



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)  
Факультет заочного обучения и дистанционных образовательных  
технологий

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДОУ**

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Дошкольное образование»

Выполнил:

студент группы ЗФ-111/096-4-1Ус  
Халезина Людмила Александровна

Проверка на объем заимствований:

69,01 % авторского текста

**Научный руководитель:**

старший преподаватель,  
Уразова Альбина Рамазановна.

Работа рецензирована к защите

« 15 » 04 2017 г.

декан факультета

(к.пед.н., доцент Е.И. Иголкина)

Челябинск  
2017

## Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ.....	7
1.1. Анализ педагогической литературы по проблеме физического воспитания детей дошкольного возраста .....	7
1.2. Организация процесса физического воспитания в ДОУ .....	9
1.3. Педагогические условия физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ .....	14
Выводы по первой главе.....	24
Глава 2. Опытнo–экспериментальная работа по реализации педагогических условий физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ .....	25
2.1. Анализ особенностей организации работы ДОО в рамках физического воспитания .....	25
2.2. Совершенствование педагогических условий физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОО.....	36
2.3. Анализ результатов исследовательской работы .....	47
Выводы по второй главе.....	53
Заключение .....	55
Библиографический список .....	57
Приложения .....	61

## Введение

Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно–правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 41, Закон 273 – ФЗ), «О санитарно–эпидемиологическом благополучии населения» (статья 2 ФЗ от 30.03.1999 г. № 52 – ФЗ (ред. от 03.07.2016 г. с изм.и доп., вступ. в силу с 04.07.2016 г.), а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации» (от 20.04.1993 г. № 468.), «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» (Указ Президента РФ от 14.09.1995 г. № 942) и другие.

Согласно Концепции охраны и укрепления здоровья детей, актуальной задачей физического воспитания является поиск эффективных средств, совершенствования развития двигательной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях[43]. Поскольку физическое здоровье образует неразрывное единство с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, то пути его достижения не могут быть сведены к узко–медицинским и узко–педагогическим мероприятиям. Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в дошкольной образовательной организации (далее – ДОО).

Особое значение принадлежит первым годам жизни ребенка, то есть дошкольному периоду. В настоящее время система дошкольного образования переживает переходной период: создаются ДОО разных видов в соответствии с их направленностью, в работе с детьми используются вариативные программы и технологии, открываются группы кратковременного пребывания детей и т.д.

Раннее обучение постепенно приводит к нарушению здоровья детей, их эмоционального благополучия, исчезновению данных природой склонностей к познанию и интерес к игровой деятельности. Поэтому в современных условиях особенно актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступным двигательным умениям. В недооценке физической культуры дошкольного детства кроется одна из причин плохой физической подготовленности детей и высокой заболеваемости.

Двигательная активность в режиме дня ребенка в детском саду не превышает 30%, в то время как для детей старшего дошкольного возраста нормируемая продолжительность должна составлять не менее половины времени бодрствования. Одним из действенных средств, в формировании здоровья в настоящих условиях, является физическое воспитание. Овладение физическими упражнениями способствует воспитанию и оздоровлению детей, пожалуй, как ни одно другое направленное воздействие, возможное в данных условиях при равенстве остальных условий.

Из вышесказанного вытекает **актуальность исследования**, заключающаяся в необходимости сохранения и укрепления здоровья детей, а также повышения их работоспособности в процессе воспитания и обучения средствами физического воспитания.

Таким образом, **тема исследования:** «Педагогические условия физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ».

**Цель исследования:** выявление педагогических условий физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ.

**Объектом исследования** является процесс физического воспитания детей дошкольного возраста.

**Предмет исследования** – педагогические условия физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ.

**Гипотеза исследования:** предполагается, что процесс физического воспитания детей дошкольного возраста в ДООУ будет осуществляться более эффективно, если реализовать следующие педагогические условия:

- разработка модели работы по физическому воспитанию в режиме дня групп;
- внедрение активных форм работы с родителями по проблеме исследования.

Исходя из поставленной цели и гипотезы исследования, в ходе работы нами были поставлены следующие **задачи исследования:**

1. Провести анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме физического воспитания детей дошкольного возраста в ДООУ.
2. Изучить особенности физического воспитания в ДООУ.
3. Выявить и описать педагогические условия физического воспитания детей дошкольного возраста в ДООУ.
4. Организовать и провести опытно-экспериментальную работу по реализации педагогических условий физического воспитания в ДООУ.

Для достижения цели и решения поставленных задач использовался комплекс **методов:** теоретические (анализ и синтез (моделирование, сравнительно-сопоставительный и другие) обобщение опыта) и эмпирические (наблюдение, опрос, эксперимент (констатирующий и формирующий); контент-анализ (изучение документации и результатов деятельности старших дошкольников и всего социума ДООУ).

#### **Этапы исследования.**

На первом этапе – выявилось состояние проблемы на основе изучения психолого-педагогической и методической литературы, раскрыты основные понятия, цель, задачи, методы исследования по проблеме физического воспитания дошкольников.

На втором этапе – подробно описан опыт работы по реализации педагогических условий физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ.

На третьем этапе – проведена обработка анализа результатов опытно–экспериментальной работы по реализации педагогических условий физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ.

**База исследования:** Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Ларинский детский сад «Березка», в опытно–экспериментальной работе приняли участие дети 5–6 лет в количестве 20 человек, родители.

**Структура работы:** работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, библиографического списка и приложения.

## **Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ**

### **1.1. Анализ педагогической литературы по проблеме физического воспитания детей дошкольного возраста**

В системе дошкольного образования теория физической культуры как наука о закономерностях развития, воспитания и обучения детей дошкольного возраста в области физической культуры сформировалась сравнительно недавно. Она имеет единое содержание и предмет изучения в общей теории физической культуры.

В педагогической науке понятие рассматривается как система обобщенных знаний о конкретном явлении, в котором отражены существенные признаки, отличающие данное явление от всех других. Каждая научная дисциплина разрабатывает свой, присущий ей свод понятий, т.е. понятийный аппарат. Теория и методика физической культуры дошкольников является частью общей теории и методики физической культуры и использует понятия, принятые в этой науке.

Физическая культура как «вид культуры общества есть деятельность людей по созданию и использованию материальных и духовных ценностей для физического совершенства человека» [4, с.15].

Физическое воспитание – педагогическая система использования средств физической культуры с целью личностного совершенствования человека. Физическое воспитание – это «вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физических занятиях» [4, с.16].

Физическая подготовка – это процесс воспитания физических качеств и овладение жизненно важными движениями.

Результатом физической подготовки является физическая подготовленность, которая определяется нормативными требованиями учебных программ [3, с.53].

Физическое развитие характеризуется тремя группами показателей:

- показатели телосложения, т.е. длина, масса тела, осанка, формы и объем отдельных частей тела, величина жировых отложений и так далее;
- показатели здоровья, отражающие морфологические и функциональные изменения физиологических систем организма человека;
- показатели развития физических качеств.

Важнейшими конкретными показателями физически развитого человека являются:

- крепкое здоровье – обеспечивающее человеку возможность безболезненно адаптироваться к окружающей действительности;
- общая физическая работоспособность;
- пропорциональное развитие телосложения, правильная осанка, отсутствие тех или иных аномалий и диспропорций;
- всесторонне и гармонично развитые физические качества, исключающие однобокое развитие человека;
- владение рациональной техникой жизненно важных движений, а также способность быстро осваивать новые действия, двигательные действия;
- физкультурная образованность, т.е. владение специальными знаниями, умениями, эффективно пользоваться своим телом и физическими способностями в жизни, труде, спорте.



В настоящее время в научно – методической литературе по вопросам физической культуры детей дошкольного возраста часто употребляют понятие «воспитание физических качеств» или «воспитание двигательных способностей», предполагая использование специальных средств и методов для дальнейшего совершенствования в процессе НОД физическими упражнениями. Понятие «воспитание» употребляется в педагогике по отношению к человеку в целом или к определенным чертам личности, формирование которых происходит в процессе её социализации. Однако качественная сторона двигательных действий уже проявляется в элементарной форме у грудных детей в безусловных рефлексах, т.е. она в определенной степени «закодирована» у человека с момента его рождения[2 с. 47].

Таким образом, физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на совершенствование формы и функций организма человека, формирования двигательных умений, навыков, связанных с ними знаний и развития физических качеств.

## **1.2. Организация процесса физического воспитания в ДОУ**

Целью образования дошкольников в области физической культуры является формирование здорового, жизнерадостного, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

Задачи определяются общей целью и конкретизируются с учетом особенностей развития детей в каждом возрастном периоде. В процессе реализации процесса физического воспитания решаются различные группы

задач: оздоровительные, образовательные и воспитательные. Рассмотрим их более подробно.

Оздоровительные задачи включают: охрану жизни и укрепление здоровья детей являются первоочередными задачами дошкольного учреждения. Это обусловлено тем, что органы и функциональные системы у дошкольников ещё несовершенны, слабо развиты защитные свойства организма, дети более подвержены неблагоприятным условиям внешней среды, часто болеют. Слабое развитие терморегуляции у детей дошкольного возраста вызывает необходимость повышения сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, т.е. закаливания.

Физическое воспитание должно способствовать формированию у детей физиологических изгибов позвоночника, профилактике плоскостопия, гармоничного развития всех мышечных групп.

У детей дошкольного возраста необходимо развивать двигательные способности, чтобы они могли овладеть жизненно важными двигательными навыками [11].

Большое внимание должно уделяться привитию навыков гигиены НОД физическими упражнениями. От этого во многом зависит здоровье детей.

Образовательные задачи физического воспитания направлены на процесс обучения, а именно на формирование двигательных навыков и освоение специальных знаний. Использование прочно сформированных навыков позволяет осмысливать задачи, возникающие в непредвиденных ситуациях в процессе двигательной, особенно игровой деятельности. Двигательные навыки, сформированные у детей до семи лет, составляют фундамент для дальнейшего совершенствования их в школе, облегчают овладение более сложными движениями и позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спортивной деятельности.

Детям дошкольного возраста нужно сообщать доступные знания, связанные с занятиями физическими упражнениями. Дети должны знать о значении физических упражнений для укрепления здоровья.

Воспитательные задачи предполагают, что с раннего возраста у детей важно воспитывать любовь к занятиям физическими упражнениями, интерес к спорту. В процессе образования детей в области физической культуры имеются большие возможности для осуществления нравственного, умственного, эстетического, трудового воспитания. Нужно стремиться, чтобы дети умели творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в своей двигательной деятельности, проявляя активность, самостоятельность, сообразительность, смекалку, находчивость.

Процесс образования дошкольников в области физических упражнений должен строиться так, чтобы одновременно решались задачи оздоровления, обучения и воспитания.

Основное средство развития физической культуры дошкольников – физические упражнения. Сопутствующими средствами, повышающими эффективность использования физических упражнений, выступают гигиенические факторы и естественные силы природы.

Физическим упражнением называется двигательное действие, созданное и применяемое для физического совершенствования человека, которое направлено на решение педагогических задач и подчинено педагогическим закономерностям.

Физические упражнения оказывают на человека многостороннее воздействие: они изменяют его физическое состояние, а также способствуют решению задач нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания [23].

Каждое из физических упражнений обладает не одним, а несколькими характерными признаками. Поэтому одно и то же физическое упражнение может быть представлено в разных классификациях.

В настоящее время в теории физической культуры существует несколько классификаций физических упражнений:

- по историческому признаку сложившихся систем физического воспитания (гимнастика, игра, туризм, спорт);
- по признаку особенностей мышечной деятельности (скоростно-силовые упражнения; упражнения, требующие проявления выносливости и т.д.);
- по значению для решения задач обучения (основные упражнения, подводящие упражнения, подготовительные упражнения).

Классификация физических упражнений в физической культуре дошкольников является примером частной классификации, хотя строится на основе классификации физических упражнений по историческому признаку. Все упражнения подразделяются на четыре группы: гимнастика, игры, спортивные упражнения, простейший туризм [3].

Естественные силы природы (солнце, воздух и вода) усиливают эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка. Во время НОД физическими упражнениями на воздухе при солнечном излучении у детей возникают положительные эмоции, больше поглощается кислорода, увеличивается обмен веществ, повышаются функциональные возможности всех органов и систем. Солнце, воздух и вода используются для закаливания организма, для повышения приспособляемости организма к повышенной и пониженной температуре. При сочетании естественных сил природы с физическими упражнениями увеличивает эффект закаливания.

Важно применять все естественные силы природы, наиболее целесообразно сочетая их.

Гигиенические факторы (режим НОД, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и т.д.) повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм.

Например, занятия физическими упражнениями лучше содействуют развитию костной и мышечной системы при условии полноценного и своевременного питания. Нормальный сон обеспечивает отдых и повышает работоспособность нервной системы. Чистота помещений, физкультурного оборудования, инвентаря, игрушек, атрибутов, а также одежды и обуви детей служит профилактикой заболеваний.

