



**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 СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ
ДОУ**

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

Выполнил:

студент группы ЗФ-411/096-4-4Учалы

Иргалина Лия Ринотовна

Научный руководитель:

Тренер высшей категории
Казачук А.Б.

Проверка на объем заимствований:
62,26 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

« 13 » мая 2017 г.

декан факультета

(к.пед.н., доцент Е.И. Иголкина)

Челябинск
2017

Оглавление

Введение.....	3
Глава I. Теоретический анализ литературы по исследуемой проблеме	
1.1. Физическое воспитание дошкольников как педагогический процесс	7
1.2. Особенности физического воспитания дошкольников в ДОУ	20
Выводы по 1 главе	32
Глава II. Практические основы педагогических условий физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в условиях ДОУ	
2.1. Организация педагогической работы по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста в условиях ДОУ «Ромашка» по муниципальному району Учалинский район РБ	34
2.2. Педагогический опыт работы по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста в условиях МАДОУ «Ромашка».....	43
Выводы по 2 главе.....	57
Заключение.....	59
Список использованной литературы.....	62
Приложения	

Введение

Актуальность проблемы и темы исследования определена тем, что жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день обеспечение физического развития детей старшего дошкольного возраста.

Физическое воспитание детей то же, что и основание дома для строения. Нежеле стойче заложен основание дома, тем больше имеет возможность существовать возведение; чем больше хлопот о физическом воспитании ребенка, тем больше успехов он достигнет в общем развитии; в науке; в умении работать и быть полезным для общества человеком [14, с. 91].

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными – задача не только отца с матерью, но и каждого дошкольного учреждения, так как дети в них проводят большую часть дня. В детских садах предусмотрены занятия по физической культуре, которые основываются в согласовании с психолого-педагогическими особенностями определенного возраста, доступности и целесообразности упражнений [14, с. 202].

Правильно организованное физическое воспитание способствует формированию хорошего телосложения, профилактике болезней, улучшению деятельности внутренних органов и систем организма.

При этом, нужно отметить, что физическое воспитание тесно связано с возрастными особенностями детей. В связи с этим и определяются задачи, содержание, методы и формы организации физического воспитания в дошкольном возрасте, а также преемственная связь между ними. Особенно важно физическое воспитание в дошкольном детстве, когда происходит наиболее интенсивное развитие организма ребенка, когда формируются основные его движения [14, с. 203].

Вот почему справедливо отмечал выдающийся советский педагог В.А. Сухомлинский: «Я не боюсь еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя». Потому очень верно определить, что физическое воспитание в дошкольном возрасте позволит организму ребенка

накопить силы и обеспечить в будущем полноценное физическое и умственное развитие. А такие важные качества человека как сила, воля, выдержка, здоровье, жизнерадостность, физическая активность прививаются именно в детском возрасте [4, с. 103].

Большинством авторов высказывается идея, что решение проблемы совершенствования физического воспитания детей дошкольного возраста предполагает разработку и внедрение эффективных технологий обучения разным видам движений, разработку и реализацию личностно – ориентированных педагогических технологий их реализации в воспитательном процессе.

В настоящее время опубликован целый ряд исследований, в которых рассматриваются вопросы оптимизации процесса физического воспитания детей и повышения эффективности его содержания через применение широкого арсенала средств и вариативных, инновационных форм занятий (Т.Ю. Логвинова, Л.А. Венгер, М.А. Васильева и др.).

Вопросы физического воспитания детей дошкольного возраста были предметом многих исследований. Значительный вклад в теорию и практику физического воспитания детей дошкольного возраста внесли Ю.Ф. Змановский, Д.В. Хухлаева, Т.И. Осокина, Е.И. Вавилова, Ю.К. Чернышенко, А.И. Кравчук, М.А. Рунова, С.О. Филиппова и др.

На занятиях по физическому воспитанию ребенок, действуя с предметами, осваивает их физические свойства, начинает координировать свои движения, на основе овладения речью появляются начала управления своим поведением. О смысле физического воспитания говорится в трудах выдающихся педагогов: Я.А.Коменского, Е.А. Покровского, П.Ф. Лесгафта, К.Д. Ушинского, А.С. Макаренко и др.

В связи с чем, что система физического воспитания в дошкольных учреждениях представляет собой единство цели, задач, средств, форм и методов работы педагогов, направленных на укрепление здоровья и

всестороннее физическое развитие детей является актуальной на сегодняшний день.

