки, перепрыгивание через препятствия, ловлю мяча.

У дошкольников от 5 до 7 лет становая сила увеличивается вдвое: у мальчиков она возрастает с 25 до 52 килограмм, у девочек с 20,4 до 43 килограмм. Улучшаются показатели быстроты. Время бега на 10 метров с хода сокращается у мальчиков с 2,5 до 2,0 секунд, у девочек с 2,6 до 2,2 секунд. Изменяются показатели общей выносливости. Величина дистанции, которую преодолевают мальчики возрастает с 602,3 метра до 884,3 метра, девочки с 454 метра до 715,3 метра. [25]

Л.И. Пензулаева утверждает, что у 6-летних появляется легкость, бег становится ритмичным, уменьшаются боковые раскачивания; они прыгают в высоту, длину, через препятствия, осваивают метание мяча в цель; начинает развиваться глазомер. У детей старшего дошкольного возраста по сравнению с младшим тело крепче, пропорциональнее развита мускулатура. У них постепенно доводятся до автоматизма основные движения в ходьбе и беге, улучшается согласованность движений, заметно повышается способность к ручному труду. Благодаря большей устойчивости тела ребенку становятся доступнее простейшие упражнения в равновесии, беге на ловкость. Дети

становятся значительно выносливее, однако им нужно чаще менять исходные положения и разнообразить движения. Их деятельность в этом возрасте постепенно наполняется содержанием и становится более сознательной. [24]

По мнению В.А. Шишкина можно отметить такую закономерность: чем моложе возраст, тем более несовершенными являются двигательные навыки, слабее развиты мелкие мышцы, интенсивнее протекают все процессы физического развития. Общие возрастные показатели не остаются неизменными — замечается тенденция к их росту. Современные дети в среднем имеют более высокий рост, лучше развиты физически и умственно, нежели их сверстники 15 – 20 лет назад. Такое явление получило в науке название «акселерация». [21]

Но, несмотря на более быстрое развитие дошкольника, как в физическом, так и в психическом отношении, его возрастные особенности сохраняются в специфике мышления, склонности к подражанию, повышенной эмоциональности и впечатлительности.

Для того, чтобы обеспечить максимальное физическое развитие каждого ребенка, необходимо выполнение ряда условий.

Подбор адекватных средств и методов обучения, творческая направленность педагогического процесса; использование наряду с традиционными формами работы (*утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и упражнения, физкультурные досуги, спортивные праздники*) нетрадиционных средств и методов воспитания, таких как ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, занятия спортивными танцами и прочее.

Таким образом, обоснованный выбор содержания и методов развития физических качеств – важная сторона повышения эффективности физического воспитания.

Дошкольный возраст – большой и ответственный период психического развития ребенка. Как показывают современные исследования, на протяжении дошкольного периода у ребенка не только интенсивно

развиваются все психические функции, формируются сложные виды деятельности, например, игра, общение со взрослыми и сверстниками, но и происходит закладка общего фундамента познавательных способностей. В личностной сфере формируются иерархическая структура мотивов и потребностей, общая и дифференцированная самооценка, элементы волевой регуляции поведения. Активно усваиваются нравственные формы поведения. Нарушения любого из звеньев или механизмов психологической структуры развития дошкольников может решающим образом сказаться на всем дальнейшем ходе развития ребенка. [10]

Дошкольный возраст, как отмечает А.А. Крылов, является начальным этапом становления субъекта познавательной и практической деятельности. Этот период жизни является чрезвычайно важным с точки зрения генеза и формирования социальных форм психики и нравственного поведения. Преобладание тематики, связанной с изображением человека в творчестве дошкольника, свидетельствуют о преимущественной ориентацией его на социальное окружение. К концу дошкольного возраста происходит переход от эмоционального непосредственного отношения к окружающему миру к отношениям, которые строятся на основе усвоения нравственных оценок, правил и норм поведения. Таким образом, в общении со взрослыми ребенок часто усваивает нравственные понятия в категориальной форме, постепенно уточняя и наполняя их конкретным содержанием, что ускоряет процесс их формирования и вместе с тем создает опасность их формального усвоения. Поэтому важно, чтобы ребенок учился применять их в жизни по отношению к себе и другим. Это имеет существенное значение, прежде всего для формирования у него личностных свойств [22].

К шести годам завершается для современного ребенка период дошкольного детства. Влияние семьи на дошкольника проявляется в заложенных необходимых умениях и навыках, человеческих начал в формирующейся личности ребенка. Покажем таблицей психологические новообразования старших дошкольников.

Таблица 1.1.

Психологические новообразования старших дошкольников

1)	естественно проходят фазы своего развития и решают закономерные возрастные проблемы;
2)	испытывают чувства привязанности, нежности и любви в ответ на аналогичные чувства родителей;
3)	реализуют свою потребность в авторитете и уважении, понимании со стороны близких и значимых для них лиц;
4)	обладают устойчивым чувством «Я», уверенностью в себе, адекватной самооценкой, в том числе уровнем притязаний и возможностей;
5)	способны к сопереживанию;
6)	не проявляют выраженных чувств ревности и зависти при наличии ведущего чувства доброжелательности к людям;
7)	контактны и общительны, стремятся к взаимодействию со сверстниками на равных [17].

Таким образом, мы показали подробно физиологические особенности детей дошкольного возраста и коснулись психологических особенностей. Что важно для организации педагогического наблюдения физического развития детей дошкольного возраста.

1.3. Адресный подход в реализации программы по физическому воспитанию

Оздоровительные задачи имеют жизнеобеспечивающий смысл. Средствами реализации задач этой группы являются гигиенические и социально-бытовые факторы, полноценное питание, оздоровительные силы природы, рациональный режим жизни, физические упражнения. Педагогическая работа, направленная на решение данной задачи, включает в себя организацию режима жизни детей, закаливающих процедур, специальных упражнений по развитию движений. Эта сфера физического воспитания детей требует от воспитателя постоянных контактов с медицинскими работниками, учета их рекомендаций, индивидуального подхода к детям, бесед с родителями.

Для максимального использования всех возможностей, предоставляемых детством, необходимо создавать условия по организации образовательного пространства, обеспечивающего успешное развитие «разных» детей: одаренных, с ограниченными возможностями здоровья и особыми потребностями, мигранта, сироты и ребенка из многодетной семьи. При этом следует учитывать принципы дошкольного образования, заявленные ФГОС ДО.

А.Г. Асмолов отмечает, что адресный подход означает, что расписание жизнедеятельности группы учитывает потребности *каждого ребенка* как в активном действии, так и в отдыхе. Это значит, что все материалы и оборудование, которые находятся в группе, ее интерьер способствуют развитию каждого из детей, и что предлагаемые виды деятельности учитывают разброс уровней развития разных детей. Это также означает, что задания подаются таким образом, чтобы они представляли некий вызов, и вместе с тем, чтобы каждый ребенок мог в результате пережить чувство успеха. Адресный подход - важная задача, поскольку, чем более индивидуален подход, тем более гладко проходит реализация программы. Адресность приводит возрастные особенности, способности, интересы и потребности ребенка в соответствии с процессом усвоения знаний. При этом дети приобретают компетентность и самоуважение. У них появляется готовность браться за еще более трудные задачи. [6]

Адресный подход - процесс порождения и рефлексии индивидом собственного опыта, в котором он признает себя в качестве субъекта, свободно определяющего и реализующего собственные цели, добровольно возлагающего на себя ответственность за результаты своей деятельности. [6]

Понимание индивидуализации как развития и самореализации человека в качестве субъекта собственной жизнедеятельности акцентирует в этом процессе такие характеристики как самоопределенность и обособленность личности, ее выделенность из сообщества, оформленность ее уникальности и неповторимости. Эти характеристики могут быть названы результатами

адресного подхода. Эти результаты проявляются в приобретении индивидом специфических свойств, качеств, признаков, форм деятельности, способов самопроявления. Чем более индивид отличается в своих свойствах и качествах от других, тем больше у него возможностей для реализации собственной индивидуальности. Цель адресного подхода - автономность индивида, т.е. овладение им своим собственным способом существования, относительно независимым и отличным от существования других людей.

Вместе с тем адресный подход – это не только выделение индивида из общности, но и включение его в систему общих связей и отношений. Именно в результате осознания своего места в обществе и своих отношений с другими людьми человек может прийти к осознанию своей индивидуальности. Адресность - новый принцип в образовании, требующий изменения позиции ребенка – из объекта образования он становится его субъектом.

Работа проходит в разных формах: физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные игры, физические упражнения на прогулке), самостоятельная двигательная деятельность детей, активный отдых (физкультурные досуги, праздники, дни здоровья).



Рис.1.1.
Методы адресного подхода в физическом развитии детей

Данная группа задач предполагает воспитание таких качеств, как *ловкость, смелость, сила воли, стремление к преодолению трудностей, чувство товарищества, взаимопомощи.*

Образовательные задачи связаны с формированием у ребенка осознанного отношения к своему здоровью. Здесь ведущими становятся такие средства, как *образец взрослого, собственная деятельность детей, художественные средства.*

И.Я. Михайленко, считает, что формой работы, в процессе которой наиболее адекватно решаются задачи, является учебная работа на физкультурных занятиях и в повседневной жизни. Среди основных методов следует выделить: экспериментирование, упражнения, беседу, демонстрация движений, рассматривание видеороликов.