Гигиенические факторы имеют и самостоятельное значение. Они способствуют нормальной работе всех органов и систем. Например, правильное освещение предупреждает возникновение заболеваний глаз (близорукость и другое), создает благоприятные условия для ориентировки детей в пространстве. Соблюдение твердого режима дня приучает к организованности, дисциплинированности и т.д.

Обязательным условием полноценного решения задач физической культуры, является комплексное использование всех средств, при правильном их соотношении [35].

Таким образом, при организации физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо учитывать все эти задачи и средства построения данной работы.

### 1.3. Педагогические условия физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ

К первому педагогическому условию организации физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОО можно отнести организацию предметно–развивающей среды, а так же использование всех возможных форм физического воспитания в процессе образовательной деятельности. Рассмотрим данные формы более подробно.

К формам организации физического воспитания детей дошкольного возраста относятся: непосредственно образовательная деятельность (далее – НОД) по физическому развитию; физкультурно–оздоровительные мероприятия в режиме дня (утренняя зарядка; физкультминутки; закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями; гимнастика после сна); физкультурно–массовые мероприятия (подвижные игры; прогулки и экскурсии; праздники, досуги, Дни здоровья); индивидуальная работа с детьми; самостоятельные занятия детей различными видами физических упражнений.

Все эти формы, отвечая общим задачам физического воспитания и всестороннего развития ребенка, находятся во взаимосвязи; каждая из них имеет свои специальные задачи, определяющие её место в режиме дня дошкольного учреждения [19].

НОД– основная форма систематического обучения детей физическим упражнениям. Специальной задачей НОД является обучение детей всех возрастных групп правильным двигательным навыкам и развитие физических качеств.

Значение НОД заключается в систематическом осуществлении взаимосвязанных оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, выполнение которых обеспечивает физическое развитие, укрепление

здоровья ребенка, приобретение им правильных двигательных навыков, воспитание эмоционально–положительного отношения к физкультуре и спорту, всестороннее развитие его личности.

Непрерывная образовательная деятельность – одна из основных форм обучения и воспитания ребенка. В непосредственно образовательной деятельности по физическому воспитанию используют физические упражнения и подвижные игры, которые направлены на развитие всех основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, метание), а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развития равновесия. Программное содержание движений, должно отражать особенности возраста, учитывать его специфику и решать, как общие, так и коррекционные задачи [26].

Физическое развитие детей основывается на разумном приоритете ценностей здоровья и здорового образа жизни при организации образовательной работы с воспитанниками и их семьями. В основе создания образовательной среды со здоровьесберегающими функциями лежит тесное сотрудничество воспитателей, специалистов (инструктора по физической культуре, музыкального руководителя), а также родителей. Такое взаимодействие предусматривает охрану жизни ребёнка, профилактику негативных эмоций, поддержание бодрого, жизнерадостного настроения, создание условий, когда детская заинтересованность, предметная и социальная умелость становится личным достоянием ребёнка, выраженным в желании заниматься физической культурой не только на занятии, но и в свободной деятельности, как в группе, так и дома.

Согласно СанПиН 2.4.1.3049–13 непрерывную образовательную деятельность по физическому развитию детей дошкольного возраста организуют 3 раза в неделю, длительностью от 10 до 30 минут (в соответствии с возрастными особенностями).

Перед проведением помещение проветривается, проводится влажная уборка.

Один раз в неделю следует круглогодично организовывать непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию на открытом воздухе (для детей 4–7 лет, не имеющих медицинских противопоказаний), при наличии у них спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных погодных условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуют на открытом воздухе.

Непрерывная образовательная деятельность организуется 2 раза в неделю продолжительностью от 10 до 30 мин. в зависимости от возрастной группы.

Физкультурно–оздоровительные мероприятия в режиме дня.

*Утренняя гимнастика* – обязательный компонент физкультурно–оздоровительной работы в режиме дня. Она снимает остаточное торможение после ночного сна; обеспечивает тренировку всех мышц, что способствует воспитанию хорошей осанки; подготавливает организм к последующим нагрузкам. Продолжительность утренней гимнастики в зависимости от возраста колеблется от 4–5 минут в младших группах до 10–12 минут в старших группах. Усиление интенсивности нагрузки достигается нарастающим количеством упражнений, увеличением числа их повторений и продолжительности тех упражнений, которые вызывают наибольшую пульсовую реакцию – бега и подскоков.

При подборе упражнений для комплекса утренней гимнастики необходимо учесть следующее:

- они должны соответствовать требованиям программы по гимнастике для детей данного возраста;
- должны быть простыми по форме и в основном знакомы детям.



Поэтому рекомендуется в утреннюю гимнастику включать упражнения, которые дети недавно выполняли на физкультурных занятиях. Один комплекс проводится в течении недели, а затем меняется (выполнение комплекса в течении двух недель снижает интерес детей к ним).

Утреннюю гимнастику по возможности необходимо проводить на свежем воздухе[16].

*Физкультминутки* – во время непосредственной образовательной деятельности, которая требует большой усидчивости и внимания детей, например, развитие речи, формирование элементарных математических представлений. Их цель – поддержание умственной работоспособности детей на достаточно высоком уровне. Продолжительность физкультминуток 2 – 3 минуты. Их проводят в момент, когда у детей снижается внимание и наступает утомление (обычно вторая половина занятия – 12–16 минута). Следовательно, физкультминутки не должны рассматриваться как обязательные ежедневные мероприятия в режиме дня старших дошкольников.

В подборе упражнения для физкультминутки надо руководствоваться следующим: упражнения должны быть знакомы детям и просты по выполнению; они должны в основном охватывать крупные мышечные группы. Эти упражнения, связанные с подтягиванием, выпрямлением позвоночника. Иногда целесообразно включать ходьбу на месте, подскоки, приседания в быстром темпе. В некоторых случаях, если дети держали в руках кисть или карандаш, целесообразно включить упражнения для мышц кисти рук: сгибание и разгибание, круговые движения в лучезапястном суставе, сжатие и разжатие пальцев рук. Физкультминутка может сопровождаться текстом. Дети выполняют физические упражнения, стоя у столов или выходя на свободное место.

Можно выполнять физкультминутки, используя музыкальное сопровождение. Дети могут выполнить под музыку несколько видов

танцевальных шагов или спеть один – два куплета песни, сопровождая их импровизированными движениями.

*Закаливающие процедуры* в сочетании с физическими упражнениями подразделяются на общие и специальные. Общие закаливающие мероприятия проводятся на протяжении повседневной жизни ребенка и предусматривают правильный режим дня, рациональное питание, ежедневные прогулки, сон на свежем воздухе (или доступ свежего воздуха), рациональную одежду. Соответствующие возрасту воздушный и температурный режимы в помещении, регулярное проветривание комнаты.

К специальным закаливающим мероприятиям относятся строго дозированные воздействия ультрафиолетовым облучением, гимнастические упражнения, массаж, воздушные и водные процедуры, плавание, рефлексотерапия.

Закаливающие процедуры наиболее эффективны в сочетании с физическими упражнениями. Активная мышечная работа содействует совершенствованию процесса терморегуляции и тем самым приспособлению организма к окружающей внешней среде [14].

*Воздушные ванны в движениях* обеспечивают непосредственное воздействие воздуха на обнаженную поверхность кожи в процессе двигательной деятельности детей. Наиболее целесообразным и естественным видом такой ванны являются утренняя гимнастика и физические упражнения после сна.

После сна, лучше всего под музыкальное сопровождение, проводятся различные построения (по диагонали, противходом, «змейкой», зигзагом и другое) с выполнением физических упражнений, способствующих формированию осанки, стопы, а также подвижные игры с элементами танцевальных шагов, импровизацией танцевальных движений.

Пешеходные прогулки и экскурсии за пределы дошкольного учреждения представляют собой простейший вид туризма. Они содействуют

укреплению здоровья, физическому развитию детей, воспитанию эстетических чувств, совершенствованию двигательных навыков и физических качеств.

Прогулки и экскурсии за пределы дошкольного учреждения содействуют воспитанию необходимой ориентировки на местности, применение сформированных умений и навыков в непривычных условиях. Прогулки планируются заранее в календарном плане и требуют тщательной подготовки.

В каждой возрастной группе находятся дети со слабым физическим развитием, с признаками каких – либо отклонений от норм, а также дети чрезмерно возбудимые или, наоборот, с пониженной реакцией на окружающее, застенчивые.

На основе учета типологических особенностей и состояния здоровья каждого ребенка задачи *индивидуальной работы по физическому воспитанию* заключаются в обучении детей, не усваивающих программный материал в общем со всеми темпе; своевременном исправлении дефектов осанки и стопы; в улучшении физического развития ослабленных детей; в активизации малоподвижных, застенчивых детей и повышении их эмоционального тонуса. Индивидуальная работа планируется в течении всего дня в часы игр и прогулок [23].

Физкультурные досуги, праздники, Дни здоровья включают в свое содержание уже знакомые подвижные игры, эстафеты, задания, разнообразные движения.

У ребенка сильная потребность в движениях, однако, чтобы они не были бесцельными и случайными, необходимо целенаправленное руководство воспитателя. Стимулом самостоятельной двигательной деятельности детей всех возрастных групп служит, прежде всего, наличие в группе или на участке различных мелких и крупных физкультурных пособий. Все это планируется в плане воспитателя.

Вторым педагогическим условием организации процесса физического воспитания является целенаправленно организованная совместная деятельность ДОО и семьи.

Современные условия деятельности дошкольных учреждений выдвигают взаимодействие с семьёй на одно из ведущих мест. По требованию ФГОС дошкольного образования, общение педагогов и родителей должно базироваться на принципах открытости, взаимопонимания и доверия. Родители являются основными социальными заказчиками ДОО, поэтому взаимодействие педагогов с ними просто невозможно без учета интересов и запросов семьи.

Просвещение родителей, повышение их грамотности в вопросах физического воспитания и укрепления здоровья дошкольников может осуществляться в разнообразных формах. В этих целях хорошо используются:

- общие и групповые родительские собрания;
- информация в родительских уголках, в папках передвижках, в библиотеке детского сада;
- различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом семейного воспитания;
- организация выставок совместного творчества детей и родителей;
- выпуск газеты;
- организация фотовыставок;
- семинары-практикумы, деловые игры и тренинги с просмотрением фильмов о жизни детей в детском саду;
- «Дни открытых дверей» для родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе, закаливающих и лечебных процедур;
- совместные физкультурные досуги, праздники;

- анкетирование и тестирование родителей по вопросу воспитания здорового ребенка [20].

Рассмотрим некоторые формы более подробно.

День открытых дверей, являясь достаточно распространенной формой работы, дает возможность познакомить родителей с дошкольным учреждением, его традициями, правилами, особенностями воспитательно-образовательной работы, заинтересовать ею и привлечь к участию. Можно показать фрагмент работы дошкольного учреждения (утренняя гимнастика, спортивный праздник). Открытые просмотры очень много дают родителям: они получают возможность наблюдать за своими детьми в ситуации, отличной от семейной, сравнить его поведение и умения с поведением и умениями других детей, перенять у педагога приемы обучения и воспитательных воздействий.

Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых праздников, спортивных соревнований, интересных игр и увлекательных аттракционов. Любой праздник – это всегда радостное событие. Его ждут, к нему готовятся, он надолго запоминается. Спортивные праздники проводятся на воздухе и являются эффективной формой активного отдыха детей и взрослых [27].

Так же можно использовать такую форму работы как туристические походы (пешеходные походы в лес). Цель этих походов – оздоровление организма детей, приобретения навыка ориентировки на местности, знакомство с родным краем, воспитание любви к природе. Свои впечатления от похода дети выражают в рисунках, поделках, родители совместно с детьми устраивают выставки, оформляют фотоальбомы.

В качестве наиболее эффективных форм взаимодействия с родителями воспитывающих детей младшего дошкольного возраста являются родительские собрания. Родительские собрания – действенная форма общения воспитателя с родителями. Именно на собраниях у воспитателя есть

возможность организованно ознакомить родителей с содержанием и методами игры в условиях семьи и детского сада. Роль воспитателя – организовать встречу, спланировать ее ход, грамотно расставить акценты на наиболее значимых вопросах, помочь в разрешении затруднений, подготовить раздаточный материал, памятки, продумать практическую часть, подвести итоги работы, поблагодарить родителей за активность, желание работать вместе.

Можно проводить тематические родительские собрания, на которых, например, можно использовать фотоальбомы, презентации, записи занятий, игр с детьми или других видов деятельности. Во-первых, это хорошая «память» для родителей. А во-вторых, видео поможет убедительно подкрепить рассказ воспитателя.

Эффективны и семейные клубы. В отличие от родительских собраний, в основе которых назидательно-поучительная форма общения, клуб строит отношения с семьей на принципах добровольности, личной заинтересованности. В таком клубе людей объединяет общая проблема и совместные поиски оптимальных форм помощи ребенку. Тематика встреч формулируется и запрашивается родителями. С целью выявления запроса участников и получения дополнительной информации перед началом каждого заседания клуба проводится анкетирование.