Анализ, и обобщение научно – методической литературы и педагогической практики свидетельствуют о существовании противоречия между необходимостью совершенствования физического воспитания детей дошкольного возраста на основе разработки и применения инновационных технологий, с одной стороны, и с другой потребностью теоретической и методической разработанностью вопросов содержательного и технологического обеспечения и его применения в воспитательном процессе дошкольных образовательных учреждений.

Исходя из вышеуказанных противоречий можно сформулировать проблему исследования: необходимости правильной организации педагогических условий по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста в условиях ДООУ.

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и апробировать педагогические условия физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в условиях ДООУ.

Объект исследования: организация физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в ДООУ.

Предмет исследования: физическое воспитание детей старшего дошкольного возраста в условиях ДООУ.

Для достижения поставленной цели необходимо реализовать следующие задачи:

- изучить специальную психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования.
- раскрыть особенности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в ДООУ.
- проанализировать педагогическую работу по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста в ДООУ.

– описать основные направления и формы педагогической работы по физическому воспитанию у детей старшего дошкольного возраста в условиях МАДОУ «Ромашка».

Для решения поставленных задач были использованы **методы исследования:**

теоретический анализ психолого-педагогической литературы, анализ уровня физической подготовки детей дошкольного возраста в ДОУ, тестирование и анализ полученных данных.

База исследования: МАДОУ Детский сад «Ромашка» г.Учалы Республики Башкортостан и группа «Капитоша» из 20 дошкольников в возрасте 6 – 7 лет, посещающих детский сад.

Практическая значимость исследования заключается в том, что материалы исследования могут быть использованы в педагогической деятельности дошкольных образовательных учреждений.

ГЛАВА I. Теоретический анализ литературы по исследуемой проблеме

1.1. Физическое воспитание дошкольников как педагогический процесс

В системе российского обучения – физическое развитие ребенка дошкольного возраста включает в себя детский возраст с периодом от появления на свет и до семи лет. Именно, непосредственно направленного педагогическим коллективом на создание здорового, работоспособного, путем более интенсивного увеличения и формирования основных систем организма и их функций, закладывается развитие база целью многостороннего формирования внутренних возможностей личности.

Физическое воспитание – это вид воспитания, где считается подготовка ребенка к физиологическим процессам, освоение физкультурными упражнениями и необходимости развития в потребности дошкольника в физкультурных занятиях. [5, с.45]

Таким образом, физическое воспитания – это дисциплина, где об упомянуто в законодательстве об управлении действием физиологического улучшения организма человека.

Физическое развитие рассматривается как – ориентированный ход в педагогическом воспитании на функции организма дошкольника, в развитии умении физиологических свойств и навыков, в познании на воспитание физических качеств [15, с.415].

В настоящее время, одной из ключевых вопросов физического воспитания дошкольника, является его физическое развитие и воспитание ребенка дошкольного возраста.

Физическое воспитание ребенка – это, безусловно, работа педагогов по улучшению физического состояния ребенка. Значимость физиологического обучения дошкольников затребовано в государственной политикой для

растущего поколения в формировании здорового, физически развитого, трудоспособного растущего поколения современного общества.

Включение физического воспитания дошкольника в просветительскую работу педагогического коллектива ДОУ, гарантирует вероятность взаимодействия средств и методов по физическому, умственному, нравственному эстетическому и трудовому воспитанию дошкольников.

На сегодняшний день, особенный интерес преподавателей обращено к дошкольному возрасту, так как практика преподавателей и многочисленные исследования изучают, что у дошкольников в данном возрасте большие способности согласно по психологическим и физическим свойствам организма. Таким образом, у дошкольников присутствуют некоторые представления об обычных условиях обучения и воспитания, отсюда значительно, правильно будет совершенствоваться разного рода физические свойства организма ребенк. [14, с. 212].

Физическое развитие наиболее непосредственным способом связано со здоровьем человека, потому что, состояние здоровья – как физиологическая, гигиеническая, сердечная, общественная культура человека.

В настоящее время, считается, что сведения о состоянии здоровья детей в стране приводит к беспокойству, и защита существования и улучшения самочувствия и укрепление здоровья детей дошкольного возраста составляют объект особой заботы старших. Согласно, статистике большая часть детского населения, обладают патологиями в здоровье и по этой причине, весьма значительным, считается промежуток в формировании ребенка, где тот период развития ребенка, в котором он станет совершенствоваться на физическом уровне, закреплять тело, ощущать себя крепким и активным.