Средства физического воспитания:

- гигиенические факторы;
- естественные силы природы;
- физические упражнения.

В системе физического воспитания работа осуществляется при помощи разнообразных средств, воздействующих на организм:

- гигиенические факторы (правильный режим, рациональное питание, гигиеническая обстановка, формирование культурно-гигиенических навыков).

- естественные силы природы (для закаливания и укрепления организма).

- физические упражнения.

Развитию упражнений, с помощью которых можно эффективно развивать детей в области физического воспитания может способствовать социокультурная среда.

Покажем таблицей основные программные физические действия (таблица 2.1.)

*Программные требования по физическому развитию детей
дошкольного возраста*

№	Название	Содержание действий
1.	<i>Метание</i>	Один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движения от плеча, поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с нарушением интеллекта.
2.	<i>Построение</i>	Направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и починают свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.
3.	<i>Ходьба направлена на развитие основных движений ребенка,</i>	Формирования умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации. В процесс ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.
4.	<i>Бег</i>	Способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка.
5.	<i>Прыжки</i>	Направлены на тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки подготавливают тело ребенка к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности. Начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.
6.	<i>Ползание, лазание, перелезание</i>	Способствуют укреплению мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения оказывают положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движении рук и ног, на укрепление внутренних органов систем. В связи с тем, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания, одна из задач физического воспитания - восполнить этот пробел в психическом развитии.
7.	<i>Общеразвивающие упражнения</i>	Способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических показателей и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата.

8.	<i>Подвижные игры</i>	Закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми; создают условия для формирования у детей ориентировки в пространстве, умение согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Наиболее эффективна организация подвижных игр на свежем воздухе.
9.	<i>Плавание</i>	Оказывает стимулирующее воздействие на растущий организм ребенка (физические свойства водной среды, в частности плотность воды, оказывают специфическое влияние на функции кровообращения, дыхания, кожные рецепторы). Занятия в воде необходимо сочетать с общеразвивающими упражнениями и подвижными играми на суше.

При составлении режима необходимо учитывать следующее, показанное в схеме.

Таблица 1.3.

Составляющие режима дня

Возрастные особенности высшей нервной деятельности: изменение предела работоспособности клеток коры головного мозга определяет общее количество часов и продолжительность отрезков сна и бодрствования.
Возрастные особенности в работе пищеварительной системы, которые регламентируют количество кормлений в течении суток.
Индивидуальные особенности: детям с возбудимой и слабой нервной системой нужно спать больше, отдыхать чаще.
Возрастные потребности в движениях.
Время года, климатические условия.

Режим детской жизни – это рациональное, четкое чередование бодрствования, сна, питания, различных видов деятельности, повторяющихся ежедневно в определенной последовательности.

С.А. Терновская, Л.А. Теплякова, считают, что неотъемлемыми чертами режима являются ритмичность и постоянство его основных элементов в течение определенного времени. Ритмичность режима обусловлена ритмичностью природных явлений, ритмичностью деятельности организма, которая проявляется в чередовании сна и бодрствования, изменении температуры тела (повышения к вечеру и понижения к утру), в ритме дыхания, сердечных сокращений, в ритме работы пищеварительного тракта и т.д. [27]

Воспитательное значение режима заключается в том, что в процессе часто повторяющихся действий в определенное время и определенной последовательности ребенок легче овладевает многими, наиболее целесообразными бытовыми, культурно-гигиеническими, трудовыми навыками; эти навыки автоматизируются, и внимание ребенка освобождается для другой, более сложной деятельности. Вместе с тем ребенку предоставляется возможность действовать самому, что развивает такие важнейшие качества личности, как самостоятельность, активность, инициатива. [27]

В.Н. Шебеко считал, что важным компонентом полноценного физического воспитания детей является *рационально организованное питание*. Питание - один из основных источников процесса обмена, без которого невозможна жизнь. Для растущего организма питание имеет особо важное значение, так как оно обеспечивает нормальный рост и развитие всех тканей. [27]

Все отклонения от нормы в питании быстро сказываются на жизнедеятельности детского организма.

Создание санитарно-гигиенической обстановки в соответствии с существующими нормативами САНПиН также важное условие для физического воспитания. Это предусматривает поддержание чистоты и порядка в помещении и на участке, соблюдение оптимального светового, воздушного и температурного режима в помещении, а также гигиены одежды детей и взрослых. Не менее важно создание необходимой материальной среды: рациональная планировка помещения и участка, обеспечение мебелью и физкультурным оборудованием в соответствии с возрастом детей.

К культурно-гигиеническим навыкам относятся навыки по соблюдению чистоты тела, культурной еды, поддержания порядка в окружающей обстановке и культурных взаимоотношений детей друг с другом и со взрослыми. [7]

В.К. Бальсевич отметил, что физиологической основой культурно-гигиенических навыков и привычек является образование условно-рефлекторных связей, выработка динамических стереотипов. Данные навыки и привычки имеют выраженную социальную направленность, так как дети приучаются выполнять установленные в обществе правила, соответствующие нормам поведения. [7]

Физические упражнения - это специальные движения, а также сложные виды двигательной деятельности, направленные на решение задач физического воспитания.

За период дошкольного детства при целенаправленном педагогическом воздействии в развитии движений происходят большие сдвиги: от произвольных, хаотичных движений при рождении до овладения всеми основными движениями, спортивными упражнениями. [7]

М.В. Антропова, М.М. Кольцова считают, что физические упражнения оказывают многогранное физиологическое воздействие на организм. При сокращении мышц активизируются процессы обмена веществ, кровообращения, перестраивается работа всех внутренних органов и систем. Работающая мышца поглощает в 7 раз больше кислорода и в 3 раза больше питательных веществ по сравнению с бездействующей. Это стимулирует рост и развитие мышечной системы. Важны физические упражнения и для полноценной работы головного мозга: улучшается его кровоснабжение, повышается общий тонус коры, благодаря чему усиливается деятельность всех анализаторов. При активной мышечной работе перевозбуждение систем мозга уменьшается или полностью снимается. Также улучшаются основные свойства нервной системы (ее сила, подвижность, уравновешенность).

Физические упражнения в разной форме включаются в утреннюю гимнастику, физкультурные и музыкально-двигательные занятия, особенно их много в разнообразных подвижных играх.

Таким образом, введение в реализацию ФГОС ДО адресного подхода во многом будет способствовать индивидуализации в подходе к каждому

ребенку. Учет индивидуальных физических возможностей способствует в творческой самореализации ребенка на занятиях по физической культуре.

ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Среди объектов социального мира, которые познаёт ребёнок, находится и он сам. Дошкольник проявляет интерес к себе, к своему организму, к своему полу, к своим чувствам, переживаниям. Психологи называют это развитием самосознания. К старшему дошкольному возрасту, ребёнок уже довольно много знает о себе, умеет управлять собственными чувствами и поведением, что способствует появлению произвольности поведения.

В дошкольном возрасте у ребёнка развивается физиология. Достижением дошкольного возраста является развитие разных видов деятельности: игровой, художественной, трудовой. Качественно меняется характер развития эмоциональной сферы.

С течением времени ребёнок становится всё более самостоятельным. У него формируется способность к проявлению волевых усилий для достижения желаемой цели, особенно это характерно для физического развития.

Давая общую характеристику ребёнку дошкольного возраста, следует отметить, что его развитие осуществляется по нескольким направлениям. Можно выделить развитие физическое; умственное; эстетическое; нравственное; развитие эмоций, воли, интеллекта; развитие деятельности как формы жизненной активности. В каждом из названных направлений наблюдается динамика в становлении ребёнка как существа социального.

Физическое развитие ребёнка по-прежнему связано с умственным. Однако в раннем возрасте оно как бы вело за собой все другие стороны развития. В дошкольном же возрасте физическое развитие становится необходимым условием, фоном, на котором успешно происходит разностороннее развитие ребёнка.

Сфера физического воспитания детей требует от воспитателя постоянных контактов с медицинскими работниками, учета их рекомендаций, адресного подхода к детям, бесед с родителями.

Работа проходит в разных формах: физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные игры, физические упражнения на прогулке), самостоятельная двигательная деятельность детей, активный отдых (физкультурные досуги, праздники, дни здоровья).

Таким образом, всё сказанное в этой главе должно настроить педагогов на то, что создание особой среды в ДОО для физического развития детей должно строиться на адресном подходе, с учетом индивидуальных особенностей каждого без исключения ребенка.