Консультации проводятся как индивидуально, так и для подгруппы родителей. На групповые консультации можно приглашать родителей разных групп, имеющих одинаковые проблемы или, наоборот, успехи в воспитании. Целями консультации являются усвоение родителями определенных знаний, умений; помощь им в разрешении проблемных вопросов. Формы проведения консультаций различны: сообщение специалиста с последующим обсуждением; обсуждение статьи, заранее прочитанной всеми приглашенными на консультацию; практическое занятие [31].

Следует серьезно относиться к такой форме работы, как наглядная пропаганда, правильно осознавать ее роль в педагогическом просвещении родителей. На информационных стендах для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств, такие как «Растим детей здоровыми» и т.д., предлагаются рецепты витаминных чаев, коктейлей для приготовления и использования в домашних условиях; применение аромо - и фитотерапии дома, предлагаются комплексы упражнений для профилактики опорно-двигательного аппарата [1].

Таким образом, можно прийти к выводу, что необходимо использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса. Это позволяет повысить уровень физической культуры детей, используя потенциал каждого ребенка. Особенность используемых мною форм работы заключается в том, что они носят не только консультативную, но и практическую направленность и являются системными мероприятиями с участием родителей, педагогов и детей.

## Выводы по первой главе

Таким образом, в результате теоретического анализа литературы по проблеме исследования можно сделать следующие выводы.

1. Уточнены основные понятия физического воспитания детей дошкольного возраста, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение физическими знаниями и формирование осознанной потребности в физических занятиях.

2. Раскрыты основные цель, задачи и принципы оздоровительной направленности в физическом воспитании детей дошкольного возраста. При организации оздоровительной направленности педагог должен руководствоваться данными принципами. Процесс образования дошкольников в области физической культуры должен строиться так, чтобы одновременно решались задачи оздоровления, обучения и воспитания.

3. Определены основные педагогические условия организации работы по физическому воспитанию в ДОО. В первую очередь к ним относятся средства и формы организации оздоровительной направленности в физическом воспитании дошкольников. Обязательным условием полноценного решения задач физической культуры, является комплексное использование всех средств, при правильном их соотношении. Все формы организации оздоровительной направленности находятся во взаимосвязи; каждая из них имеет свои специальные задачи, определяющие ее место в режиме дня дошкольного учреждения. Вторым педагогическим условием выступает совместная работа по физическому воспитанию ДОО и семьи. Формы работы с родителями могут быть разнообразными, например консультации, наглядная агитация, мастер классы, дни открытых дверей и др.



## **Глава 2. Опытнo–экспериментальная работа по реализации педагогических условий физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОО**

### **2.1. Анализ особенностей организации работы ДОО в рамках физического воспитания**

В рамках практической части работы изначально было необходимо проанализировать имеющиеся педагогические условия организации физического воспитания в ДОО. Практическое исследование проводилось на базе Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения «Ларинский детский сад «Березка». В исследовании принимали участие воспитанники старшей группы, в возрасте – 5–6 лет в количестве 20 человек и родители воспитанников.

В качестве методов исследования использовались следующие:

1. метод наблюдения, с целью анализа особенностей организации работы по физическому воспитанию в ДОО;
2. тестирование, с целью оценки уровня физического развития воспитанников;
3. анкетирование, с целью анализа деятельности семьи в рамках физического воспитания.

Изначально мы изучили особенности организации работы ДОО по физическому воспитанию. Для этого мы проанализировали состояние предметно–развивающей среды по физическому воспитанию, режим дня группы, особенности планирования работы по физическому воспитанию.

В исследуемом детском саду функционируют 6 возрастных групп для воспитанников от 2–ух до 7–ми лет. В каждой группе имеется спортивный

центр, оснащенный спортивным инвентарем согласно возрасту воспитанников. Многие физкультурное оборудование изготовлено руками педагогов и родителей. Имеются памятки, папки–передвижки на физкультурную тематику, направленные на просвещение родителей. В зависимости от сезона, имеется выносной материал для проведения образовательной деятельности по физическому развитию и организации двигательной активности на прогулке.

В ДОО есть 1 физкультурно–музыкальный зал, на территории детского сада размещена 1 спортивная площадка. На спортивной площадке имеется прыжковая яма, щит для метания, бум, турник.

Спортивно–музыкальный зал оснащен необходимым оборудованием для физического воспитания, например, имеются мешочки для метания, спортивные скамейки, дуги для подлезания, мячи разного размера, гимнастические ленты, султанчики, кегли, скакалки, обручи и др.

Планирование физкультурно–оздоровительной работы осуществляется в рамках Основной образовательной программы МКДОУ Ларинский детский сад «Березка». По данному направлению разработаны планы физкультурно–оздоровительной, лечебно–профилактической, санитарно–просветительской работы. Разработано тематическое планирование на все возрастные группы. Рабочие программы педагога включают в себя планирование по образовательной области «Физическое развитие».

Режимы дня возрастных групп соответствуют требованиям санитарно–эпидемиологических правил к содержанию детей в ДОО, а так же требованиям образовательной программы.

Физическое воспитание в группах осуществляется в рамках непосредственной образовательной деятельности, ежедневной утренней зарядки, спортивно–досуговой деятельности, различных видов гимнастик. Однако анализ Рабочих программ педагогов выявил отсутствие четкого планирования работы с родителями по физическому воспитанию.

Мероприятия с родителями встречаются эпизодически и заключаются в основном в оформлении информационных уголков для родителей. Отсутствуют совместные с родителями спортивные праздники и развлечения.

Анализ работы по физическому воспитанию ДОО показал, что ежегодно в детском саду проводятся Дни здоровья, однако к таким мероприятиям родители так же не привлекаются.

Таким образом, анализ особенностей организации работы по физическому воспитанию в ДОО позволил сделать следующие выводы:

- в целом работа по физическому воспитанию в ДОО осуществляется на достаточном уровне: соблюдаются требования СанПин, выполняется содержание образовательной программы;
- физическое воспитание осуществляется на основании таких средств как: оборудование спортивных уголков в группах, проведение НОД, зарядок, различных гимнастик, прогулок;
- работа с родителями по физическому воспитанию представлена только в рамках информационного просвещения родителей, в Рабочих программах педагогов отсутствуют совместные спортивные мероприятия с семьями воспитанников;
- подвижные игры организуются в основном только в рамках непосредственной образовательной деятельности по физической культуре. Отсутствует четкая система планирования подвижных игр в зависимости от вида движений, на развитие которых они направлены.

На втором этапе диагностической работы был проведен мониторинг физической подготовленности воспитанников исследуемой группы. Цель мониторинга – анализ информации о состоянии физического развития ребенка, для осуществления индивидуального подхода в планировании работы по физическому воспитанию дошкольников.

Физическая подготовленность определяется уровнем сформированности таких физических качеств как ловкость, быстрота, гибкость, силы и выносливость.

Ловкость—это способность человека быстро осваивать новые движения, а так же перестраивать их в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Быстрота—способность человека выполнять движения в кратчайшее время.

Гибкость— способность достигать наибольшей величины размаха (амплитуды) движений отдельных частей тела в определенном направлении (преимущественно сгибания и разгибания).

Сила— способность человека преодолевать внешнее сопротивление по средствам мышечных усилий.

Выносливость— способность человека выполнять какую—либо работу (в том числе физические упражнения) допустимой интенсивности в течение возможно длительного времени.

Программа мониторинга включала в себя следующие тестовые задания:

- скоростно—силовые качества: подъем туловища в сед, бросок набивного мяча двумя руками из—за головы, прыжок в длину с места.
- быстрота, координация движений: бег на дистанции 10 метров схода и 30 м; «челночный бег» 3\*10 м;
- выносливость: бег на дистанции 90, 120, 150 м (в зависимости от возраста детей);
- гибкости: наклон туловища вперед на скамейке.

В основу мониторинга легли разработки кандидата педагогических наук, доцента кафедры методики физического воспитания Уральской государственной академии физической культуры Шармановой С.Б. Данные тесты прошли широкую апробацию и утверждены Министерством

образования РФ, полностью соответствуют анатомо–физиологическим особенностям дошкольников.

При организации тестирования необходимо соблюдать следующие требования:

- техника выполнения тестов должна быть сравнительно простой и не оказывать существенного влияния на их результаты;
- тесты должны быть освоены ребенком настолько хорошо, чтобы при их выполнении основное внимание было бы направлено на достижение максимального результата, а не на стремление выполнить задание технически правильно [35].

Дети, выполнившие все тесты, с результатами в рамках возрастных норм относились к среднему уровню физической подготовленности; выше ориентировочных показателей (более трёх показателей) – к высокому уровню физической подготовленности. Если из семи тестов, ребёнок имеет от трёх и более показателей ниже нормы, то у него низкий уровень физической подготовленности.

Результаты мониторинга представлены в таблице 1.

Таблица 1

**Результаты мониторинга физической подготовленности воспитанников на констатирующем этапе**

№	Фамилия Имя ребенка	бег на 30м	челночный бег 3x10м	прыжок с места	разгибание туловища	сгибание туловища	метание мешочка		уровень усвоения
							правая	левая	
1.	Алена О.	1,5	1,5	1,5	1,5	3,5	3,5	1,5	Н
2.	Саша М.	1,5	1,5	3,5	5	1,5	3,5	1,5	С
3.	Лиза М.	5	1,5	1,5	3,5	1,5	1,5	1,5	Н
4.	Андрей М.	1,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	С
5.	Саша С.	1,5	1,5	3,5	1,5	1,5	5	5	С
6.	Дима А.	3,5	1,5	3,5	1,5	1,5	1,5	1,5	Н

7.	Дима М.	3,5	3,5	1,5	3,5	3,5	1,5	3,5	С
8.	Таня Е.	3,5	5	3,5	1,5	1,5	5	3,5	С
9.	Света К.	3,5	1,5	3,5	1,5	3,5	1,5	3,5	С
10.	Костя Е.	3,5	3,5	5	1,5	5	3,5	3,5	С
11.	Тимофей М.	3,5	1,5	1,5	3,5	1,5	1,5	1,5	Н
12.	Рита Г.	1,5	1,5	1,5	1,5	3,5	5	3,5	С
13.	Коля П.	3,5	3,5	5	1,5	1,5	3,5	1,5	С
14.	Ангелина Л.	3,5	3,5	5	3,5	3,5	5	5	В
15.	Алеша Л.	5	3,5	3,5	5	1,5	1,5	1,5	С
16.	Наташа Е.	3,5	1,5	3,5	1,5	3,5	5	5	С
17.	Паша А.	1,5	3,5	3,5	5	1,5	1,5	3,5	С
18.	Настя А.	3,5	1,5	1,5	1,5	3,5	3,5	3,5	С
19.	Илья С.	1,5	3,5	3,5	3,5	1,5	3,5	3,5	С
20.	Дима П.	5	5	3,5	3,5	5	3,5	3,5	В

Обобщим данные таблицы 1 и представим их графически (рисунок 1)

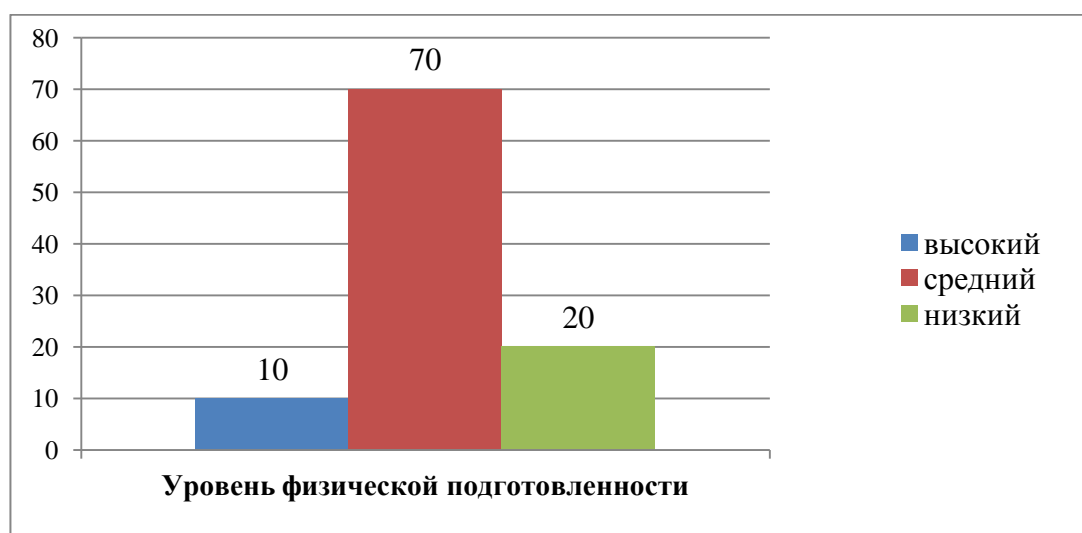


Рисунок 1. Показатели результатов диагностики уровня физической подготовленности воспитанников

Из представленной диаграммы видно, что высокий уровень физической подготовленности имеет 10% воспитанников – 2 человека, средний уровень – составляет 70% – 14 человек, низкий уровень усвоения составляет 20% – 4 человека. Таким образом, в группе преобладает средний уровень физической подготовленности воспитанников.