Физическое воспитание ребенка – один из основных вопросов ДОУ. Однако, состояние здоровья, приобретенное в дошкольном возрасте, считается основанием для формирования организма ребенка. Присутствие представления о «состоянии здоровья», увеличивает значимость, физического воспитания в абсолютную новую степень, делая базой развития здорового

образа жизни детей. Основные принципы здорового образа жизни существуют и развиваются в дошкольном возрасте.

Цель физического воспитания в ДООУ считается – освоение детьми ключевых двигательных операций, организация физических занятий, предупреждение болезней и улучшения самочувствия средствами физической культуры [8, с.73].

Но к орудиям физического воспитания в ДООУ принадлежит начальные основные принципы типов баз спорта, как лёгкая атлетика, зарядка, лыжные гонки, плавание и компоненты естественных двигательных операций – это катание с горы, катание по ледяной дорожке, преодоление преград и др.

Ни в тот или иной промежуток существования физическое воспитание не сопряжено таким, посредственным образом, ровно как в первоначальные семь лет. В этот промежуток у ребенка закладываются основные принципы самочувствия, долголетия, многостороннего двигательной и физического развития.

Первые 7 лет жизни – это данное время психологического и физического формирования детей, организм и его функции еще далеко не безупречны и свободно подвергаются разным влияниям. Вследствие чего, немаловажно и то, чтоб в данный промежуток формирования ребенка, следует гарантировать им педагогическую подходящую сферу. Осознавая, то что с целью физического формирования дошкольников, следует увеличивать их двигательную активность, основываясь на одну из форм физического воспитания, ровно как физкультурные занятия [2, с.47].

Ребенок появляется унаследованными биоособенностями, в том числе и отличительными чертами нервных процессов как, сила, уравновешенность и подвижность. Однако данные характерные черты составляют только базу с целью последующего физического и психического развития, характеризующим условием которого, с первых месяцев жизни считается окружающая среда и воспитание ребенка. По этой причине, весьма немаловажно сформировать подобные требования и осуществить и

организовать воспитание, для того, чтобы существовало здоровое, благоприятно – эмоциональное состояние, полное физическое и психическое развитие детей [11, с.132].

В системе физического воспитания ребенка дошкольного возраста выполняется общая задача – это подготовка к жизни, к труду, освоения конкретным запасом двигательных навыков и умений. Таким образом, в период поступления в школу, помогут помочь наиболее благоприятно усвоить школьную программу, и в следующих стадиях обучения, проявляя заинтересованность к занятиям физическими упражнениями и в целом ко всей физкультурной деятельности [15, с.409].

Также, развитию физических качеств, двигательных навыков и умений непосредственно связано с умственными и психическими развитиями детей, с обучением его нравственно – волевым качеств, и кроме того свойственно в основании его многосторонне физическое воспитание детей дошкольного возраста [7, с.87].

Физическое воспитание детей старшего дошкольного возраста подставляет базу с целью многостороннего формирования, закаливает организм, укрепляет тело, а так же морально волевые качества.

В последние годы главными тенденциями в изучении согласно физическому воспитанию дошкольников начали исследования двигательной активности детей, усовершенствование численных и высококачественных характеристик физического развития детей [51, с.101].

В исследованиях Л.А.Рыжкова сообщила, о том, что физическое воспитание ребенка дошкольного возраста посвящено единым закономерностям, характеризующим сущность и формы построения физического воспитания как педагогически организованного процесса и включенного в единую систему воспитания личности ребенка [15, с. 105].

Однако, философ А. К. Маркс отчетливо определил компоненты воспитания и счел последующее:

- умственное воспитание;

- физическое воспитание;
- техническое обучение.

К. Маркс установил то, что физическое воспитание, как базисную долю воспитательной системы, как требование многостороннего развития человека

Таким образом, многие ученые полагают, что целью физического воспитания подрастающего поколения считается – развитие начал физической и духовной культуры личности, увеличение ресурсов здоровья как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом образе жизни. К дошкольному возрасту, согласно их взгляда, главными вопросами физического воспитания считаются:

- развитие у ребенка сознательной необходимости в изучении ценностей здоровья, физической культуры и спорта;
- природосообразное и индивидуально-применимое формирование физического возможности, обеспечивающее результат требуемого и необходимого степени формирования физических качеств ребенка, его двигательных умений и навыков;
- общее физкультурное формирование дошкольников, нацеленное в освоение ими умственных, научно-технических, нравственных, моральных и эстетических ценностей физической культуры;
- актуализация познаний в степени первоначальных умений выполнения самостоятельных уроков [7, с.79].