Глава II. ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАБЛЮДЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ АДРЕСНОГО ПОДХОДА В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ В ДЕТСКОМ САДУ № 20 «КАЛИНКА»

2.1. Выявление адресного подхода по физическому воспитанию детей в детском саду № 20 «Калинка»

Для повышения качества предоставляемых образовательных услуг, дошкольная образовательная организация должна обеспечить социокультурную среду сопровождения личности ребенка в реализации всех образовательных областей ФГОС ДО. Образование в любом случае возможно лишь в специально организованных условиях, т.е. необходимо создать развивающую предметно-пространственную, социокультурную среду для реализации ОО «Физическое развитие».

ФГОС дошкольного образования направлен на решение задачи формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей.

Для подтверждения гипотезы ВКР нам необходимо было определить уровень в области физического развития, провести сравнительный анализ результатов исследования.

В качестве экспериментальной базы исследования нами было определено МБДОУ ДС №20 «Калинка».

План проведения нашего педагогического исследования проходил в три этапа:

- 1) констатирующий;
- 2) формирующий;
- 3) контрольный.

На *констатирующем этапе* педагогического наблюдения основной целью являлось изучение социокультурной среды по физическому воспитанию детей ДОУ ДС №20 «Калинка». Цель современного образования – оказать педагогическую поддержку каждому ребенку на пути

его развития, самопознания и самоутверждения в этом мире.

Мы организовали работу с родителями, на собраниях, индивидуальных консультациях, на сайте детского сада мы поясняли следующие вопросы. *Реализация адресного подхода* – это образование, которое обеспечивает развитие и саморазвитие конкретной личности ребенка дошкольного возраста с выявлением его индивидуальных особенностей как субъекта познания и предметной деятельности.

Мы расподобили понятия, связанные с проблемой исследования и пояснили их родителям. В.К. Бальсевич считает, что *физическое воспитание* – это процесс целенаправленного и систематического формирования здорового, полноценного человека, его физических сил и физических качеств, обеспечивающих его приобщение к физической культуре и стремление к физическому совершенству.[7]

Физическая культура – совокупность материальных и духовных ценностей общества, которые накоплены, создаются и используются для физического совершенствования людей.

Содержание физической культуры составляют:

1) *личная гигиена*, включающая в себя навыки в труде и быту (аккуратность, опрятность одежды, чистоту помещений), и привычки к гигиеническому режиму (рациональный распорядок деятельности и отдыха, гигиена сна, питания и т.д.);

2) *закаливание организма* в естественных условиях природы (воздух, солнце и вода);

3) *физические упражнения*.

Система физического воспитания включает создание санитарно-гигиенических условий, закаливание, формирование культурно-гигиенических навыков, организацию рационального питания, проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий, прогулок, спортивных игр и развлечений.

Физическое воспитание тесно связано с *возрастными особенностями детей*. В связи с этим, в программе «От рождения до школы» (авторы А. В. Антонова, Н.А.Арапова-Пискарева, М.М.Борисова, Н.Е.Веракса, В.В.Гербова и др., 2010) определяются конкретные задачи, содержание, методы и формы организации физического воспитания в раннем дошкольном и школьном возрасте, а также преемственная связь между ними. Особенно важно физическое воспитание в раннем и дошкольном детстве, когда происходит наиболее интенсивное развитие организма ребенка, когда формируются основные его движения, но вместе с тем организм еще очень слаб и раним. [23]

Физическое воспитание детей дошкольного возраста направлено прежде всего на охрану жизни и укрепление здоровья, полноценное физическое развитие, формирование двигательных навыков и развитие физических качеств, на освоение культурно-гигиенических навыков, воспитание привычек к упорядоченному ритму жизни.

Основной формой развития и обучения детей движениям признаны занятия, проводимые воспитателем по физической культуре. В тоже время значительное место в системе физического воспитания занимают подвижные игры, которые широко применяются на занятиях учителя-дефектолога, на других занятиях (музыка, ритмика, театрализованная деятельность), а также в ходе прогулок, проводимых воспитателем.

Занятия по физическому воспитанию решают как общие, так и коррекционные задачи. Для *физического развития* в занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (ходьба, бег, прыжки). Большое разнообразие воспитательных дел физкультурного направления позволяет решать в комплексе задачи нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания.

При работе с детьми воспитатель и инструктор по физической культуре использует следующие средства:

1. Физические упражнения: дыхательные упражнения,

физкультминутки, оздоровительный бег, упражнения для кистей рук, игры и упражнения на развитие внимания.

Учитывается самостоятельная двигательная активность ребенка. Эффективность решения задач физкультурного воспитания проявляется при условии целостного двигательного режима, отвечающего возрастным и индивидуальным особенностям ребенка.

2. Психологические факторы: общий режим занятий, отдыха, питания, сна; гигиена одежды, обуви, физического оборудования, помещения, площадки. Выполняются приемы безопасности и стимуляции деятельности (помощь, страховка, похвала и т.д.). Это необходимо для создания психофизиологического комфорта.

3. Эколого-природные факторы: прогулки на свежем воздухе.

На первом этапе мы решили проверить на соответствие программным требованиям состояние физического развития, с адресным учетом детей, в том числе и имеющих патологию и имеющих заболевания на данном этапе.

Таблица 2.1.

Диагностика выполнения программных требований на первом, контрольном этапе

Программные требования	Выполняло кол-во детей	%, соответствуют программным требованиям
Культурно-гигиенические навыки	25	72
Утренняя гимнастика	25	68
Метание	24	58
Построения	25	60
Ходьба	25	60
Бег	22	58
Прыжки	22	60
Ползание	21	56
Упражнения без предметов.	23	70
Упражнения с предметами.	23	56
Упражнения для развития равновесия	22	56
Подвижные игры	25	80

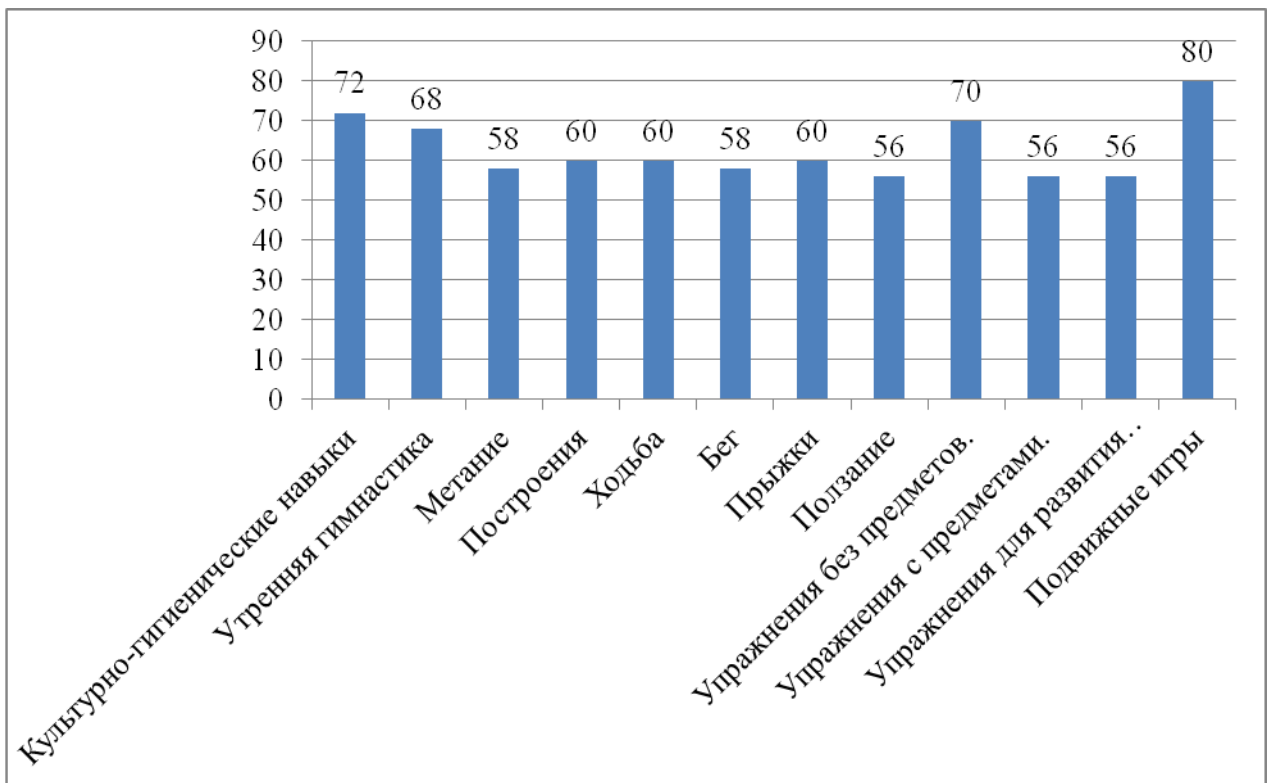


Рис. 2.1.

Диагностика выполнения программных требований на первом, контрольном этапе, %

Таким образом, система физического развития не в полной мере отвечает программным требованиям.

2.2. Реализация адресного подхода по физическому воспитанию

Целью *формирующего этапа* педагогического наблюдения явилась качественная реализация образовательной области «Физическое развитие» с помощью проекта «Детский сад и спорт» на основе развития социокультурной среды ДОУ.