В заключение диагностической работы было проведено анкетирование родителей воспитанников по теме «Особенности организации физического воспитания ребенка в семье». Для этого нами была разработана анкета, включающая в себя 5 вопросов закрытого типа с вариантами ответов. При ответе на вопросы можно было выбрать несколько вариантов ответов.

Анкета была направлена на выяснение уровня знаний родителей о физическом воспитании, о том какие виды физического воспитания практикуются в семье, а так же на выяснение наиболее интересных видов совместной деятельности ДОО и семьи по физическому воспитанию.

Текст анкеты и ответы родителей на вопросы представлены в приложении 2. Всего в анкетировании приняло участие 20 родителей.

При ответе на вопрос «В чем для вас заключается понятие «физическое воспитание» ответы родителей распределились следующим образом.

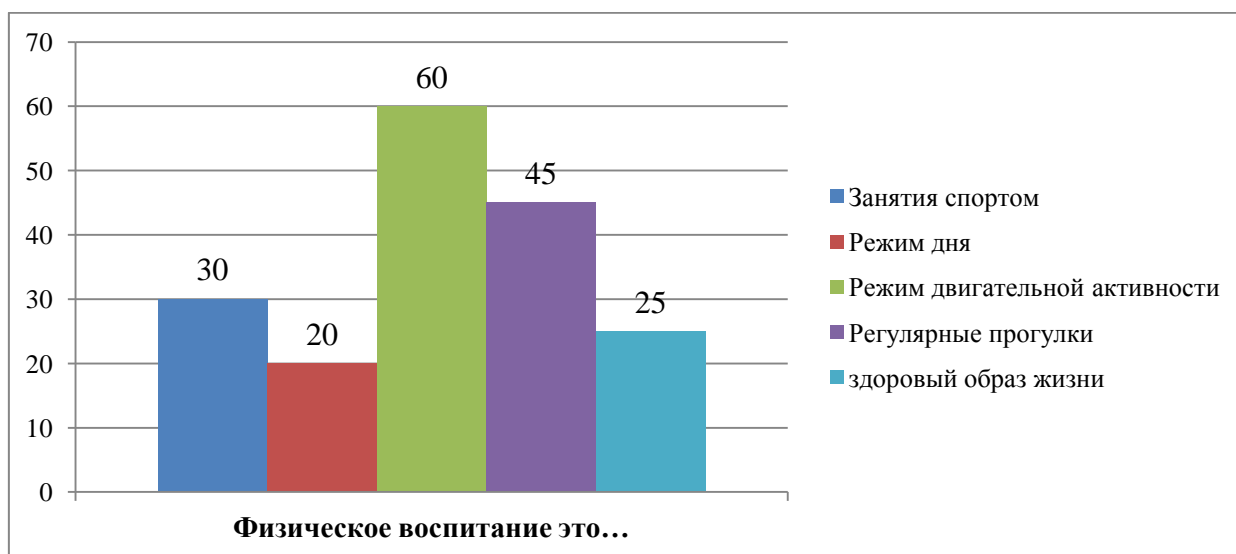


Рисунок 2. – Распределение ответов на вопрос «Что для вас включает в себя понятие «физическое воспитание?» в процентном соотношении

Итак, анализ рисунка 2 показывает, что основная доля родителей считает, что физическое воспитание это в первую очередь соблюдение режима двигательной активности – 60% (12 человек), затем идет ответ «Регулярные прогулки на свежем воздухе» – 45% (9 человек) и на третьем

месте стоит ответ «Регулярные занятия спортом» – 30% (6 человек). На четвертое и пятое место родители поставили ответы «Соблюдение режима дня»– 20% (4 человека) и «Соблюдение здорового образа жизни»– 25% (5 человек) соответственно. Таким образом, в целом у родителей правильное представление о понятие «Физическое воспитание».

При ответе на вопрос «Назовите традиционные для вас места прогулок с детьми» ответы родителей распределились следующим образом.

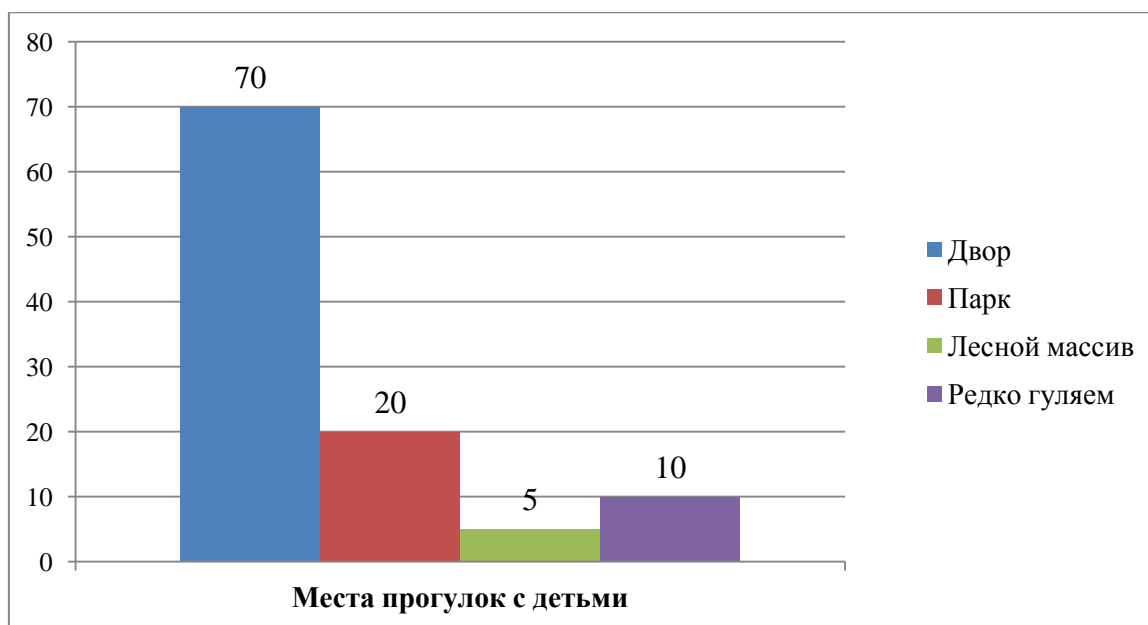


Рисунок 3. – Распределение ответов на вопрос «Назовите традиционные для вас места прогулок с детьми» в процентном соотношении

Итак, анализ рисунка 3 показывает, что основной процент родителей предпочитает гулять с детьми во дворе дома – 70% (14 человек), в парке гуляет 20% опрошенных (4 человека), в лесном массиве– 5% (1 человек) и 10% (2 человека) редко гуляет со своим ребенком.

Следующим вопросом был вопрос «Практикуете ли вы в семье занятия спортом вместе с ребенком?». В итоге ответы родителей распределились следующим образом (рисунок 4).



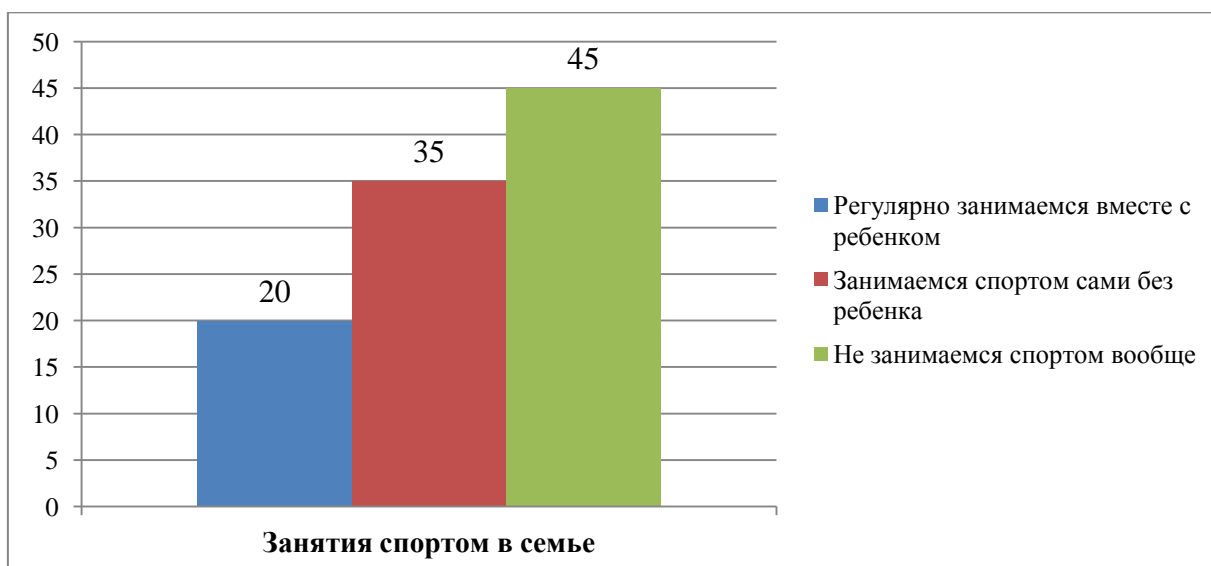


Рисунок 4. – Распределение ответов на вопрос «Практикуете ли вы в семье занятия спортом вместе с ребенком?» в процентном соотношении

Итак, анализ рисунка 4 показал, что основной процент семей вообще не занимается спортом – 45% (9 человек), занимаются спортом без привлечения ребенка – 35% (7 человек) и только 20% (4 человека) регулярно занимаются спортом, привлекая к этому и ребенка.

Следующим вопросом был вопрос «Чем обычно занимаетесь Вы с ребенком вечерами и в выходные дни?». В итоге ответы родителей распределились следующим образом (рисунок 5).

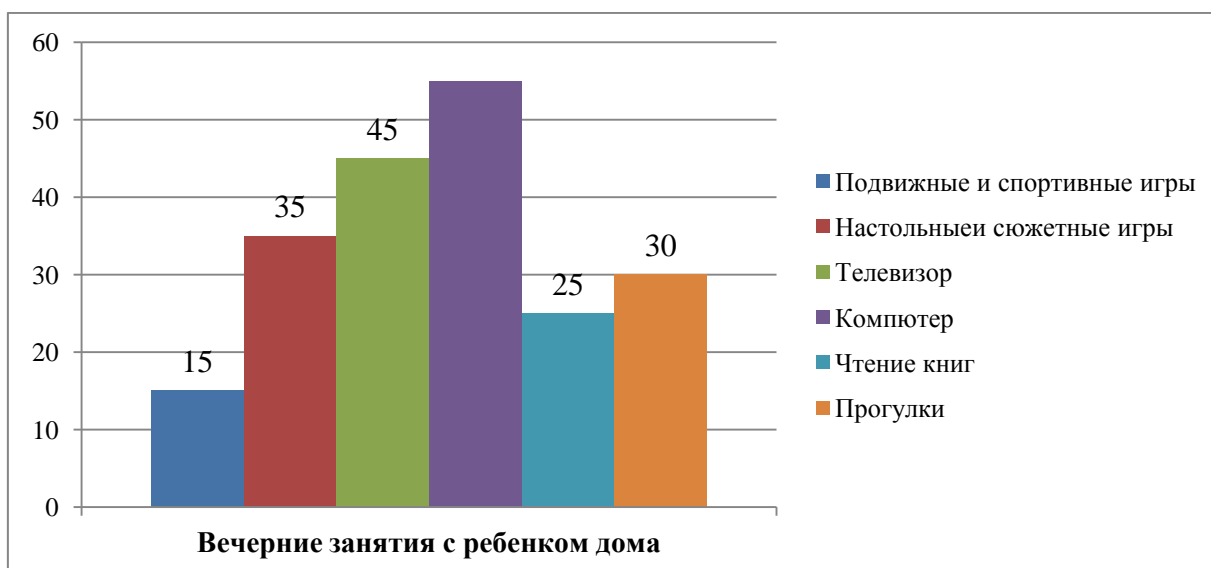


Рисунок 5. – Распределение ответов на вопрос «Чем обычно занимаетесь Вы с ребенком вечерами и в выходные дни?» в процентном соотношении

Таким образом, анализ рисунка 5 показал, что вечерами обычно дети играют в компьютерные игры – 55% (11 человек), просмотром телевизора заняты 45% (9 человек), играют в настольные или сюжетно–ролевые игры– 35% (7 человек), гуляют только 30% опрошенных (6 человек), читают книги – 25% (5 человек) и играют в подвижные или спортивные игры только 15% опрошенных (3 человека). Следовательно, в основном в вечернее время и в выходные дни дети ведут малоподвижный образ жизни в семье, режим двигательной активности не соблюдается.

Последним вопросом был вопрос «Какие формы совместной спортивной деятельности ДОО и семьи были бы вам интересны?». В итоге ответы родителей распределились следующим образом (рисунок 6).