Исходя из того, то что главными трудностями к инноваторским добавлениям, системы физического воспитания детей дошкольного возраста считаются:

- а) возможности применения средств физического воспитания с целью психического развития детей;
- б) возрастные характерные черты формирования физических качеств и развития основных свойств движения детей;
- в) методологические трудности физического воспитания в ДОУ;

г) организационно – содержательные основные принципы подготовки педагогов по дошкольному физическому воспитанию [6, с.19].

Таким способом, в педагогической практике физическое воспитание содержит главную значимость, как особое условие влияния на формирования физических качеств ребенка, его двигательных возможностей и с природными свойствами детского организма. В случае, если физическое воспитание выполняется регулярно в течении индивидуального развития организма, оно представляет одно из главных условий в процессе физического развития ребенка [6, с.19].

Для представления значимости физического воспитания в формировании ребенка весьма не маловажно то, что физическое развитие – не только естественный, но и общественный процесс. Данный процесс, разворачивается на естественном основании, передаваемой, согласно наследию и подчиняется непосредственным законам.

К ним относятся: а) закон взаимодействия наследственных направлений и формирований, характеризующихся критериями существования; б) законы взаимообусловленности многофункциональных и структурных изменений, поэтапность; в) возрастная заменяемость этапов развития др..

Однако влияние данных природных законов выражается в связи с общественными обстоятельствами существования человека, как с требованиями условиями распределения, применения и использования, материальных благ, воспитания, труда, обихода и т. д..

Научное представление о значимости физического воспитания в физическом формировании человека сталкивается с тем, что в ходе физического развития в принципе управляем; целесообразно обратить влияние в данный процесс, в первую очередь заключить общественное направление физического воспитания [21, с.196].

Физическому воспитанию относится особая значимость, как особому условию регулирования физического развития ребенка, соогласно с условиями, предъявляемыми сообществом. А так же, непосредственно, от

физического воспитания, в случае если имеются необходимые требования, напрямую находятся в зависимости от его направленности, уровня, а кроме того, какие двигательные способности, умения и навыки создаются, улучшаются и совершенствуются на протяжении существования человека.

Но, а базой многостороннего развития детей считается правильная забота о ребенке и его физическое воспитание. Освоение ребенком природных данных, как ходьба, бег, ползание, преодоление преград, подвижные игры и др. способствует умственному и многофункциональному развитию, увеличивает рост, укрепляет состояние здоровья и иммунитет, повышает приспособление организма к разным условиям внешней и внутренней сферы. Осознавая единые задачи физического воспитания, как улучшение и самочувствия детей, авторы исследований определяют суть по-разному физического воспитания [16, с.97].

Доктор наук Иванова С.П. полагает, что «...болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него ослабленное внимание, память. Данный недостаток поражает и разнообразные расстройства в работе организма, и не только приводит к снижению способности, но и расшатывает волю детей» [32,с.104].

Выдающийся педагог, В.А.Сухомлинский акцентировал внимание, на самочувствие, жизнерадостность детей, в зависимости от внутренней жизнедеятельности, взгляда на жизнь, интеллектуальное развитие, надежность в познании, уверенность в собственные силы. По этой причине, весьма немаловажно, формировать занятия по физическому воспитанию необходимо непосредственно в детском возрасте, что это даст возможность организму собрать силы и обеспечить в последующем многостороннее формирование личности [46, с.21].

Высказывания общественных деятелей, так же исследовательские работы ученых, врачей послужили предпосылкой к созданию отечественной теории физического воспитания дошкольников.

Особую значимость в отечественной теории физического воспитания обладали работы российских ученых П.Ф. Лесгафта и его ученика В.В. Гориневского [33, с. 76].

Но, главным творцом уникальной теории физического воспитания в России считается профессор, врач медицины и хирургии П. Ф. Лесгафт, его научно – материалистические убеждения вошли в базу системы образования, и где основную роль занимает – теория физического воспитания [33, с. 76].

Мировоззрение П. Ф. Лесгафта, научные высказывания крупнейшего физиолога – материалиста И. М. Сеченова, выдающегося хирурга и педагога Н. И. Пирогова, высоко оценивал их достижения И. П. Павлов. [13,с.26].

В работах П. Ф. Лесгафта, разработана целостная система физических упражнений с целью взаимосвязи с физическим воспитанием – это гигиеническое и оздоровительное значение физических упражнений .

Так, в основу подбора физических упражнений П.Ф.Лесгафт положил возрастные анатомо – физиологические и психологические особенности детей, постепенность усложнения и разнообразия упражнений.