Цель проекта: создание у детей мотивации физического развития, желания заниматься физической культурой и спортом, посредством ознакомления со спортивными достижениями страны, высокими личными достижениями людей, ставших спортивной славой России.

Остановимся на содержании проекта. В рамках проекта «Детский сад и спорт» должны были и реализованы акции детсадовского уровня.

Мы полагали, что реализация проекта позволит решить актуальные задачи физического воспитания:

1. Ознакомление детей с разными видами спорта;
2. Развитие положительной мотивации к занятиям спортом, здоровому образу жизни;
3. Расширение двигательных возможностей ребенка за счет освоения новых доступных движений, выполненных в процессе игровых и спортивных мероприятий
4. Расширение кругозора в вопросах спортивной жизни страны;
5. Обогащение знаниями в области физической культуры и спорта;
6. Формирование интереса к определенному виду спорта.

По окончании проекта мы обнаружили, что привлечение родителей повысило их компетентность в области физического развития детей и вызовет интерес к совместным физкультурным досугам. По рекомендации педагогов и самостоятельно родители совместно с детьми посещали стадионы, спортивные площадки в городе, «болели» за любимую команду на соревнованиях, участвовали в массовых спортивных мероприятиях, традиционно проводимых в городе и детском саду.

На первом этапе проекта проводили работу с родителями воспитанников, мотивировали детей на соревнования и спортивные праздники.

Физкультурные праздники дошкольников проходили в виде соревнований между группами, перемежающимися веселыми играми, плясками, песнями, отгадыванием загадок, аттракционами. Участие в праздниках объединяло детей и взрослых общими переживаниями, вызывало приподнятое настроение.

Физкультурные праздники в детском саду организовывали 2 раза в течение года: в середине года – зимний праздник (с проходами зимы); летний праздник, в период выпуска детей в школу. Длительность праздника не превышала полутора часов.

В программе зимнего праздника преобладали физические упражнения и игры, характерные для зимних условий. Летний праздник включал различные веселые игры, соревнования в беге, прыжках, метании, катании на велосипедах, самокатах, роликах; упражнения с мячами, скакалками и другими предметами; элементы спортивных игр (баскетбол, футбол, бадминтон), игры–эстафеты, веселые аттракционы (бег в мешках, перетягивание каната и др.).

Сценарий физкультурного праздника продумывали и составляли заранее. В нем предусматривали такое чередование разнообразного материала, которое обеспечит достаточную физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии с возрастными возможностями и подготовленностью детей.

Подготовка к физкультурному празднику, как и к любому другому, должна велась в процессе всей работы с детьми. Игры, упражнения, разнообразные построения разучивали постепенно на физкультурных занятиях, во время прогулок и повторяли на утренней гимнастике. Однако некоторые игры, аттракционы были включены в программу праздника без предварительного ознакомления с ними, как сюрпризный момент. При этом стремились к тому, чтобы движения, на которых основаны эти игры, были сравнительно легки для выполнения. Например, проведение с небольшой группой детей таких игр-аттракционов, как «Кто скорее переоденется?», «Бег в мешках», «Кто скорее?» (бег в больших галошах с зонтиком), вносили оживление, доставляли радость, удовольствие не только их участникам, но и всем присутствующим на празднике.

При подготовке к празднику назначали ведущего из взрослых (воспитатели, родители), продумывали порядок участия разных групп,

команд детей, а также взрослых. Ведущий стремился к тому, чтобы праздник проходил живо, интересно. Он поддерживал активность всех детей, эмоциональную атмосферу. Дошкольников приучали сопереживать успехам и неудачам друг друга, поддерживать хорошие взаимоотношения с товарищами.

Заранее продумали формы поощрения детей, коллективные награды. Они помогали сплочению детей, воспитанию у них чувства дружбы и коллективизма.

Дети активно участвовали в подготовке к физкультурным праздникам. Они вместе с воспитателями и родителями приготовили различные поделки для украшения площадки, зала, где проходил праздник, расчистили площадку, залили каток, ледяные дорожки, горку, помогали взрослым подготовить костюмы для отдельных персонажей, расставить различные пособия и т. п.

В режим детской жизни, как форма физкультурно-оздоровительной работы, входит День здоровья. Его проводили 1 раза в квартал. Воспитатель со своими помощниками (няня, медсестра, заведующая детским садом, кто-либо из родителей, старшие сестры и братья) заранее продумывали маршрут и содержание похода, готовили вместе с детьми необходимое оснащение (рюкзак, корзины, пакет неотложной медицинской помощи, фляга с питьем и т. п.), соответствующую одежду, обувь, головные уборы – желательно яркие, одного цвета для всей группы, чтобы легко было отличить своих, эмблемы, отличительные флажки для дежурных, обеспечивающих безопасность перехода через проезжую часть улиц, дорог. Проводили поход в виде увлекательной тематической игры, одной из задач которой явилось развитие навыков самоорганизации, таких качеств, как дисциплинированность, дружелюбие, чувство товарищества.

В День здоровья мы организовывали несложные соревнования («Самые ловкие, быстрые», «Мы молодцы – мы выносливые», «Веселая гимнастика», «Поиграем вместе с мамой (папой, бабушкой и дедушкой)»),

«Встречаем наших друзей – воспитанников соседнего детского сада, школьников, юных спортсменов, шефов»). Соревнования были тщательно организованы, обеспечены объективным и справедливым судейством. На примере улучшения результатов в ловкости, выносливости, силе, скорости и в технике движений разных видов показывали и поясняли детям роль систематического повторения упражнений, значение таких качеств, как упорство, настойчивость. Несмотря на игровую форму соревнований, дошкольников приучали к серьезному и ответственному отношению к ним, полному и осмысленному проявлению физических и волевых усилий.

На втором этапе проекта осуществлялась работа по развитию ручной и тонкой ручной моторики, которая проводилась на специальных занятиях. На начальном этапе обучения большое внимание уделяли общему развитию рук ребенка, формированию навыка хватания, становлению ведущей руки, согласованности действий обеих рук, выделению каждого пальца. В ходе проведения занятий у детей отрабатываются навыки удержания пальцевой позы, переключения с одной позы на другую, одновременного выполнения движений пальцами и кистями обеих рук.

Третий этап проекта реализации проекта включал коррекционно-педагогическую работу.

Стратегия организации физического воспитания базируется на физиологических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма. В занятия включали физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (метание, ходьба, бег, лазание, ползание, прыжки), а также общеразвивающие движения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Ход коррекционно-педагогической работы.

В ходе утренней гимнастики в ДОУ предлагали детям основные виды движений в следующей последовательности: движения на растягивание в

положении лежа; метание, ползание и движения в положении низкого приседа, на коленях; упражнения в вертикальном положении (ходьба, лазание, бег) и подвижные игры.

Метание - движения выполняли по показу; дети учились удерживать и бросать мячи в цель (корзинку). При этом использовали мячи, разные по весу, размеру, материалу. Сначала дети учились ловить мячи среднего размера; надувные, пластмассовые, резиновые; с гладкой и шероховатой поверхностью.

Построения выполняли с помощью воспитателя и самостоятельно без равнения, в колонну по одному и в круг.

Ходьба выполнялась за воспитателем и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов; группой к противоположной стене зала; по кругу друг за другом и за воспитателем; с остановками по окончании звуковых сигналов; парами взявшись за руки, на носках, на пятках, с изменением положения рук (вверх, в стороны, на пояс).

Бег выполняли по показу за воспитателем и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов.

Прыжки выполняли по показу и с помощью воспитателя: подпрыгивание на носках на месте; подпрыгивание на носках с небольшим продвижением; спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги, держась за руку воспитателя (высота 20 - 25 см).

Ползание выполняли со страховкой по звуковому сигналу; перелезание через две гимнастические скамейки (расстояние 1,5 - 2 м).

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения без предметов. Повороты туловища вправо-влево; приседания с выпрямлением рук; подпрыгивание на носках на месте; движение кистями - покручивания, помахивания, похлопывания; кружение на месте переступанием с положением рук на поясе.

Упражнения с предметами. Упражнения с флажками, с мячами. Выполняли вместе с воспитателем по подражанию. С флажками:

одновременное движение рук вперед - вверх - в стороны - вниз; поочередные движения вверх над головой.

Упражнения для развития равновесия выполняли по показу, с помощью воспитателя. Ходьба вдоль каната, положенного змейкой; ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол; движения головой - повороты, наклоны. *Подвижные игры* выполняли по подражанию действиям воспитателя, носят бессюжетный и сюжетный характер.

Таблица 2.2.

*Диагностика выполнения программных требований
по окончании проекта,
на контрольном этапе педагогического наблюдения*

Программные требования	Выполняло кол-во детей	%, соответствуют программным требованиям
Культурно-гигиенические навыки	25	96
Утренняя гимнастика	25	96
Метание	24	72
Построения	25	72
Ходьба	25	76
Бег	22	72
Прыжки	22	72
Ползание	21	70
Упражнения без предметов.	23	82
Упражнения с предметами.	23	82
Упражнения для развития равновесия	22	82
Подвижные игры	25	100

Анализ сопоставления результатов констатирующего и контрольного этапов свидетельствует: на высоком уровне освоения физического развития находится 23% детей, участвующих в наблюдении.