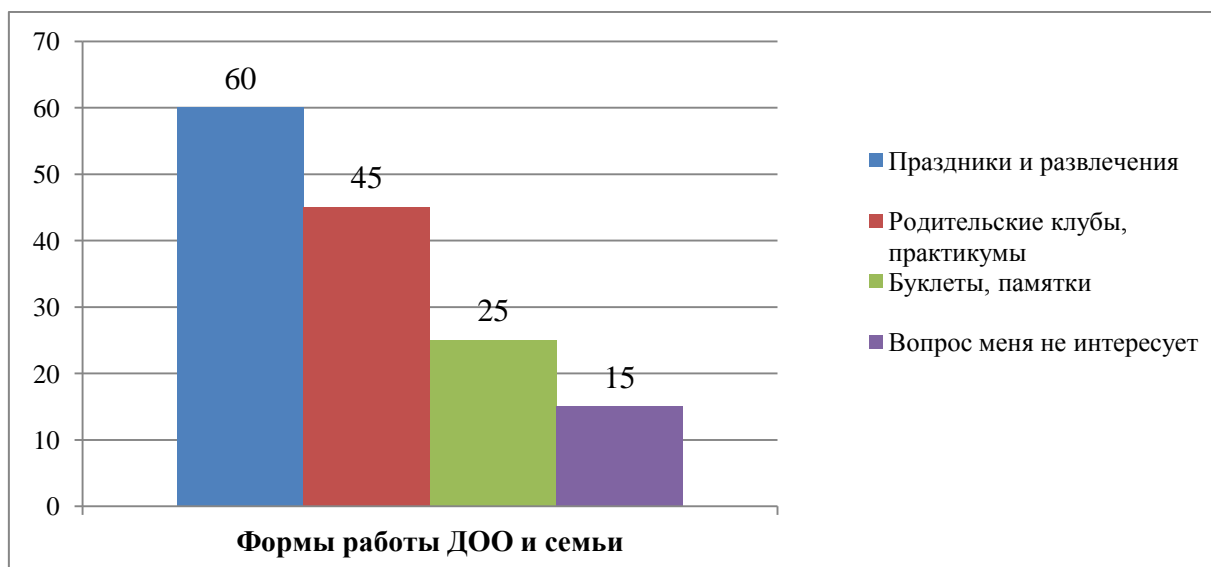


Рисунок 6. – Распределение ответов на вопрос «Какие формы совместной спортивной деятельности ДОО и семьи были бы вам интересны?» в процентном соотношении

Итак, анализ рисунка показал, что ответы родителей распределились следующим образом. Наиболее интересной формой совместной работы для родителей является участие в спортивных развлечениях и праздниках– 60% (12 человек), затем идет участие в Родительском клубе, практикумах, семинарах по тематике физического воспитания– 45% (9 человек) и наименее интересной формой работы является получение информации из памяток,

буклетов – 5 – 25% (5 человек). 15% родителей (3 человек) совсем не интересен вопрос физического воспитания.

Таким образом, по итогам диагностической работы можно сделать следующие выводы:

- В ДОО проблемной областью в рамках работы по физическому воспитанию является область работы с родителями – отсутствуют совместные спортивные мероприятия с семьями воспитанников, а так же отсутствует четкая система планирования подвижных игр в зависимости от вида движений, на развитие которых они направлены.
- Мониторинг физической подготовленности воспитанников показал преобладание среднего уровня подготовленности детей.
- Родители в целом понимают значение физического воспитания для детского организма, но в семье уделяют этому вопросу очень мало внимания. Двигательная активность детей в рамках семьи очень низкая. Наиболее привлекательной формой работы, по мнению родителей, является участие в совместных спортивных праздниках и развлечениях, а так же участие в различных практикумах.

Следовательно, в рамках формирующего этапа эксперимента необходимо уделить внимание совместной работе с родителями, для развития уровня физической подготовленности воспитанников.

## 2.2. Совершенствование педагогических условий физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОО

Теоретический анализ литературы по проблеме исследования, а так же результаты диагностики показали, что в исследуемом ДОО отсутствует такой раздел работы по физическому воспитанию как работа с родителями. Физическое воспитание в целом это достаточно большая область образовательно-воспитательной работы любой дошкольной образовательной организации. В связи, с чем в рамках квалификационной работы не представляется возможным охватить данный раздел целиком. Поэтому было принято решение реализовать один из разделов физического воспитания, а именно усовершенствовать работу с родителями.

Однако успешное решение задач по физическому воспитанию возможно лишь при условии комплексного использования всех средств и форм физического воспитания детей дошкольного возраста. Поэтому, изначально мы разработали модель комплексного обеспечения работы по физическому воспитанию для ДОО в целом (таблица 2).

Таблица 2

Модель комплексного обеспечения работы по физическому воспитанию в МКДОУ «Ларинский детский сад «Березка»

Физкультурно – оздоровительная среда	Двигательный режим в ДОО (организованная и самостоятельная деятельность детей)	Преимственность в работе с родителями в ДОО	Контроль
1. Физкультурные уголки 2. Физкультурные пособия 3. Спортивные коврики 4. тренажёры 5. специальные	1. Физкультурные занятия 2. занятия с элементами психогимнастики 3. динамические паузы 4. подвижные игры и физические упражнения на прогулке 5. спортивные упражнения	1. оформление наглядной агитации (стендов, консультаций) 2. родительские уголки 3. собрания	Медицинский –регулярные медицинские осмотры детей «узкими» специалистами –медико–педагогические

<p>помещения (физкультурный зал)</p> <p>6. физкультурные площадки на участках детского сада</p> <p>7. Нетрадиционное спортивное оборудование</p>	<p>6. прогулки – походы</p> <p>7. гимнастика последневногосна</p> <p>8. утренняя зарядка</p> <p>9. закаливающие процедуры</p> <p>10. самостоятельная двигательная активность детей</p>	<p>(общие, групповые)</p> <p>4. домашние задания</p> <p>5. семинары – практикумы</p> <p>6. деловые игры</p> <p>7. тренинги</p> <p>8. совместные мероприятия</p> <p>9. анкетирование</p> <p>10. кружковая работа</p>	<p>наблюдения за методикой физвоспитания и закаливания, соответствием нагрузки индивидуальными и возрастным возможностям; –диагностика состояния здоровья детей</p> <p>Педагогический –диагностика физической подготовленности дошкольников</p>
--	--	---	---

Модель работы, представленная в таблице 2, включает в себя все основные направления работы ДОО, направленные на решение задач по физическому воспитанию.

Вторым этапом формирующей работы стала разработка системы совместной работы ДОО и родителей по физическому воспитанию.

Цель взаимодействия ДОО и семьи: содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

Приоритетными задачами в работе с семьей стали следующие:

- повышение компетенции родителей в физическом развитии и воспитании ребенка;
- приобщение родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы;
- понимание и принятие индивидуальности ребенка, доверие и уважение к нему, как к уникальной личности.

В рамках реализации данного направления работы был разработан и реализован перспективный план работы с родителями по физическому

воспитанию (таблица 3). Реализация плана работы проходила в течение периода с сентября 2016г. по март 2017г.

Таблица 3

**Перспективный план работы с родителями по физическому воспитанию  
дошкольников**

Месяц	Неделя	Формы и методы работы	Название	Задачи
Сентябрь	1	Родительское собрание	«Задачи физического воспитания детей на новый учебный год»	Познакомить родителей с физкультурно–оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании
		Анкетирование	«Физическое воспитание в семье»	Выявить уровень знаний родителей по физическому воспитанию
	2	Участие родителей в конкурсе поделок ДОО	«Летние виды спорта»	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности
			Консультация	«Значение режима дня для здоровья ребенка»
			«Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Провести консультацию по обеспечению температурного комфорта: рассмотреть связь сложности упражнений и видов одежды с температурой окружающей среды
	3	Семейный фотоконкурс	«Я и моя семья занимаюсь спортом»	Побуждать родителей к активному участию в совместной деятельности с детьми
		Мастер–класс	«Закаливание – первый шаг на пути к здоровью»	Расширять знания родителей о формировании здорового образа жизни Включить родителей в решение задач закаливания организма ребенка.

	4	Игровой тренинг	«Играем вместе с ребенком на прогулке»	Доставить радость общения и единения детям и родителям Повышать интерес детей к физической культуре Пропаганда здорового образа жизни
		Мастер–класс	«Проведем выходной день с пользой»	Познакомить родителей с формами организации отдыха в домашних условиях, на даче, на прогулке
Октябрь	1	Музыкально–физкультурный праздник	День открытых дверей «Веселая ярмарка»	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях Создать положительную эмоциональную обстановку
		Беседа	«Прогулка для здоровья» «Выбор спортивного оборудования для занятия спортом в зимний период»	Помочь родителям приобщать детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье Пропаганда здорового образа жизни
		Круглый стол	«Двигательный режим детей 5–6 лет»	Познакомить родителей с особенностями физического развития детей в возрасте 5–6 лет
	2	Открытое занятие	«Утренняя гимнастика»	Познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью
		Конкурс рисунков	«Ваш ребенок и спорт»	Установление эмоционально–положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
	3	Практикум	«Физкультурные упражнения для оздоровления часто болеющих детей»	Познакомить родителей с простыми в выполнении упражнениями для оздоровления часто болеющих детей

	4	Консультация, рекомендации  Фотоконкурс	«Физическое воспитание ребенка в семье»  «Мы – спортивная семья»	Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно–оздоровительной работы дома  Установление эмоционально–положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности
Ноябрь	1	Помощь родителей в изготовлении массажных дорожек  Мастер–класс	«Дорожки здоровья»  «Игры с мячом»	Предложить родителям новую полезную для детей и родителей деятельность – изготовление нестандартного физкультурного оборудования  Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты
	2	Рекомендации  Консультация	«Профилактика ОРЗ и гриппа»  «Каким бывает отдых»	Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды  Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
	3	Физкультурное развлечение  Практикум	«Встреча с Колобком»  «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью»	Устанавливать эмоционально–положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной–игровой деятельности  Познакомить родителей с условиями обеспечения оптимального двигательного режима для оздоровления и закаливания детей
	4	Семинар–практикум, познакомить родителей с любимыми играми детей	Игры, в которые играют взрослые и дети» Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря	Устанавливать эмоционально–положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной–игровой деятельности



Декабрь	1	Конкурс презентаций  День здоровья «Со спортом мы дружим»	«Играем вместе с ребенком»  Участие родителей в подготовке спортивного участка для проведения развлечений	Познакомить родителей с видами подвижных игр и формами их организации и проведения дома  Привлекать родителей к организации проведения мероприятий Пропаганда здорового образа жизни
	2	Выставка рисунков с родителями  Экскурсия в парк	«Моя семья – моя радость»  «Лыжи для здоровья»	Установление эмоционально–положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной–игровой деятельности  Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты при обучении детей ходьбе на лыжах
	3	Спортивный праздник на воздухе  Практикум	«Зимние забавы»  «Развитие физических качеств в играх и игровых упражнениях»	Формирование представлений о здоровом образе жизни  Познакомить родителей с игровыми упражнениями и формами их организации и проведения дома
	4	Информационная выставка	«Какие закаливающие мероприятия приемлемы для вашего ребенка»	Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
Январь	2	Прогулка в парк	«На лыжню»	Формирование представлений о здоровом образе жизни Привлечь внимание родителей к правильной группировке при скольжении детей по ледяным дорожкам, катании на коньках.
	3	Привлечение к организации и проведению	Неделя зимних игр и развлечений	Установление эмоционально–положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной–игровой деятельности

	4	Конкурс рисунков	«Зимние виды спорта»	Привлекать родителей к формированию интереса детей к физической культуре Пропаганда здорового образа жизни
Февраль	1	Праздник физкультурно–музыкальный  Фотовыставка Выставка рисунков детей	«День Защитника Отечества»  «Защитники Отечества»	Доставить радость общения детям с родителями Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях  Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности
	2	Информационный уголок	«О детской одежде для зимних прогулок»	Формирование представлений о здоровом образе жизни
	3	Мастер–класс	«Зимние прогулки»	Расширять представления родителей о формах физкультурно–оздоровительной работы в ДОУ Пропаганда здорового образа жизни Привлекать родителей к формированию интереса детей к физической культуре
	4	Изготовление книги	«Упражнения для развития правильной осанки»	Установление эмоционально–положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности Познакомить родителей с упражнениями для развития правильной осанки
Март	1	Праздник музыкально–физкультурный	Праздник «Нам не страшны преграды, если мама рядом»	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместной двигательной–игровой деятельности
	2	Физкультурный праздник	«Широкая Масленица»	Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ Расширять представления родителей о формах физкультурно–оздоровительной работы дома Пропаганда здорового образа жизни

	3	Мастер–класс  Информационный уголок	«Мой мяч»  «Домашний «стадион»	Рассмотреть эффективность физических упражнений с мячами для развития мелкой мускулатуры рук Познакомить родителей с подвижными играми и их значением на сохранение здоровья детей  Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья Пропаганда здорового образа жизни
	4	Консультация	«Как формировать у ребенка интерес к ЗОЖ»	Расширять представления родителей о формах физкультурно–оздоровительной работы дома Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
Апрель	1	Открытое занятие	«Роль подвижных игр в оздоровлении детей»	Познакомить родителей с видами игр с обручем и формами их организации и проведения дома
	2	Конкурс нетрадиционного оборудования для профилактики плоскостопия	«Наши крепкие ножки»	Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для профилактики плоскостопия Пропаганда здорового образа жизни
	3	Консультация	Босиком за здоровьем»	Познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей
	4	Беседа, рекомендации	«Красивая осанка» «Развиваем ловкость у детей»	Познакомить родителей с комплексами физкультурных упражнений для формирования правильной осанки Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия
Май	1	Фотовыставка	«Спорт, спорт, спорт»	Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ Пропаганда здорового образа жизни

2	Праздник физкультурно–музыкальный	«День Победы»	Доставить радость общения детям с родителями Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях
3	Консультация	«Осторожно – Лето» «Закаливание детей в летний период»	Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в летний период
4	Родительское собрание  Итоговый праздник	«Наши достижения»  «Папа, мама, я – спортивная семья»	Подведение итогов физкультурно–оздоровительной работы родительского клуба Составление плана работы на следующий год  Доставить радость общения детям с родителями Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях Пропаганда здорового образа жизни

Таким образом, в организации совместной работы с родителями по физическому воспитанию дошкольников мы старались задействовать такие формы как:

1. Открытые физкультурные занятия для родителей – дают возможность наглядно продемонстрировать состояние физического развития детей и их физическую подготовленность. Родители знакомятся с большим перечнем доступных упражнений и подвижных игр, способствующих развитию у детей двигательных навыков. Осваивают методы обучения упражнениям, чтобы в результате повторений закрепить приобретенные навыки.
2. Физкультурные праздники – способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу. А также совместная двигательная деятельность

способствует созданию положительных эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха.