Он стремился к тому, чтобы определенная система упражнений вела к всестороннему развитию и правильному функционированию организма человека, способствовала постепенной тренировке его физических сил.

Физическое развитие, П. Ф. Лесгафт признавал только во взаимосвязи с умственным, нравственным, эстетическим развитием и трудовой деятельностью. Процесс выполнения физических упражнений, Лесгафт рассматривал, как единый одновременный процесс, духовного и физического совершенствования дошкольного возраста. Основной задачей, при обучении упражнениям, Лесгафт считал воспитание сознательного отношения, дающее возможность выполнять большую работу с меньшей затратой сил и преодолевать встречающиеся трудности. П. Ф. Лесгафт требовал от преподавателя систематической подготовки к занятиям и в процессе обучения он должен предусмотреть постепенное увеличение физической нагрузки, смену упражнений и их разнообразие [33, с. 52].

П.Ф. Лесгафт создал теорию и методику подвижных игр. Подвижная игра, обуславливается как «занятие», в присутствии чего дошкольник готовится «к жизни». В данных играх он обретает способности, привязанности, вырабатывается характер и обладает значительной воспитательной силой. П. Ф. Лесгафт анализировал игру как ценнейший способ воспитания личности. Таким образом, теория П.Ф.Лесгафта появилась прочным основанием для последующего формирования науки о физическом воспитании ребенка дошкольного возраста [33, с. 61].

Ученик П. Ф. Лесгафта, доктор и гигиенист, ученый В.В. Гориневский в врачебно – педагогической деятельности, сформировал и углубил теорию П.Ф.Лесгафта, о физическом воспитании. [12, с. 34].

В.В. Гориневский, считается основателем медицинского и педагогического контроля, согласно урокам по физическим упражнениям и спорту. Основываясь на принципы П.Ф.Лесгафта в выборе упражнений, В.В.Гориневский опытным путем установил, характерные черты физического развития в различные возрастные этапы жизни ребенка. Его таблица: «Физические упражнения, соответствующие данному возрасту», имела широкое продвижение в числе экспертов. Таким образом, значительное число научных трудов, согласно проблемам по физическому воспитанию, гигиены и закаливания детей, обладала особенной известностью его книга «Уровень физической культуры дошкольного возраста» [22, с.159].

Если П. Ф. Лесгафт, как основатель физического воспитания, заложил основу физического воспитания подрастающего поколения, то его приемник – В. В. Гориневский, сформулировал основу новейших вопросов и условий общества возрастную специфику физического воспитания.

На формирование физического воспитания детей дошкольного возраста, оказали огромное воздействие академические изучения и методы деятельности Е. А. Аркиной, Л. И. Чулицкой, Е. Г. Леви – Гориневской, М. М. Конторович, А. И. Быковой, Н. А. Метлова и мн. др. [11, с.122].

Е.А.Аркин, профессор, доктор педагогических наук продлил мысли П.Ф.Лесгафта и В.В. Гориневского, но а, Л.И.Чулицкая совершенствовала труды педиатра И.П.Филатова и возобновила основные принципы П.Ф.Лесгафта и В.В. Гориневского. Она определила гигиенические нормы детей и их физического воспитания и обучения [26, с.97].

А.И.Быкова, разрабатывая вопрос развития физических упражнений дошкольников, аргументировала и открыла педагогический процесс обучения детей играм: его значению, содержанию, организацию и способам.

Большая значимость в сфере физического воспитания детей дошкольного возраста относится доктору и педагогу Е.Г. Леви – Гориневской, она вложила существенный вклад в развитие теории и практики физического воспитания[41, с. 160].

Общая деятельность А. И. Быковой и Е. Г. Леви – Гориневской обладала колоссальным значением в формирование отечественной системы физического воспитания дошкольников и они вместе, разрабатывали пособия и сборники по подвижным играм для дошкольных учреждений.

На развитие теории и практики физического воспитания детей дошкольного возраста существенное воздействие оказали научно-методические работы Н.А. Метлова, М.М. Конторович, Л.И. Михайловой. Они явились создателями разнообразных программ, учебных пособий и сборников по физическому воспитанию детей в ДОУ [45, с.131].

Так существенные вложения в формирование проблем по физическому воспитанию ребенка вносит наилучшая практический опыт Н. Н. Кильпио, Н. Г. Кожевникова и множество других ученых.

В статьях педагогов, методистов, опубликованных в журнале «Дошкольное воспитание», как Н.Рунова, В. И. Васюкова, Л. Тюрина, Г. Головенчиц, Л. Урбанская, К. А. Павлидис и др., раскрываются творческие поиски лучшей организации закаливания, обучения детей физическим упражнениям на физкультурных занятиях, методики проведения подвижных игр, игр с элементами спортивных занятий и т. д. [45, с.132].