Выявлен средний уровень сформированности физического развития детей, что составляет 50% от общего числа детей, участвующих в педагогическом наблюдении.

Эти дети называли физические нормы, правильно оценивали поведение детей и мотивировали свою оценку. Дети правильно раскладывали картинки (на одну сторону – правильное выполнение, на другую – не правильно).

Дети объясняли свои действия, при этом эмоциональные реакции на поступок были адекватны, но выражены слабо).

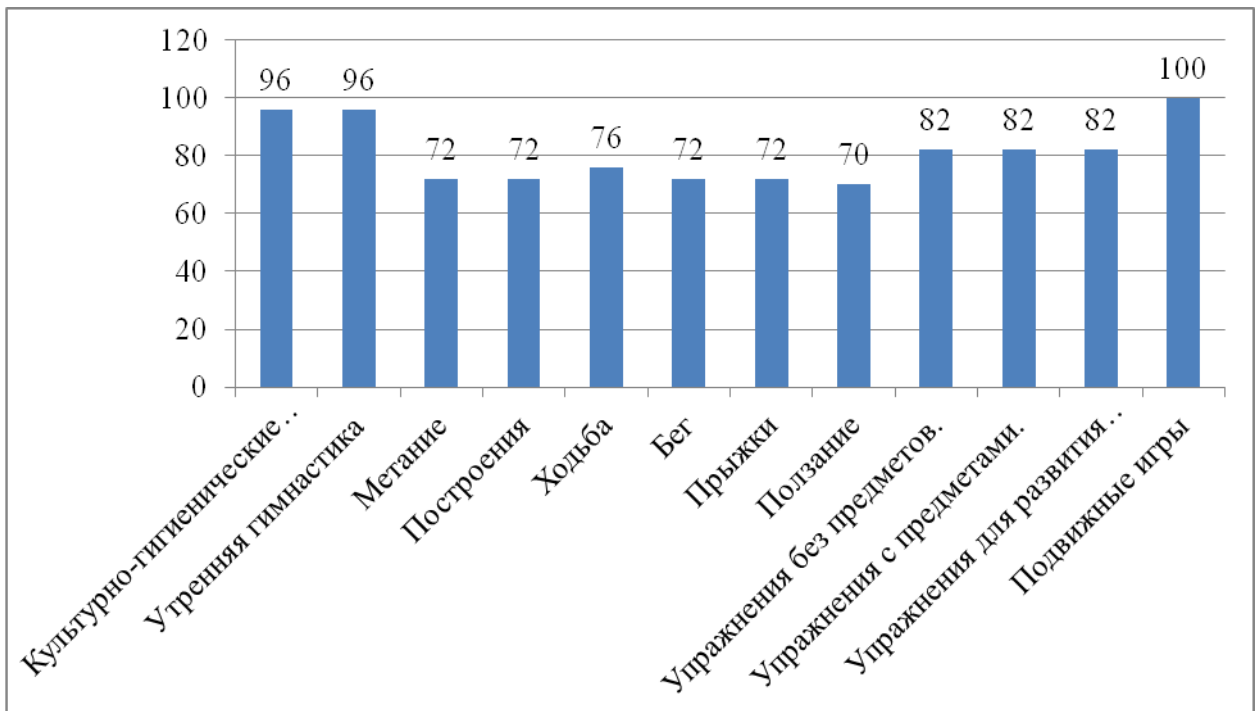


Рис. 2.2

Диагностика выполнения программных требований по окончании проекта, на контрольном этапе педагогического наблюдения, %

На низком уровне освоения физического развития выявлено 27% детей, участвующих в наблюдении. Эти дети компетентно распределяют особенности выполнения кинестезических нормативных заданий другими детьми - правильно - не правильно (хорошо - плохо), но оценку не мотивируют и норму не формулируют.

Сопоставление задания «Сюжетные картинки» показали.

На высоком уровне освоения физического развития эмоционального отношения к программным нормам находится 18% детей, от участвующих в педагогическом наблюдении детей. Эти дети не только правильно разложили картинки, но и обосновали свой выбор, сопровождая его яркими эмоциональными реакциями.

На среднем уровне освоения физического развития находятся 68% детей.

На низком уровне освоения физического развития выявлено 14% детей, участвующих в педагогическом наблюдении. Они правильно раскладывают картинки, но не могут обосновать свои действия.

Таким образом, результаты контрольного этапа и успешность реализованных проектов свидетельствуют об эффективности системы адресного подхода в социоусловиях, формирующих и развивающих физические качества дошкольника, была теоретически проверена и доказана в практике работы МБДОУ ДС «№20 Калининка», что говорит о правильности выбора данного адресного подхода.

На основании полученных результатов мы составили методические рекомендации начинающему воспитателю по проблеме исследования.

2.3. Методические рекомендации по организации адресного подхода в физическом воспитании детей

Физическое развитие – это формирование у детей системы ценностей: представлений о добре и зле, правде и лжи, времени и пространстве, дружбе и т. д. В процессе физического воспитания осваивается социальный опыт, приобретаются знания, умения, навыки, формируется общение и взаимодействие с другими людьми, закладываются определенные нормы и правила.

Дошкольный возраст - это такой период, когда ребенок очень чувствителен, сенситивен к физическому развитию, перед детьми открывается мир духовных ценностей, нравственных принципов, человеческих отношений и т. д.

В дошкольном возрасте формируется становление фундамента личности: самооценки, эмоционального интеллекта, нравственных ценностей

и социализация. Приобщение детей к нормативам образовательной программы является одним из основных принципов ФГОС ДО. При написании программы детского сада необходимо учитывать специфику социокультурных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность всех образовательных областей.

Для успешного физического развития в области физического воспитания у детей детского сада №20 «Калинка» мы рекомендуем следующие подходы:

- формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками;
- укреплять здоровье детей;
- формировать правильную осанку у каждого ребенка;
- формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности;
- развивать у детей движения, двигательные качества, физическую и умственную работоспособность;
- тренировать у детей сердечно-сосудистую и дыхательную системы, закаливать организм;
- создавать условия в группе для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний;
- осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновение вторичных отклонений в психофизическом развитии ребенка;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого;
- учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции;
- использовать оздоровительно-развивающие упражнения на развитие манипулятивной функции рук для развития мелкой моторики и речевых навыков (упражнения с различными предметами (мячи, скакалки, шнуры,

кольца, обручи) основанные на перекладывании, перебрасывании предмета.

Адресный подход в физическом развитии ребенка по ФГОС ДО должно осуществляться путем приобщения детей к *подвижным играм, упражнениям для развития равновесия, упражнениям с предметами, упражнениям без предметов, ползанию, прыжкам, ходьбе, построениям, метанию*, формировать у дошкольников первичные представления о физкультурных традициях ДОУ, выполнению гигиенических навыков, выполнению утренней зарядки.

Начинающему воспитателю дошкольного учреждения необходимо создавать условия для приобщения детей их родителей к основным физкультурным ценностям, обеспечивать единство познавательного, эмоционального и нравственного развития дошкольников, способствовать созданию системного пространства воспитания и общения в дошкольном учреждении, и, конечно, повышать педагогическую культуру родителей. При этом одним из главных условий достижения результата является компетентность всего педагогического коллектива детского сада.

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

Модернизация и инновационное развитие нашего общества требуют появления инициативных, способных творчески мыслить и находить нестандартные решения людей, готовых обучаться в течение всей жизни. Все необходимые для этого навыки формируются с детства. Для максимального использования всех возможностей, предоставляемых детством, необходимо создавать условия по организации образовательного пространства, обеспечивающего успешное развитие «разных» детей: одаренных, с ограниченными возможностями здоровья и особыми потребностями, мигранта, сироты и ребенка из многодетной семьи. При этом следует учитывать принципы дошкольного образования, заявленные Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО).

Для правильного формирования ценностей физической культуры необходима целенаправленная педагогическая деятельность, которая будет способствовать физическому развитию дошкольников в детском саду.

При соблюдении требований к формированию социокультурной среды на основе адресного учета возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей детей: дошкольники без проблем освоят систему социокультурных ценностей, у них будут развиты коммуникативные умения (слушать друг друга, выражать свое мнение, договариваться и т. д.), у детей будут развиты: речевое взаимодействие; мотивация к общению, самоконтроль, самостоятельность и т. д., то есть в ДОО в полной мере будет выполняться ФГОС ДО.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Реалии современной жизни подводят педагогов дошкольного образования к необходимости учета физических способностей детей дошкольного возраста. Очевидно, что социализация как процесс взаимодействия личности дошкольника со средой может вступить в противоречие, если деятельность на занятиях физической культурой не становится механизмом формирования необходимых физических качеств личности.

В первой главе нашего исследования мы рассмотрели особенности возрастного физиологического и психического развития детей дошкольного возраста, представили психологическую характеристику развития личности дошкольника; выявили сущность феномена «социокультурная среда образовательной области детского сада».