3. День открытых дверей в спортивном зале – помогают детям совместно с родителями удовлетворить потребность в двигательной активности по своему выбору, отдавая предпочтения своим любимым упражнениям, а родителям узнать предпочтения своего ребёнка в выборе вида движения и уровне его освоения, а так же получить положительные эмоции при совместной двигательной активности.
4. Беседы – индивидуальные и групповые– в основном носят индивидуальный характер. Беседы лаконичны, значимы для родителей, побуждают собеседника к высказыванию. Обсуждаются характерные особенности ребёнка, возможные формы организации совместной деятельности дома, на улице, а так же рекомендуется литература по развитию движения у детей.
5. Консультации. Целью консультаций является усвоение родителями определённых знаний, умений, помощь им в разрешении проблемных вопросов.
6. Разработка и оформление стендовой информации – позволяет познакомить родителей с задачами физического воспитания, с вопросами, касающимися здорового образа жизни, правильного питания, организации режима, закаливания, подбора физкультурного инвентаря и др.
7. Родительское собрание– позволяет наладить более близкий контакт с семьёй воспитанников, обсудить интересующие вопросы, обменяться мнениями в том или ином направлении работы дошкольного учреждения, наметить дальнейшие планы.
8. Анкетирование – необходимо для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик. Они позволяют изучить культуру здоровья

семьи, выявить индивидуальные особенности детей для построения дальнейшей работы с ними и внедрения эффективных программ физкультурно–оздоровительной направленности в семью.

Такие разнообразные формы работы с семьей позволяют взаимодействовать с максимальным количеством родителей. Каждая семья может получать информацию в двухстороннем направлении наиболее приемлемым для себя образом. И постепенно, родители становятся более компетентны в вопросах оздоровления и физического развития ребенка, что побуждает их принимать участия в наиболее открытых мероприятиях, таких как праздники, мастер – классы.

В процессе формирующей работы мы вместе с родителями разнообразили универсальное нестандартное оборудование, например разнообразные дорожки для профилактики плоскостопия, в изготовлении которых использовался бросовый материал (пробки от пластиковых бутылок, карандаши, камушки и т.п.). Кроме этого дополнили спортивную площадку ДОО несколькими беговыми дорожками длиной 30, 60 и 100 метров.

Обо всех совместных мероприятиях, например, таких как День здоровья, спортивные досуги и праздники, родители оповещаются заранее, им сообщалось о его содержании, о том, как подготовить ребенка к этому дню. Участвуя в таких мероприятиях, родители имеют возможность наблюдать за своим ребенком, сравнивать его физическую подготовку с тем, как развиты другие дети. Родители видели, какую радость и пользу приносят ребенку шумные игры, веселые состязания, как, играя, он тренируется, как в процессе длительных пеших прогулок учится преодолевать себя. Веселая, здоровая атмосфера таких дней передается и взрослым, способствует пробуждению у них интереса к общению со своими детьми [12].

Вовлечение пап и мам в такие формы оздоровительной направленности, когда они на глазах у детей демонстрируют свое умение бегать, прыгать, соревноваться, полезно всем, и особенно детям, так как это

создает хороший эмоциональный настрой, дарит огромную радость от взаимного общения. Таким образом, роль детского сада в физическом воспитании в семье является главной, поскольку детские учреждения – первое звено системы общественного воспитания, с которым вступают в контакт родители. Они вправе ожидать от педагогов всесторонней помощи. Значит надо приложить все усилия, чтобы педагогическая пропаганда была убедительна, содержательна, интересна.

### 2.3. Анализ результатов исследовательской работы

По итогам формирующей работы мы повторно провели диагностику уровня физической подготовленности воспитанников исследуемой группы. Полученные результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4

#### Результаты мониторинга физической подготовленности воспитанников на контрольном этапе

№	Фамилия Имя ребенка	бег на 30м	челночный бег 3x10м	прыжок с места	разгибание туловища	сгибание туловища	метание мешочка		уровень усвоения
							правая	левая	
1.	Алена О.	1,5	1,5	3,5	1,5	3,5	3,5	1,5	Н
2.	Саша М.	3,5	1,5	3,5	5	1,5	5	5	С
3.	Лиза М.	5	3,5	1,5	3,5	1,5	1,5	3,5л	С
4.	Андрей М.	3,5	3,5	5	3,5	5	3,5	3,5	С
5.	Саша С.	3,5	3,5	5	1,5	3,5	5	5	С
6.	Дима А.	1,5	1,5	3,5	1,5	1,5	3,5	1,5	Н
7.	Дима М.	5	3,5	3,5	3,5	2,5	3,5	3,5	С
8.	Таня Е.	3,5	5	5	1,5	3,5	5	3,5	С
9.	Света К.	3,5	3,5	5	1,5	3,5	1,5	3,5л	С

10.	Костя Е.	5	5	5	3,5	5	3,5	3,5	В
11.	Тимофей М.	3,5	3,5	3,5	3,5	1,5	3,5	3,5	С
12.	Рита Г.	3,5	1,5	3,5	1,5	3,5	5	3,5	Н
13.	Коля П.	5	5	5	3,5	1,5	5	3,5	В
14.	Ангелина Л.	5	5	5	3,5	5	3,5	3,5	В
15.	Алеша Л.	5	3,5	5	5	3,5	3,5	3,5	В
16.	Наташа Е.	3,5	3,5	5	1,5	5	5	5	В
17.	Паша А.	3,5	3,5	3,5	5	3,5	3,5	3,5	С
18.	Настя А.	5	3,5	3,5	1,5	5	5	5	В
19.	Илья С.	3,5	3,5	5	5	3,5	5	5	В
20.	Дима П.	5	5	3,5	3,5	5	5	5	В

Итак, по таблице 4 можно отметить, что с высоким уровнем физической подготовленности выявлено 6 человек (30%), со средним уровнем – 11 человек (55%) и с низким уровнем – 3 человека (15%).

Для того, чтобы отследить динамику уровня физической подготовленности воспитанников сравним данные контрольного эксперимента с данными констатирующего (рисунок 7).

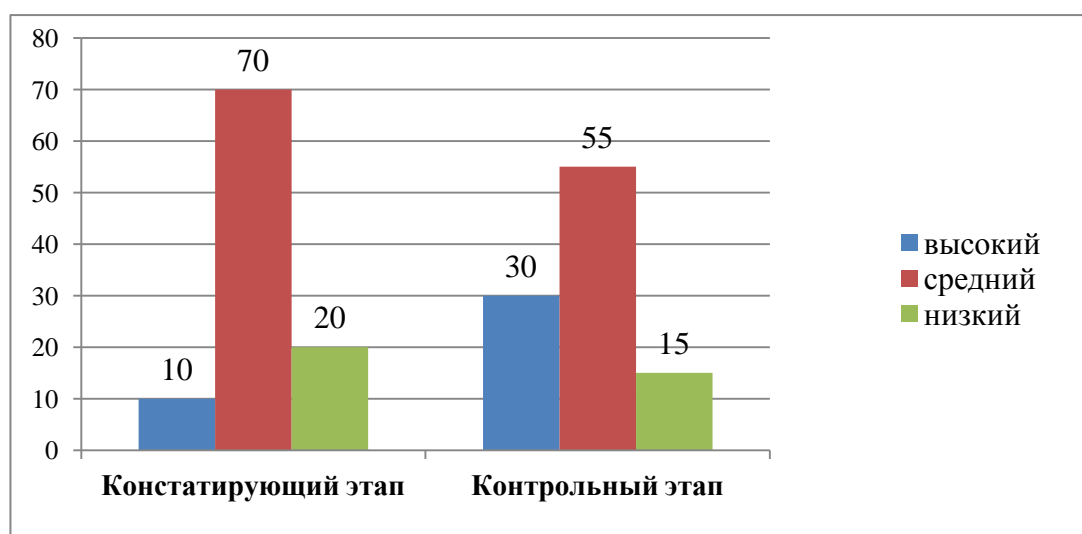


Рисунок 7. – Динамика результатов диагностики уровня физической подготовленности воспитанников до и после формирующей работы

Из представленной диаграммы видно, произошла положительная динамика в уровне физической подготовленности воспитанников в исследуемой группе. А именно, доля детей с высоким уровнем физической подготовленности увеличилась на 20%, доля детей с низким уровнем



развития снизилась на 5%. На диаграмме видно, что произошло снижение количества детей со средним уровнем физической подготовленности воспитанников на 15% - это произошло за счет увеличения количества детей с высоким уровнем развития.

Результаты диагностики показали, что организация совместной работы ДОО и семьи по физическому воспитанию дошкольников положительное влияние на развитие детей. В физической подготовленности у большинства детей прослеживается улучшение показателей. Однако есть дошкольники, имеющие низкие показатели физического развития и уровня функциональных возможностей. Это ослабленные, часто болеющие дети. Мы уверены, что дальнейшая работа будет способствовать улучшению показателей и у данной категории воспитанников.

Затем мы повторно провели анкетирование родителей по теме «Особенности организации физического воспитания ребенка в семье». Анкета использовалась та же, что и на констатирующем этапе эксперимента, за исключением снижения количества вопросов и добавления одного вопроса для обратной связи с родителями. Для контрольной диагностики мы использовали такие вопросы как:

- Назовите традиционные для вас места прогулок с детьми.
- Практикуете ли вы в семье занятия спортом вместе с ребенком?
- Чем обычно занимаетесь Вы с ребенком вечерами и в выходные дни?
- Были ли полезны для Вас совместные мероприятия по физическому воспитанию детей, реализованные в течение учебного года?

Всего в анкетировании приняло участие 20 родителей. Далее проанализируем полученные ответы в сравнении с констатирующим этапом.

При ответе на вопрос «Назовите традиционные для вас места прогулок с детьми» ответы родителей распределились следующим образом.

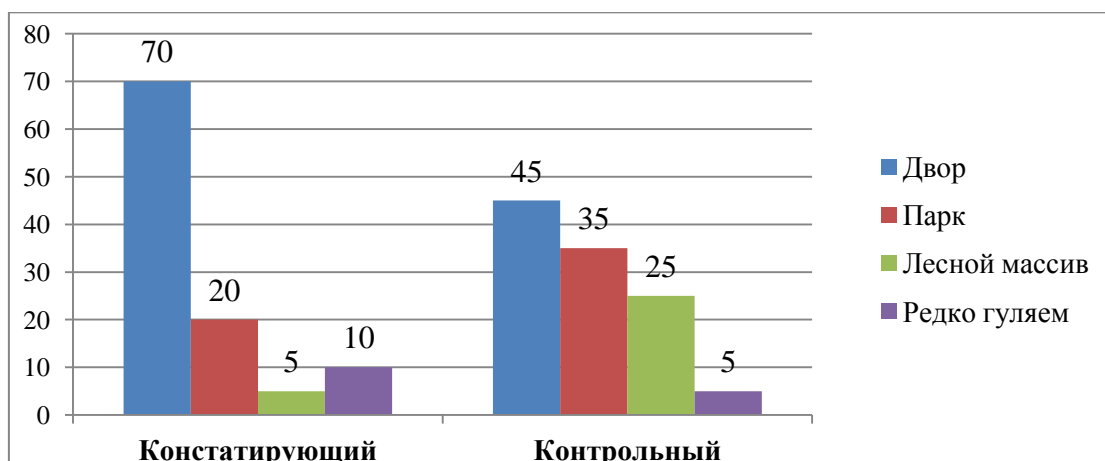


Рисунок 8. – Распределение ответов на вопрос «Назовите традиционные для вас места прогулок с детьми» в процентном соотношении

Итак, анализ рисунка 8 показывает, что основной процент родителей по-прежнему предпочитает гулять с детьми во дворе дома – 45% (9 человек). Однако, в это же время произошло увеличение доли родителей, которые стараются гулять в парке – 45% (9 человек) и в лесном массиве – 25% (5 человек). А так же на 5% снизилась доля родителей, которые редко гуляют со своим ребенком.