За последние десятилетия согласно совершенствованию содержания, организации, методов обучения в процессе физического воспитания были посвящены исследования экспертов Э. И. Адашкявичене, Е. Н. Вавиловой, М. П. Голощекиной, А. В. Кенеман, Т. И. Осокиной, Л. И. Пензулаевой, Н. В. Потехиной, Э. Я. Степаненковой, Е. А. Тимофеевой, А. Д. Удалой, В. Г. Фролова, Г. В. Шалыгиной, Д. В. Хухлаевой и мн. др.

Дальнейшее развитие современных проблем, теории физического воспитания детей дошкольного возраста, связано с требованиями общественной жизни. Стремительный темп существования, научно-технический прогресс, многообразная творческая деятельность в различных областях труда требуют активности процессов восприятия, запоминания, мышления, способности к точной и быстрой ориентировке и реакции на поступающую информацию.

В этой взаимосвязи, чрезвычайно, важной является организация педагогической деятельности, правильного физического воспитания, укрепления здоровья и всестороннего развития детей с ранних лет, осуществление своевременной подготовки к школе и дальнейшей общественной жизни. Поэтому, проблемы в области теории физического воспитания детей многообразны и значительны. Они охватывают важнейшие вопросы, касающиеся закономерностей психофизиологического развития ребенка и от движений с первого дня жизни; изучения потенциальных возможностей детей и создания условий на их развитие; комплексного подхода к разработке содержания и методов всего воспитательно-образовательного процесса на всех возрастных этапах; научно обоснованного двигательного режима, гигиены нервной системы и закаливания; воспитания нравственного сознания и поведения; самостоятельности мышления, творческой активности в различных формах занятий, в игровой деятельности, влюбленности к спорту и труду и т.п. [35, с.149].

К сожалению, несмотря на многогранную целенаправленную работу по реализации социальной политики связанных с укреплением здоровья

подростающего поколения, что сегодня можно констатировать, что в России на низком уровне находятся показатели здоровья и физического развития детей. Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, формирование у них осознанной потребности в физическом и интеллектуальном совершенствовании, здоровом образе жизни являются основными задачами в организации физического воспитания в дошкольных и общеобразовательных учреждениях [49,с.194].

С выходом, основополагающих документов – Закона ФЗ – 273 «Об образовании в РФ» – статья 14 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», где гласит: «Физическое воспитание детей дошкольного возраста осуществляется в процессе включенных в программу физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях, учебных занятий по физической культуре продолжительностью, как правило, восемь часов в неделю», Концепции по дошкольному воспитанию и других документов, отсюда и начался поиск педагогами новых временных требований к содержанию, формам и методам дошкольного воспитания.

Профессионально образованный педагог детского сада в своей работе постоянно оперирует такими терминами теории физического воспитания.

Физическое развитие – это процесс, изменения форм и функций организма, под воздействием условий жизни и воспитания. В узком значении этот термин используется с целью обозначения понятий – как рост, вес, окружность грудной клетки, состояние осанки, жизненная емкость легких и т.д. Однако, а в широком же понимании, термин включает физические качества подобных как, выносливость, быстрота, сила, гибкость, равновесие, глазомер. Физическое развитие – это не только биологический процесс, характеризующий становление, изменение форм и функций организма, но социальный процесс в физическом воспитании [34,с.147].

Овладение движениями, техникой их выполнения, развитие физических качеств происходит при активном участии взрослого. Тем самым, физическое воспитание является ведущим в развитии личности ребенка. Благодаря

педагогической работе у ребенка появляется потребность в здоровом образе жизни [18,с.13].

Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на создание условий, способствующих достижению хорошего здоровья, физического и двигательного развития ребенка. Педагог осуществляет данный процесс с позиции целостности и гармонизации задач развития, как умственного, нравственного, эстетического, трудового. Физическое воспитание опирается на данные обследования детей уровня физического развития, определяется его гармоничность, соответствие возрастным физиологическим показателям [29,с.37].

Термин «физическое образование» ввел величайший ученый, профессор – П.Ф. Лесгафт, который создал оригинальную систему физического образования в России.

Физическое образование – комплексный процесс, организованный взрослым и направленный на овладение профессиональными знаниями.