В развитии личности происходят такие процессы как становление и формирование ее под влиянием внешних и внутренних, управляемых и неуправляемых факторов, среди которых ведущую роль играют целенаправленное воспитание и обучение дошкольников.

Мы определили, что развитие личности дошкольника происходит под влиянием постоянно меняющихся условий, как внешних, так и внутренних. Меняется общество, экономическое положение, социальные роли ребенка (от малыша к дошкольнику, затем к школьнику), меняются друзья, привычки, увлечения, меняется внутренний мир.

Все это накладывает отпечаток на адресное физическое развитие и физкультурное воспитание, а иногда является и необходимым условием для формирования его основ.

Возможности дошкольного образования, предоставленные ДООУ, ограничены. Поэтому они должны компенсироваться в первую очередь семейным воспитанием и социокультурной средой ДООУ а также, дополнительным образованием.

Во второй главе мы описали опыт реализации адресного подхода в работе по физическому развитию на примере детского сада «МБДОУ ДС №20 Калининка». Для того, чтобы улучшить показатели констатирующего этапа педагогического наблюдения, мы разработали и провели проект, направленный на развитие интереса и у детей, и у родителей к физическому развитию.

Наши теоретические выводы и диагностика на заключительном этапе педагогического наблюдения подтвердила гипотезу о том, что если учитывать все требования Стандарта к компонентам социокультурной среды образовательной области «Физическое развитие», формируемой на основе учёта возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей детей, то процесс целенаправленного физического развития личности дошкольника будет и полноценным, и соответствовать ожиданиям заказчиков дошкольного образования.

Фактором личностного физического развития, кроме этого, можно выделить влияние конкретных индивидуальных биологических и психологических особенностей человека, обстоятельств его личной жизни.

Таким образом, задачи поставленные в начале исследования выполнены, цель достигнута. Мы не претендуем на полноту исследования, но заявляем, что тема требует продолжения разработки, поскольку здоровье детей – всегда актуальная проблема.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Амонашвили, Ш. Психологические основы педагогики сотрудничества/ Ш. Амонашвили, –Киев: 21 ВЕК, 2011. – 97 с.
2. Аникеева, Н.П. Воспитание игрой / Н.П. Аникеева. - М.: Просвещение, 2010.– 97 с.
3. Аникеева, Н.П. Психологический климат в коллективе / Н.П. Аникеева. – М.: Просвещение, 2009. – 78 с
4. Асмолов, А.Г. Психология личности Учебник/ А.Г. Асмолова — М.: Изд-во МГУ, 1990. – 367 с.
5. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого/В.К. Бальсевич, - М.: Физкультура и спорт, 2003. - 208с.
6. Буева, Л.П. Личность и среда. Ребенок в системе коллективных отношений: Тез. докл. к выездн. засед. лаб. в Ленинграде 28 июня 2000 г./ Л.П. Буева. - Санкт- Петербург, 2009. – 56с.
- 7.. Вильчковский, Э. С. Физическое воспитание дошкольников в семье. — К.: Радянська школа, 1987. – 128 с.
8. Голованова, Н.Ф. Социализация школьников как явление педагогическое/Н.Ф. Голованова//Педагогика.–2008. – № 5. – С. 42 – 46.
9. Доман, Г. Как сделать ребенка физически совершенным / Г. Домана, Пер. с англ. — М.: АСТ, Аквариум, 2000. – 333 с.
10. Захарова, Л.М. Социокультурное развитие ребенка дошкольного возраста в процессе ознакомления с физкультурой / Л.М. Захаровой, Ю.В. Пурскаловой, [Электронный ресурс] /<http://www.teoria-practica.ru>
11. Кутырева, С. И. Методическая разработка проектной деятельности по социокультурному развитию детей старшего дошкольного возраста «Живем вместе»/ С.И. Кутыревой [Электронный ресурс]/<http://nsportal.ru/detskii-sad>
12. Козлов, И.Ф. Педагогический опыт А.С. Макаренко/ И.Ф. Козлов. - М.:

- Новая школа, 2014. – 400 с.
13. Кривов, Ю.И. О месте понятия «социализация» в современной педагогике / Ю.И. Кривов // Педагогика. – 2015. – № 2. – С. 11 – 22
 14. Кольцова, М.М. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей дошкольного возраста / Под ред. М. В. Антроповой, М. М. Кольцовой. — М.: Педагогика, 2003. – 380 с.
 15. Лаптев, А.В. Управление физическим развитием / А.В. Лаптева – Москва, 2003. – 180 с.
 16. Лайзане, С.Я. Физическая культура для малышей: Книга для воспитателя детского Сада / С. Я. Лайзане — М.: Просвещение, 1987. – 160 с.
 17. Матюхина, М.В. Возрастная и педагогическая психология / М. В. Матюхина, Т. С. Михальчик, Н. Ф. Прокина. - М.: Просвещение, 2014. – 256 с.
 18. Михайленко, И.Я. Игра с правилами в дошкольном возрасте/И.Я. Михайленко, Н.А.Короткова. – М.: Сфера, 2008. – 300 с.
 19. Новикова, В. П. Воспитание ребенка-дошкольника / В.П. Новиковой, Л.И. Тихоновой – М.: Владос, 2008. – 400 с.
 20. От рождения до школы. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010. - 304 с.
 21. Приказ Министерства образования и науки 17.10.2013 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями) // Сборник нормативно-правовых документов в образовании – 2014 - №4 – С. 4-47.
 22. Пензулаева, Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5 — 6 лет: Пособие для воспитателя дет. Сада / Л.И. Пензулаевой, — М.: Просвещение, 2008. – 143 с.

23. Рылеева, Е.В. Открой себя. Программа развития самосознания дошкольников в физической активности / Е.В. Рылеевой, – М.: Гном-Пресс, 2009.– 300 с.
24. Смирнова, Е.О. Развивающие игры для детей / Е.О.Смирновой, З.М. Богуславская, – М.: Просвещение, 2016. – 310 с.
25. Терновская, С.А. Теплякова, Л.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении/ С.А. Терновская, Л.А Теплякова, //Методист.-2015.-№4. - С.61-65
26. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 02.03.2016) «Об образовании в Российской Федерации» // Сборник нормативно-правовых документов в образовании – 2014 - №1 – С. 4-52
27. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: Кн. для воспитателя дет. сада /Сост. Ю. Ф. Лури. — М.: Просвещение, 2016. – 61 с.
28. Хухлаева, Г.В. Занятия по физической культуре с детьми 2 - 4 лет в малокомплектном детском саду: Кн. для воспитателя дет. Сада / Г.В. Хухлаевой– М.: Просвещение, 1992. – 192 с.
29. Шишкина, В.А. Движение + движение / В.А. Шишкиной, - М. Просвещение,- 1992. – 380 с.
30. Шабунин, Р.А. Двигательная активность и реакция вегетативных систем организма дошкольников и младших школьников : учеб. пособие/ Р.А. Шабунин. Свердловск, 1981. - С. 15.
31. Шарманова, С.Б. Инновационные подходы в физическом воспитании детей дошкольного возраста/ С. Б. Шарманова, А. И. Федоров // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. 2014. – № 4. -С. 50-51.
32. Шарманова, С.Б. Физическое воспитание детей дошкольного возраста : состояние, проблемы, технологические решения./С.Б. Шарманова. Челябинск: Изд-во УралГАФК, ЧГНОУ, УрОРАО, 2012. - 60 с.
33. Шейко, М.К. Подвижные игры в системе дошкольного воспитания :

- автореф. дисканд. пед. наук./ М. К. Шейко. Киев, 2012. – 24с.
34. Шебеко, В.Н. Индивидуально-дифференцированный подход в обучении движениям детей 4-5 лет в детском саду : автореф. дис. . канд. пед. наук. / В. Н. Шебеко. М., 2016, -24с.
 35. Шебеко, В.Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях./В.Н. Шебеко, В.А. Шишкина, Н.Н. Ермак. Минск : Ушверсггэцкае, 2008. – 274 с.
 36. Шебеко, В.Н. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях : практикум для высших пед. учеб. заведений/ В. Н. Шебеко, В. А. Шишкина, Н. Н. Ермак. -М. : Академия, 1997. С. 21 - 25.
 37. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников. Н.Н. Ермак, В.А. Шишкина, Практикум. – М.: Академия.- 1999. – 160 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1**Методические рекомендации по физическому воспитанию детей
дошкольного возраста**

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие являются его неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольном учреждении.

Большое внимание с раннего детства уделяется правильной осанки, двигательных навыков, координации движений, развитие физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости, силы и др. а также привитию культурно-гигиенических навыков и интереса к физическим упражнениям, что способствует формированию моральных качеств, волевых черт личности, ведению здорового образа жизни.

Одним из условий воспитания здоровых детей является организация правильного режима дня.

Для успешного физического развития ребенка необходимо комплексное использование всех форм физической работы (утренняя гимнастика,, физкультурные занятия, подвижные и спортивные игры, прогулки, организация самостоятельной двигательной деятельности детей, физкультурные досуги, спортивные праздники) обеспечивают нормальное физическое развитие детей дошкольного возраста.