Следующим вопросом был вопрос «Практикуете ли вы в семье занятия спортом вместе с ребенком?». В итоге ответы родителей распределились следующим образом (рисунок 9).

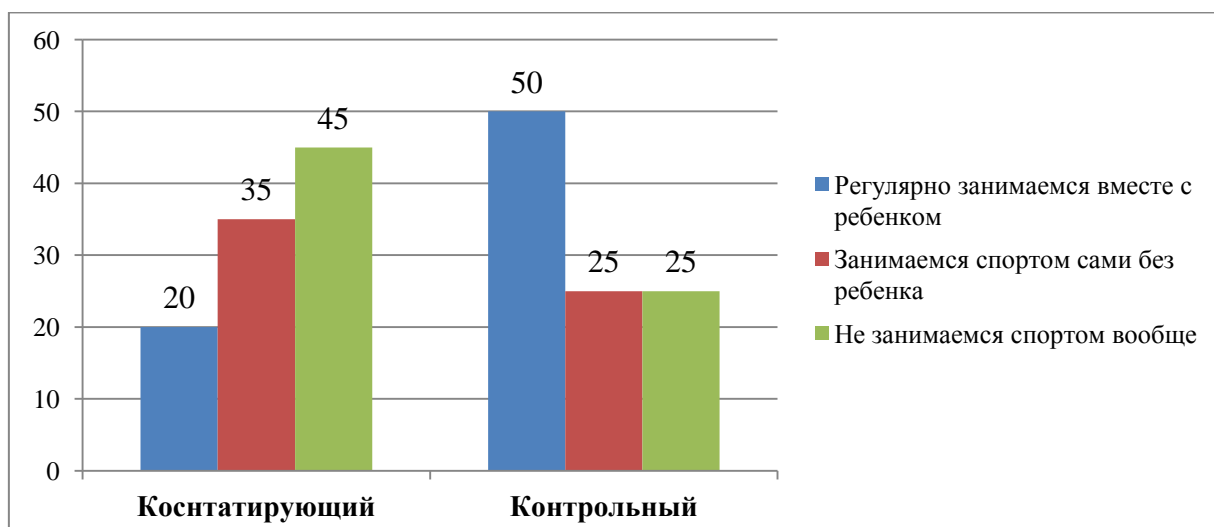


Рисунок 9. – Распределение ответов на вопрос «Практикуете ли вы в семье занятия спортом вместе с ребенком?» в процентном соотношении

Итак, анализ рисунка 9 показал, что основной процент семей стали регулярно заниматься спортом, привлекая к этому процессу и ребенка – 50% (10 человек). И на 20% снизилось количество семей, которые совсем не занимаются спортом.

Следующим вопросом был вопрос «Чем обычно занимаетесь Вы с ребенком вечерами и в выходные дни?». В итоге ответы родителей распределились следующим образом (рисунок 10).

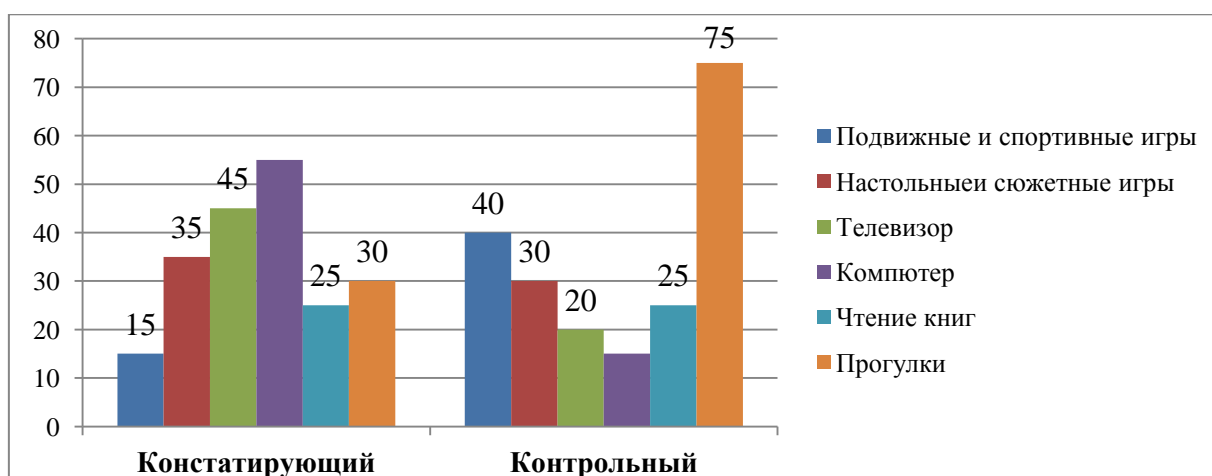


Рисунок 10. – Распределение ответов на вопрос «Чем обычно занимаетесь Вы с ребенком вечерами и в выходные дни?» в процентном соотношении

Таким образом, анализ рисунка 10 показал, что после формирующей работы основной процент родителей предпочитает посвятить вечера прогулкам с ребенком – 75% (15 человек), на втором месте подвижные игры – 40% (8 человек). Следовательно, произошло изменение ситуации в семье в сторону увеличения двигательной активности ребенка.

Последним вопросом был вопрос «Были ли полезны для Вас совместные мероприятия по физическому воспитанию детей, реализованные в течение учебного года?». В итоге ответы родителей распределились следующим образом (рисунок 11).

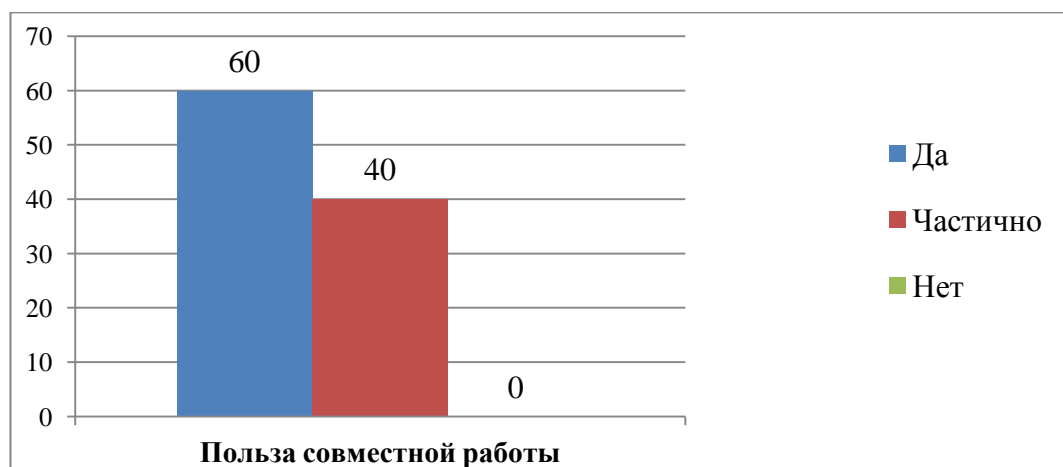


Рисунок 11. – Распределение ответов на вопрос «Были ли полезны для Вас совместные мероприятия по физическому воспитанию детей, реализованные в течение учебного года?» в процентном соотношении

Итак, анализ рисунка показал, что ответы родителей распределились следующим образом. Основной процент родителей считает, что информация, полученная в ходе реализации мероприятий в рамках совместной работы с ДОО, оказалась для них полезной – 60% (12 человек). Для ряда родителей полученная информация оказалась частично полезной – 40% (8 человек). И ни один из опрошенных не посчитал полученную информацию не нужной.

Итак, по итогам диагностической работы можно сделать следующие выводы:

- Мониторинг физической подготовленности воспитанников показал увеличение доли детей с высоким уровнем физического развития на 20%. Родители стали больше уделять внимание физическому воспитанию в семье, увеличилась двигательная активность ребенка в вечернее время и в выходные дни. Основной процент родителей отметил пользу совместной работы ДОО и семьи для физического воспитания детей.

Таким образом, результаты эксперимента позволяют сделать заключение об эффективности проделанной работы по разработке и внедрению различных форм работы с родителями по физическому воспитанию дошкольников.

### **Выводы по второй главе**

В рамках практической части работы было проведено исследование особенностей организации деятельности детского сада по физическому воспитанию и ее эффективность на базе Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения «Ларинский детский сад «Березка». В исследовании приняли участие воспитанники старшей группы, в возрасте – 5–6 лет в количестве 20 человек, а так же их родители.

В качестве диагностических методов исследования были использованы такие как: метод наблюдения, с целью анализа особенностей организации работы по физическому воспитанию в ДОО; тестирование, с целью оценки уровня физического развития воспитанников; анкетирование, с целью анализа деятельности семьи в рамках физического воспитания.

По итогам диагностической работы были сделаны выводы, что проблемной областью в рамках работы по физическому воспитанию в ДОО является область работы с родителями – отсутствуют совместные спортивные мероприятия с семьями воспитанников. Мониторинг физической подготовленности воспитанников показал преобладание среднего уровня подготовленности детей. Анкетирование родителей выявило, что родители понимают значение физического воспитания для детского организма, но в семье уделяют этому вопросу очень мало внимания. Двигательная активность детей в рамках семьи очень низкая. Наиболее привлекательной формой работы, по мнению родителей, является участие в совместных спортивных праздниках и развлечениях, а так же участие в различных практикумах.

На основании диагностики в рамках формирующей работы изначально была разработана модель организации работы по физическому воспитанию в ДОО. На основе данной модели была продумана система совместной работы с родителями, для развития уровня физической подготовленности

воспитанников. Целью взаимодействия ДОО и семьи стало содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей. В рамках данной деятельности был разработан перспективный план работы с родителями. Реализация плана работы проходила в течение периода с сентября 2016г. по март 2017г. В структуру плана были включены такие мероприятия как открытые физкультурные занятия для родителей, физкультурные праздники, дни открытых дверей в спортивном зале, индивидуальные и групповые беседы, практикумы, мастер-классы. Консультативная работа проводилась в рамках разработке и оформлении стендовой информации для родителей.

По итогам формирующей работы была повторно проведена диагностика дошкольников и анкетирование родителей. По ее итогам были сделаны выводы, что мониторинг физической подготовленности воспитанников показал увеличение доли детей с высоким уровнем физического развития на 20%. Родители стали больше уделять внимание физическому воспитанию в семье, увеличилась двигательная активность ребенка в вечернее время и в выходные дни. Основной процент родителей отметил пользу совместной работы ДОО и семьи для физического воспитания детей.

Таким образом, процесс физического воспитания детей дошкольного возраста в ДООУ будет осуществляться более эффективно, если реализованы такие педагогические условия как разработка модели работы по физическому воспитанию в режиме дня групп; внедрение активных форм работы с родителями по проблеме исследования.

## Заключение

Физическое воспитание охватывает те стороны жизни ребенка, которые имеют решающее значение для нормального физического развития, охраны и укрепления здоровья, развития двигательной сферы ребенка.

Двигательная активность – главный источник и побудительная сила охраны и укрепления здоровья, совершенствование физических и интеллектуальных способностей маленького ребенка. Ребенку нужна оптимальная двигательная активность. Недостаток ее неблагоприятен: ослабляется сердечная деятельность, задерживается физическое развитие, нарушается обмен веществ, ослабевают мышцы, возникает угроза нарушения осанки и так далее. В связи с чем, основной задачей ДОО выступает задача, таким образом организовать процесс физического воспитания ребенка, чтобы он стимулировал двигательную активность, а так же охватывал всех участников образовательного процесса, а именно родителей и семью ребенка.

Для формирования позиции сотрудничества педагогов с детьми и их родителями необходимо создание единого пространства физического развития ребенка, которое должны поддерживать и детский сад и семья. ДОО необходимо использовать разнообразные формы работы с родителями в рамках физического воспитания, которые будут способствовать функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, сделают его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, т.е. создадут условия для того, чтобы все дети росли здоровыми.

Таким образом, методически правильно организованная работа по физическому воспитанию, призвана удовлетворить естественную потребность детей в движении, способствовать своевременному овладению ими двигательными навыками и умениями, формировать положительную самооценку. Также оказывает большое влияние на развитие ума, воспитание

характера, воли, нравственности, создает определенный духовный настрой, побуждает интерес к самовыражению, способствует не только лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияет на детскую психику и здоровье детей.

Итак, в процессе исследовательской работы были решены следующие задачи:

1. проведен анализ психолого-педагогический и методической литературы по проблеме физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ;
2. изучены особенности процесса физического воспитания в ДОУ;
3. выявлены и охарактеризованы педагогические условия физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ;
4. организована и проведена опытная работа по реализации педагогических условий физического воспитания в ДОУ.