1.2. Особенности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в ДОУ

Особенность концепции физического воспитания в ДОУ предполагает собой, нацеленных на улучшение здоровья и многостороннее физиологическое формирование ребенка – как целостность миссии, вопросов, способов и методов педагогической деятельности. В то же время считается и составляющей концепции физического воспитания, что кроме отмеченных частей содержит институты осуществляющие контроль физического развития.

Важнейшей проблемой, характеризующей особенную важность физического воспитания, как основные принципы многостороннего развития, считается развитие здорового, закаленного, чуткого, активного ребенка, хорошо обладающего собственными движениями, уважающего спорт и физические упражнения [60, с.68].

В ходе физического воспитания ребенка, исполняются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Из числа оздоровительных вопросов особенная роль окружает защита существования и улучшения самочувствия ребенка, многостороннее физиологическое формирование, усовершенствование функций организма, увеличение инициативы активности и трудоспособности. Принимая во внимание специфику ребенка, оздоровительные проблемы формируются – в виде помощи формированию позвоночника и стопы, укреплению связочно – суставного аппарата; содействовать формированию мускул; верному соответствию туловища; совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной системы [48, с.132].

Помимо этого, немаловажно увеличить единую трудоспособность у ребенка, принимая во внимание характерные черты формирования организма дошкольника.

Образовательные проблемы учитывают у ребенка физическое развитие, формирование умений и методы поддержания самочувствия организма. В

часть умений входят – движение, бег, ходьба на лыжах, катание на велосипеде и др., которая являются как ежедневная средство перемещения.

Двигательные способности детей, упрощают взаимосвязь с находящийся вокруг сферой и содействуют осуществлению мер по формированию растущего организма [58,с.56].

Физические способности, формируют основы последующего улучшения по достижению хороших результатов в физкультуре и в спорте. В ходе физического развития у детей следует повысить способности в выполнении более усложненных физкультурных упражнений и обучение к различным игровым движениям. В это время они обретают начальные базы личной и общественной гигиены.

Полученные физические знания позволяют детям самостоятельно использовать средства физического воспитания в детском саду и семье, заниматься физическими упражнениями более осознанно и более полноценно. Она решает проблему улучшения физического развития и физического состояния ребенка дошкольного возраста [58,с.56].

Воспитательные вопросы ориентированы на всестороннее физическое формирование ребенка, как к интеллектуальным, высоконравственным, эстетическим, трудовым, так и побуждая заинтересованность к физкультурным упражнениям.

Система физического воспитания в ДОО основывается на возрастные и психологические особенностей ребенка. Они связаны между собой в виде физиологических, нравственных, художественных представлений и взглядов и во взаимоотношениях в ходе физического воспитания.

Оздоровительные, образовательные и воспитательные вопросы очень тесно взаимосвязаны между собой. Процесс физического воспитания ребенка выстраивается таким образом, для того, чтобы в тоже время решались все без исключения приведенные вопросы и только лишь в данном случае они обретают нужную основу с целью последующего многостороннего формирования, как физиологического, так и внутреннего.

В ходе физического воспитания выполняется трудовое и эстетическое развитие ребенка. Организация по трудовому воспитанию к труду требует от ребенка формирование умения к стремительному овладению физическими навыками, умениями и прививаются физиологические свойства, нацеленные на труд.

При исполнении физических занятий необходимо совершенствовать умения усваивать, ощущать эстетическое наслаждение, осознавать и производить оценку красоты, изящества и четкости движений. Дошкольник, с огромным желанием, показывает умение трудиться в спортивном зале на физкультурных снарядах. [42, с.84].

Так же целью физического воспитания считается развитие у ребенка навыков здорового образа жизни. С целью исполнения данных вопросов по физическому воспитанию ребенка выполняют: гигиенические условия, природные данные, занятия по физической культуре и др. Физическое воспитание полностью используется, только при присутствии, как любое из них, согласно, воздействия их различно на организм ребенка. Гигиенические условия, как порядок занятий, отдыха, питания, сна и т.д., является неотъемлемым требованием в постановке вопросов в физическом воспитании детей [42, с.99].

Физическое воспитание детей дошкольного возраста, обладает сущностью и объектом в исследованиях по теории физического воспитания, совместно с формированием в обучении и физического воспитания ребенка от рождения до школы [44, с.48].

Потребность в движениях детского организма, физически аргументирована и порождает позитивные перемены в его физическом и психологическом формировании, в абсолютном во всех многофункциональных процессах организма. [27, с.98].

В дошкольном возрасте детского организма характеризуется активное увеличение и формирование всех функций организма, подставляется база внутренних и материальных возможностей, самочувствия и существования.