Повышение двигательной активности в условиях образовательного учреждения.

Ежедневная двигательная активность дошкольников должна составлять не менее 1 часа, а в неделю -5-6 часов. Такую активность можно обеспечить следующими мероприятиями:

- утренняя гимнастика (6-10мин)
- закаливающие процедуры (5мин)
- три физкультурных занятия в неделю (15-30мин)
- физкультурный досуг два раза в месяц (15-30мин)
- подвижные игры в течении дня (20-30мин)

- спортивные игры на прогулки (20-30мин)
- пробежки на перегонки, на время, на расстояния(10-30мин)
- экскурсии вокруг сада(15-30мин)
- хозяйственно- бытовой труд, поручения: групповые и индивидуальные (16-30мин)
- использование физкультурного оборудование на участке (15-30мин)
- игры между занятиями (10мин)
- творческие подвижные игры.

Вместе с тем ежедневные занятия физической культурой в проветриваемом помещении и на открытом воздухе, частая смена упражнений при многократной повторяемости дают возможность постепенного увеличения нагрузки и полезной тренировки всех систем организма.

Во всех возрастных группах проводятся по три занятия физической культуры в неделю два в спортивном зале и одно на открытом воздухе, согласно расписанию.

При организации подвижных игр в течение дня и на прогулке необходимо учитывать равномерное распределение дневной нагрузки на разные группы мышц, чередуя игры с бегом, прыжками, метанием и ловлей, ползанием и лазанием, а также элементы спортивных игр, плавания.

Оздоровительные мероприятия в ДОУ.

Одно из важных задач современного дошкольного воспитания- снижение риска заболеваемости детей наиболее распространенными простудными заболеваниями. Большое внимание следует уделять их профилактике – закаливанию детского организма.

- воздушно-контрастное закаливание ;
- физические упражнения в помещении с контрастной температурой воздуха;
- ежедневное полоскание горла;
- ультрафиолетовое облучение;
- фитотерапия;
- точечный массаж

Приложение 2

Занятие в комнате двигательной активности с детьми 1 младшей группы (30-45 минут)

Цели:

1. Продолжать учить детей ходить по ребристой доске; подлезать под воротики; бросать, катить мяч.
2. Развивать равновесие, меткость, ловкость.
3. Воспитывать дружеские отношения в играх.

Оборудование:

- ребристая доска,
- горка,
- слоники для подлезания и бросания мячей,
- маленькие и большие мячи по количеству детей.

Ход занятия:

Сегодня мы с вами пойдём в гости к нашим любимым слоникам.

-Ой, смотрите, вот дорожка Нам по ней легко шагать.

По дорожке мы пойдём, Никуда мы не свернём.

По дорожке мы шагаем Выше ножки поднимаем.

Дети шагают друг за другом по ребристой доске. Подходят к горке.

— Кто это? Это папа-слон.

Папа — очень добрый слон Посылает всем поклон С горки всех зовёт кататься Будем весело смеяться Дети катаются с горки -Вот весёлая слониха, Ждёт вас в гости, посмотри-ка.

Залезайте, подлезайте, через хобот все шагайте.

Дети подлезают у слоника по животиком, а затем перешагивают через его хобот по 2-3 раза. Подходят к маленькому слонёнку.

Маленький слонёнок, Играет он с пелёнок Быстро мячики возьмём И ведёрко унесём.

Но сначала мы пролезем у него под животиком Дети подлезают под слоником, а затем берут из корзины по одному маленькому мячику и забрасывают его в ведёрко. Подходят к большой корзине с большими мячами.

Молодцы, детишки, Девчонки и мальчишки! Посмотрите-ка, скорее, Слоник мячики принёс.

Мячики красивые.

Круглые, игривые!

Упражнения с мячами в кругу:

1. Утром солнышко встаёт

Выше, выше, выше. Поднимают мяч над головой.

К ночи солнышко зайдёт Ниже, ниже, ниже. Опускают мяч вниз. (2-3 р.)

2. Покажем мячики друг другу. Повороты вправо и влево с мячом. (2-3 раза).

3. Попрыгаем, как мячики. Прыжки на месте с мячом.

4. Прокатим мяч и догоним его. Прокатывают мяч и догоняют.

-Складываем мячи в корзину. Давайте попрощаемся с нашими слониками.

Скажем им «до свидания».

Конспект физкультурного занятия в первой группе раннего возраста
Тема «В гости к кукле Кате» (30-45 минут)

Цели:

- формировать умение прыгать на двух ногах.
- упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, перешагивать через мешочки с песком («камушки»);
- ползать на четвереньках,
- подползать под дугу;
- упражнять в умении взойти на ящик и сойти с него;
- развивать умение ориентироваться в пространстве;
- помочь вызвать эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нём.

Материал и оборудование:

- кукла,
- маленький стульчик,
- «камушки» (мешочки с песком размером 20 на 12 см),
- ковровая дорожка шириной 20 см, дуга,
- ящик высотой 15 см,
- таз с водой комнатной температуры,
- вертикальные ёлочки высотой 50 см,
- грибочки маленькие деревянные,
- корзинка.

Ход:

Воспитатель: Ребята, посмотрите! К нам в гости пришла кукла Катя! Вон там она сидит! Пойдёмте к ней по дорожке. Перешагивайте через «камушки».

Вот какая красивая кукла Катя!

Катя (воспитатель берёт её в руки, говорит от её имени):

Я на стульчике сидела,

И на вас, на всех глядела!

Ах, как быстро вы шагали!

Не споткнулись, не упали!

И за это покажу вам гимнастику свою!

(Дети становятся врассыпную, кукла располагается недалеко от детей).

Воспитатель:

У катюши в гостях два

Два цыплёнка в лаптях,

И. П.: О.С. В: Поочерёдное поднимание ног.

Петушок в сапожках, И. П.: То же, В: на счёт 1-2 наклонились в «сапожках», 3-4 вернулись в И.П. (повторить 4-5 раз).

Курочка в серёжках, И. П.: свободное, В: На счёт 1-2 руки подняли, потянулись, 3-4 вернулись в И.П. (повторить 3 раза).

Селезень в кафтане,

Утка в сарафане,

И. П.: руки на поясе. Повороты туловища в разные стороны (повторить 3-4 раза).

А корова в юбке,

В теплом полушубке.

Прыжки детей на двух ногах.

Всех вместе собрали,

Бегать дружно стали.

Бег в разных направлениях. Спокойная ходьба.

Воспитатель: Вот какие молодцы! Катя любит гулять и нас зовёт!

(воспитатель берёт куклу в руки и говорит от её лица):

Вы скорей, скорей ползите

Да с дороги не сверните!

Основные упражнения:

1. ползание, подлезание под дугу, доползти до ящика, встать на ящик, сойти с него (2-3 раза).

2. И. П.: Дети держат палку хватом сверху. Воспитатель, повернувшись к ним, держит палку за середину и вместе с детьми выполняет упражнение.

По окончании основных движений убираются атрибуты и выставляются ёлочки, под ним — грибочки.

Воспитатель:

Вместе с Катей в лес пришли,

В лесу ёлочки росли.

А под ними-то грибы!

Надо все грибы сорвать

Да в корзиночку собрать.

(Дети собирают грибы по одному в корзинку).

Воспитатель: Вот сколько грибов! Полная корзинка! Ой, а ладошки-то испачкались. Пойдёмте, в ручейке ополоснём ладошки!

(Дети подходят к тазу с водой; в нём на дне вода. Звучит фонограмма спокойной музыки).

Воспитатель читает потешку «Водичка»

Водичка, водичка, Дети моют в воде ручки.

Умой моё личико. Умывают лицо (имитируют).

Чтобы глазки блестели, Моют глазки.

Чтобы щёчки покраснели, Моют щёки.

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок.

Прыгают на двух ногах и улыбаются.

Воспитатель: А теперь высушим ладошки: наберём в рот воздух, и подуем на ладошки. А теперь потрясём ручками и снова дунем на ладошки. Высушили?

Молодцы! Ой, ребятки, ветер сильный налетел, прячьте скорее ладошки, а то замёрзнут! (Дети прячут руки за спину, воспитатель дует сильно. Повтор два

раза). Молодцы! Все мы дружно наигрались и домой идти собрались!

(спокойная ходьба)

«Клепа учится быть здоровым»

Интегрированное занятие для детей старшего дошкольного возраста
(45-60 минут)

Цели:

- Уточнить знания о " праве на здоровье и медицинский уход",
- Дать детям знания о причинах возникновения заболевания и способах профилактики «плоскостопия» и «искривления позвоночника»,
- Развивать связную речь, мышление, память, зрительное восприятие, воображение,
- Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.

Материал:

- Карточки с изображением здоровой и плоской ступни (для демонстрации на магнитной доске).
- Платы “Лего” (10 штук),
- пластиковые тарелочки;
- фломастер,
- демонстрационное пособие «Позвоночник»,
- коробка с разной обувью,
- картинки для игрового упражнения «Найди отличие»,
- дорожки для профилактики плоскостопия,
- домик для Клепы.