**Библиографический список**

1. Аксенова, Н. Формирование двигательной активности. Старший дошкольный возраст / Н. Аксенова // Дошкольное воспитание. – №6. – 2011. – С.30–48.
2. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г.Алямовская// Дошкольное воспитание. – 2010. – №11. –С.12–18
3. Банникова, Л.П. Программа оздоровления детей в дошкольных образовательных учреждениях: методическое пособие / Л.П. Банникова. – М.: ТЦ Сфера, 2011. – 48с.
4. Бочарова, Н.И. Физическая культура дошкольника в ДОУ / Н.И. Бочарова. – М.: Центр педагогического образования, 2011. – 176с.
5. Веселова, Л. Физкультурные развлечения / Л. Веселова // Ребенок в детском саду. – 2014. – №6. – С.68-69.
6. Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. – М.: Владос, 2010. – 262 с.
7. Гижа, О. Забота о здоровье детей / О. Гижа //Дошкольное воспитание. – 2016. – №1.– С.69.
8. Гутникова, Л. Спортивный праздник / Л. Гутникова // Дошкольное воспитание. – 2015. – №4. – С.49-50.
9. Голиков, Н. Забота о здоровье детей – задача общая / Н. Голиков //Дошкольное воспитание.– 2013.–№6. – С.14–16.
- 10.Голубева,Л. Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей / Л. Голубева // Дошкольное воспитание. - 2011.–№1.–С.44.
- 11.Горбунова, Н. Если хочешь быть здоров! – /Н. Горбунова// Дошкольное воспитание. – 2012.– №6. – С. 29–33.
- 12.Доронова, Т.Н. Вместе с семьей: пособие по взаимодействию ДОУ и родителей / Т.Н. Доронова, Г.В. Глушкова, Т.И. Гризик и др. — М.: Просвещение, 2010. — 190 с.

13. Доскин, В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми. – М.: Пр., 2002. – С. 110
14. Доскин, В.А. Как сохранить и укрепить здоровье ребенка / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2010. – 144с.
15. Доскин, В.А. Растем здоровыми: пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры/ В.А. Доскин, Л.Г. Голубев. – 2-е изд., – М.: Просвещение, 2010. – 110с.
16. Змановский, Ю.Ф. Здоровый дошкольник. Авторская программа/ Ю.Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. – 2010. – №6. – С.11–17
17. Картушина, М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 5–6 лет / М.Ю. Картушина. - М.: Вече, 2012. – 109с.
18. Кондратьева, И. Как привить детям любовь к движениям / И. Кондратьева // Дошкольное воспитание. – 2010. – №10. – С.22.
19. Кожухова, Н. Некоторые аспекты физического воспитания дошкольников / Н. Кожухова // Дошкольное воспитание. – 2012. – №3. – С.52.
20. Кособуцкая, Г.В. Организация физической подготовки старших дошкольников / Г.В. Кособуцкая // Дошкольное воспитание. – 2015. – №12. – 39 с.
21. Кудрявцев, В. Физическая культура и развитие здоровья ребенка / В. Кудрявцев // Дошкольное воспитание. – 2014 – №1. – С.81 – 83.
22. Лысова, В.Я. Спортивные праздники и развлечения / В.Я. Лысова, Т.С. Яковлева. – М: АРКТИ, 2013. – 194с.
23. Любина, Г. Подвижные игры / Г. Любина // Ребенок в детском саду. – 2012. – №2. – С.35.
24. Мурзабаева, А.А. Учимся быть здоровыми / А.А. Мурзабаева // Воспитатель дошкольного образовательного учреждения. – 2012. – №3. – С.12.
25. Никанорова, С.Т. Здоровячок: практическое пособие / С.Т. Никанорова, Е.М. Сергиенко. – Воронеж, 2011. – 205с.

26. Пензулаева, Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5–6 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика–Синтез, 2011. – 143с.
27. Пензулаева, Л. Формы работы по физическому воспитанию в ДОУ/ Л. Пензулаева// Ребенок в детском саду. – 2012. - №5. – С.20 - 22.
28. Прицепова, С. Гимнастика вдвоем / С. Прицепова, М. Храмцова // Дошкольное воспитание. – 2014. – №8. – С.54.
29. Программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М. А. Васильевой. – 2–е изд. – М.: Мозаика–Синтез 2012. – 336с.
30. Решетнева, Г. Формирование у старших дошкольников ценностного отношения к здоровому образу жизни в процессе физического воспитания / Г. Решетнева // Дошкольное воспитание. – 2011.- №4.– С. 54-55.
31. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду 5–7 лет / М.А. Рунова. – М.: Мозаика–синтез, 2010. – 212 с.
32. Рычкова, С.В. Состояние здоровья дошкольников / С.В. Рычкова // Дошкольная педагогика. - 2013. – №4. – С.4.
33. Соколова, Г. Зимние забавы / Г. Соколова// Дошкольное воспитание. – 2012. – №12. - С.121.
34. Степаненкова, Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика – Синтез, 2010. – 96с.
35. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. – М.: ТЦ Сфера, 2012.– 176 с.
36. Утробина, К.К. Занимательная физкультура для дошкольников 5–7 лет / К.К. Утробина. – М.: АСТ, 2013. – 187с.
37. Харченко, Т.Е. Организация двигательной деятельности в детском саду / Т.Е. Харченко. – М.: Детство-Пресс, 2010.– 176с.

38. Шарманова, С.Б. Контроль за физической подготовленностью дошкольников: методические рекомендации / С.Б. Шарманова. – Челябинск: ЧГИФК, 2010. – 20с.
39. Щебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников / В.Н. Щебеко, Н.Н. Ермак. – Москва: Академия, 2010.- 160 с.
40. Щебеко, В.Н. Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Щебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2010. – 129с.
41. Федоркова, О. Совместная работа по оздоровлению дошкольников // Дошкольное воспитание. – 1990. – №1. – С.61.
42. Физическая культура дошкольников: проблемы перспективы / Петрушина Г.А.В // Здоровье в XXI веке - 2010 Материалы Международной научно-практической конференции / под реакцией: А.А. Желтиков , Ю.И. Григорьев. - 2010. - С. 270-271.
43. Федоровская, О. Физкультурно–оздоровительная и профилактическая работа в ДОУ / О. Федоровская // Дошкольное воспитание. - 2012. – №1. – С.33-34.
44. Харитоновна, Н. Лечебная физкультура / Н. Харитоновна // Дошкольное воспитание. – 2012. – №11. – С.50.
45. Якименко, В. Охрана и укрепление здоровье детей / В. Якименко // Дошкольное воспитание. – 2014. – №2. – С.28.

**Мониторинг уровня физической подготовленности воспитанников**

1. Бег на 30м (для диагностики быстроты). Для бега необходима дорожка длиной 40м. Обозначают линию старта и через 30м линию финиша. За линией финиша на расстоянии 5-6м ставят яркий ориентир (например, флажок). Детям дается задание добежать до ориентира как можно быстрее (на линии финиша бег при этом не замедляется).
2. Челночный бег 3x10м (для диагностики быстроты и ловкости). Бег выполняется на ровной, не скользкой дорожке длиной 10м, ограниченной двумя чертами. За каждой чертой – другая черта, расположенная на расстоянии 0,5м от первой. На линии старта лежат два маленьких мешочка с песком (или два пластиковых кубика). По команде «На старт» испытуемый становится в положении высокого старта за первой стартовой чертой. По команде «Марш» берет первый мешочек, бежит как можно быстрее к финишу и кладет его на вторую линию, затем возвращается бегом к линии старта, берет второй мешочек и бежит с ним к финишу. Фиксируется время от старта до момента, когда испытуемый положил последний мешочек на линию. Не засчитывается попытка, если ребенок бросает или роняет мешочек.
3. Прыжок в длину с места (для скоростно-силовых качеств). Испытуемый становится носками к черте, полуприседая, делает мах руками назад, затем резко выносит их вперед и, толкаясь двумя ногами, прыгает как можно дальше. Длина прыжка измеряется от черты до точки самого заднего касания ноги прыгуна с поверхностью. Фиксируется длина прыжка в лучшей из двух попыток.
4. Разгибание туловища (для уровня развития силы и силовой выносливости мышц спины). Испытуемый ложится бедрами и животом на гимнастическую скамейку (при этом верхние гребни подвздошных костей

находятся на уровне переднего края скамейки): руки за головой, ноги удерживаются партнером. По команде «Можно» испытуемый выполняет разгибание туловища с касанием веревки, натянутой на уровне поясницы, затем возвращается в исходное положение. Упражнение выполняется максимальное количество раз в течение одной попытки.

5. Сгибание туловища – пресс (для уровня развития силы и силовой выносливости мышц живота). Испытуемый лежит на спине, руки за головой, ноги удерживаются партнером (колени прямые, стопы прижаты к опоре). По команде «Можно» испытуемый выполняет сгибание туловища до вертикали (сед прямой), затем возвращается в исходное положение. Упражнение выполняется максимальное количество раз в течение одной попытки.
6. Метание мешочка правой, левой руками вдаль. Обследование дальности метания следует производить на асфальтовой дорожке, шириной не менее 3м и длиной 15-20м. Дорожка побуждает к большей точности броска в заданном направлении. Предварительно она размечается (мелом) поперечными линиями через каждые 0,5м. На концах линии с обеих сторон дорожки ставятся порядковые цифры, отражающие число метров от линии броска. Размеченное расстояние должно быть в полтора раза больше среднего возрастного показателя дальности метания. Предварительно всем детям необходимо полностью объяснить задание. Метают дети мешочки весом 200г.

### **Границы баллов, определяющие уровень физической подготовленности**

*Низкий (до 2 баллов):* Ребенок неуверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок детей и собственные. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений. Не

обращает внимание на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.

*Средний (от 2,5 баллов):* Ребенок правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом.

*Высокий (от 4 баллов до 5 баллов):* Ребенок уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

**Анкета «Особенности организации физического воспитания в семье»**

1. В чем для вас заключается понятие «физическое воспитание». Можно выбрать несколько вариантов ответов.

- Регулярные занятия спортом - 6 - 30%
- Соблюдение режима дня - 4 - 20%
- Соблюдение режима двигательной активности - 12 - 60%
- Регулярные прогулки на свежем воздухе - 9 - 45%
- Соблюдение здорового образа жизни - 5 - 25%

2. Назовите традиционные для вас места прогулок с детьми.

- Двор возле дома - 14 - 70%
- Парк - 4 - 20%
- Лесной массив - 1 - 5%
- Мы редко гуляем, место назвать не могу - 2 - 10%

3. Практикуете ли вы в семье занятия спортом вместе с ребенком?

- Да, мы регулярно занимаемся спортом вместе с ребенком - 4 - 20%
- Сами занимаемся, ребенка пока к спорту не привлекаем - 7 - 35%
- Нет, мы не занимаемся спортом в семье - 9 - 45%

4. Чем обычно занимаетесь Вы с ребенком вечерами и в выходные дни?

Можно выбрать несколько вариантов.

- Играем в подвижные или спортивные игры - 3 - 15%
- Играем в настольные или сюжетно-ролевые игры - 7 - 35%
- Просмотр телевизора - 9 - 45%
- Игры в компьютер - 11 - 55%
- Чтение книг - 5 - 25%
- Прогулка - 6 - 30%



4. Какие формы совместной спортивной деятельности ДОО и семьи были бы вам интересны?

- участие в спортивных развлечениях и праздниках - 12 - 60%
- участие в Родительском клубе, практикумах, семинарах по тематике физического воспитания - 9 - 45%
- получение информации из памяток, буклетов - 5 - 25%
- мне не интересен вопрос физического воспитания - 3 - 15%

**Результаты анкетирования на контрольном этапе**

1. Назовите традиционные для вас места прогулок с детьми.

- Двор возле дома - 9 - 45%
- Парк - 7 - 35%
- Лесной массив - 5 - 25%
- Мы редко гуляем, место назвать не могу - 1 - 5%

2. Практикуете ли вы в семье занятия спортом вместе с ребенком?

- Да, мы регулярно занимаемся спортом вместе с ребенком - 10 - 50%
- Сами занимаемся, ребенка пока к спорту не привлекаем - 5 - 25%
- Нет, мы не занимаемся спортом в семье - 5 - 25%

3. Чем обычно занимаетесь Вы с ребенком вечерами и в выходные дни?

Можно выбрать несколько вариантов.

- Играем в подвижные или спортивные игры - 8 - 40%
- Играем в настольные или сюжетно-ролевые игры - 6 - 30%
- Просмотр телевизора - 4 - 20%
- Игры в компьютер - 3 - 15%
- Чтение книг - 5 - 25%
- Прогулка - 15 - 75%

4. Были ли полезны для Вас совместные мероприятия по физическому воспитанию детей, реализованные в течение учебного года?

- Да, мы узнали много интересной информации – 12 – 60%
- Частично, некоторая информация была уже нам известна – 8 – 40%
- Нет, для меня информация была не интересна – 0