Ход занятия:

Воспитатель: Ребята, сегодня у нас необычное занятие. Мы отправимся в гости к веселому клоуну Клепе. Ну что, идем? Дети: Да! Воспитатель: Ребята, вот мы с вами и пришли. (стучит) Выходит Клепа, здоровается с детьми. (Клепа идет, неуклюже, спина сгорблена, плечи опущены, вид больного человека) Клепа: Здравствуйте, детишки, девчонки и мальчишки, меня зовут Клепа.

Воспитатель: Здравствуй, Клепа! Что с тобой? Почему у тебя такое плохое настроение? Клепа: Я не знаю, что со мной! У меня очень болит спина!

Воспитатель: Ребята, по — моему, мы должны Клепе помочь! Ведь каждый человек имеет право на медицинский уход и на здоровье. Ты согласен, Клепа? Клепа: Да! Выставляется макет позвоночника.

Воспитатель: Как вы думаете, что это? Дети: Это позвоночник.

Воспитатель: Скажите мне, пожалуйста, какой он? Дети: Красивый, ровный, правильный
Воспитатель: На что похож этот позвоночник? Дети: На карандаш, столбик, палочку и т.д.

Воспитатель: Ребята, а если мы будем ходить так же, как Клепа, то наш позвоночник будет каким? Дети: Кривой, неровный, неправильный, согнутый, некрасивый!
Воспитатель: Саша, покажи, каким будет позвоночник? Ребенок сгибает макет позвоночника в виде крючка.

Воспитатель: На что теперь похож позвоночник? Дети: На крючок, ручку от зонтика, на согнутый пальчик и т.д.

Воспитатель: А чтобы этого не произошло, мы должны иметь не только

права, но и обязанности. Ребята, какие вы знаете обязанности по сохранению здоровья? Дети: Выполнять специальные упражнения и следить за тем как мы ходим и держим спину. Тогда наша спина не будет болеть и у нас будет красивая походка.

Воспитатель: Покажем Клепе наши упражнения, которые ему помогут?

Клепа, ты согласен? Клепа: Я очень хочу посмотреть ваши упражнения!

Игровое упражнение «Ровные спинки»:

Обычный шаг с сохранением правильной осанки 1. " Журавлик". Ходьба с высоким подниманием бедра (руки на поясе)

2. «Вырастем большими » Ходьба на носках (руки вверх, «в замке») 3. " Мишка косолапый". Ходьба на наружном крае стопы.

4. " Воробушек". Круги назад, согнутыми в локтях руками 5. Потягивание". Подняться на носки, левая рука вверх, правая назад.

Клепа (удивленно): Ой! Мне кажется, что мне стало лучше! Спасибо вам! ...

А сейчас я хочу показать вам свои удивительные рисунки. Они получились случайно. На днях я нечаянно наступил в краску и оставил свои следы на листе бумаги. Вот они (показывает) Правда, красивые? А у вас такие же?

Воспитатель: Нет, Клепа, у нас совсем другие рисунки! А почему они получились другими, я тебе сейчас расскажу. (Воспитатель вывешивает картинку с изображением стопы, здоровой и плоской).

Воспитатель: Вот так, ребята, выглядит здоровая стопа. А вот так — плоская (показывает соответствующие картинки). Казалось бы, какой пустяк — небольшая ложбинка на ступне. Но она выполняет очень важную роль: уменьшает нагрузку на кости и мышцы ног и всего позвоночника, когда мы бегаем, ходим, прыгаем. А сейчас сравним следы Клепы и наши следы.

Игровое упражнение «Найди отличие»

Ход:

Воспитатель предлагает детям рассмотреть иллюстрации с изображением здоровой стопы и плоской. Дети находят и называют отличия

Вопросы:

*Почему ты решил, что это здоровая стопа? *Как ты узнал, что стопа Клепы плоская? Воспитатель: Отчего же стопа может стать плоской? Оказывается, многое зависит от неправильной обуви! Клепа. Ой, правда, правда. Я раньше любил ходить в шлепках. А потом вдруг заметил, что мои ноги стали уставать.

Ребенок: Клепа, ты просто должен сменить обувь! Ребенок: Так как она должна быть с твердым задником и на небольшом каблучке. Воспитатель:

Ребята, поможем Клепе подобрать удобную обувь? У нас есть обувная коробка. Там лежит различная обувь. Вот её мы сейчас и разберем.

Игровое упражнение " Подбери правильную обувь"

Ход:

Дети рассматривают обувь, рассказывают, почему она не подойдет для Клепы, находят нужную, объясняют почему они так решили.

Клепа примеряет обувь, радуется Клепа: Мне так удобно! Ребята, а вам нравится?

Дети: Да! Клепа: Мне сразу захотелось отправиться с вами в путь.

Воспитатель: Замечательно! Тогда, мы отправляемся в путь по волшебной дорожке, на очень необычную полянку! По шершавой, по дорожке Проходили наши ножки!

Игровое упражнение «Волшебная дорожка»

Ход:

дети идут в колонне по одному по разнообразным дорожкам, сделанных нетрадиционным способом: из крышек, конструктора «Лего», камушек, мелкого конструктора.

Воспитатель: А вот и наша полянка! Садитесь на стульчики.

Игровое упражнение «Цветные кубики»

Ход:

Воспитатель: Ребята, перед вами на ковре разбросаны кирпичики мелкого лего и стоят тарелочки. Вы должны пальцами правой ноги собрать в тарелочку — красные кирпичики. Пальцами левой ноги собрать в тарелочку — синие кирпичики.

Воспитатель: Мы волшебные детали собираем, посмотри 1 — 2 — 3! Клёпа. Как здорово у вас получается, мне очень понравилось. Я так ловко ногами собирать конструктор не умею.

Воспитатель. Клёпа, а наши дети и не то умеют.

Рисовать все любят люди.

И мы художниками будем.

Ногой фломастер ты возьми, И детали обведи.

Клёпа: А как это? Мне с этим никогда не справится! Воспитатель: Сейчас ребята, тебе покажут.

Игровое упражнение «Умелые ножки»

Ход:

дети сидят на стульях. Перед ними на полу лежат листы бумаги, на которых разложены кирпичики красного и синего лего.

Воспитатель: Дети, вставьте пожалуйста, фломастер между пальцами правой ноги и обведите зеленые детали, а затем вставьте фломастер между пальцами левой ноги и обведите синие детали.

Клёпа. Ребята, какие вы молодцы! Я всегда думал, что рисовать можно только руками, а вы умеете ногами.

Воспитатель. Клёпа, ребята устали пока рисовали, давайте отдохнем немножко. И сделаем упражнения для стоп.

Упражнения для стоп

Наша козочка скакала, Дети переступают на месте, Да ноженьку сломала, не отрывая носков от пола.

Правда!

Но скажу тебе по чести: Поочередно вытягивают вперед Ведь нельзя сидеть на месте. То одну, то другую ногу и Правда! вращают ступнями ног в правую сторону.

Это всем давно известно вращают ступнями ног в левую сторону.

Без игры не интересно.

Трудно!

Наша козочка поплачет. Поглаживают ноги снизу вверх.

А поправиться — заскачет.

Чудно! Прыжки на месте.

Клёпа. Молодцы! Какие интересные упражнения вы показали. Я обязательно расскажу о них своим друзьям.

Воспитатель. Клёпа, а хочешь поиграть с нами в игру «Весёлый кубик»?

Клёпа. Конечно, хочу, вы меня научите? Дети. Да.

Игровое упражнение «Весёлый кубик»

Ход:

Воспитатель: Ребята, садитесь на стульчики, по кругу, вытянув ноги к центру. Перед каждым из вас лежит кирпичик из крупного лего. Нужно поднять его. Захватив между стопами, перенести вправо к ногам соседа. Затем также перенести кирпичик, полученный от соседа слева и т.д. таким образом, кирпичики передвигаются по кругу.

Воспитатель: Максим, покажи Клепе, как нужно брать кубик и передавать его. Клепа, тебе все понятно? Хорошо, а теперь... Дружно кубики берём, Кубик, захватив стопами, И по кругу их несём, Другу справа отдаем.

Клёпа. Ой, ребята, мне так у вас понравилось! Я узнал, как нужно пользоваться правом на здоровье и заботится о своем здоровье! Я всем, всем друзьям расскажу и научу их обязательно.

Воспитатель. Ну, вот ребята, наш друг Клепа научился. А чему вы сегодня научились? Ребенок: Мы узнали о своем праве на медицинский уход

Ребенок: Мы узнали о своих обязанностях, чтобы быть здоровыми.

Ребенок: Мы научились, как правильно заботится о своем позвоночнике и о своих ногах.

Воспитатель: Верно, ребята! Учились сами и научили нашего нового друга Клёпу.

Клепа: А сейчас мне нужно торопиться, чтобы ничего не забыть. До свидания, ребята! (Клепа прощается с детьми и уходит).

Воспитатель: Чтобы пожелать всем здоровья и счастья, мы поиграем ещё в одну игру, которая называется «Руки любви».