Таким образом, к этому возрасту у детей совершается полное формирование центров головного мозга, соответствующих формированию умственных и физиологических возможностей. По этой причине организм ребенка считается чувствительным, восприимчивым к формированию и созреванию к различным областям деятельности человека.

С возрастом ребенка, при помощи, находящихся рядом старших, стремительно растет разнообразие физических упражнений, совершенствуются физические движения. А двигательные свойства создаются в одном этапе с физиологическим формированием детей.

В течении дошкольного возраста, у детей совершаются большие перемены с анатомическими и функциональным созреванием организма ребенка [33, с.73].

К 7 годам прослеживается неоконченность строения стопы у детей и с этим следует предостерегать возникновения плоскостопия, где предпосылкой тому может обувь наибольшего размера, чрезмерный вес и частые болезни.

Вследствии эксперимента и направленным занятиям по физическому воспитанию, т.е. разнообразные обучения и занятия физической культурой, дети уже осуществляют наиболее верно и осознанно. Они уже готовы собственные силы направить на осуществление выполнения различных физических упражнений, переключиться к наиболее быстрым движениям, то есть менять темп.

Дети старшего дошкольного возраста уже сознательно осуществляют очередность событий, понимают трудные обобщения и у них улучшаются физиологические движения.

Важна и правильная организация двигательной активности дошкольников. Присутствие его в недостаточном количестве, приводит к росту заболеваний органов дыхания, примерно на 20 %. Необходимость в двигательной активности у множества детей весьма огромна. Задача педагогического коллектива состоит в контроле и за физиологическими занятиями дошкольников, с учетом проявляемой индивидуальности, и

предотвращение ситуаций гипердинамии и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры [39, с.166].

Физическое воспитание, предусматривает психофизиологические черты ребенка дошкольного возраста: способности трудоспособности организма, образующие круг интересов и необходимости логичного мышления и доминирующего типа работы во взаимосвязи с формированием совершения первостепенных перемен в нервной системе детей и подготавливается «переход ребенка к новой высшей этап его развития».

В ходе физического воспитания у дошкольника формируется умение к стремительному овладению физическими навыками и умениями, и прививаются физические свойства и возможности и способности, требуемые в целях последующего физического формирования детей в ДОУ.

Под физическими свойствами и подразумеваем подобные свойства и возможности, какие определяют физическое положение детей, это – функции и физиология организма дошкольника.

К количеству свойств, определяющих конституцию организма, принадлежат, как рост, масса, окружность тела и др. Из числа различных физических функций организма человека, особенно необходимо выделить двигательную функцию, что характеризуется возможностью человека осуществлять конкретный круг движений и степень формирования двигательных и физических свойств ребенка[6, с.17].

На формирование физических свойств ребенка влияет воздействие разнообразных ресурсов и способов по физическому воспитанию. Результативным орудием в формировании скорости движения считаются упражнения, нацеленные на возможности стремительно осуществлять занятия, а дети осваивают упражнения в целом в неторопливом темпе. Педагог обязан, предусмотреть, то, чтобы занятия никак не должны быть длительными, одинаковыми и безусловно, предпочтительно их сделать в различных обстоятельствах с различной насыщенностью, с усложнениями либо напротив, с уменьшением условий. [16, с.190].

Для физического воспитания у ребенка мастерства по совершенствованию наибольшего ритма состязаний, имеют шанс применить такие упражнения, как – бег в стремительном и неторопливом темпе; бег с ускорением, согласно диагонали. Целесообразно осуществлять занятия в разном темпе и с целью формирования мастерства и сохранять ритм движений в течении определенного периода, результативным считается: бег на малые дистанции: 15, 20, 30 метров. При физическом воспитании быстрого движения используется – бег с ускорением согласно сигналам; начало с различных начальных положений и по причине данные упражнения вводятся в утреннюю гимнастику, физкультурные занятия и игры на прогулке.

Для формирования ловкости дошкольника нужны наиболее сложные упражнения по координации и условиям выполнения: использование необычных состояний – это бег начальное состояние – стоя на коленях, сидя; прыжок из начального положения – стоя спиной к направлению движения; быстрая замена разных положений; изменения скорости или темпа; исполнения взаимосогласованных операций несколькими участниками. Могут быть применены упражнения, где дети прилагают усилия, чтобы сохранить равновесие: кружиться на месте, раскачивание на качелях, ходьба на носках и др. [38, с.129].

Огромную значимость содержит число повторений: незначительное никак не способствует формированию силы, а излишне огромное, способен послужить причиной к утомлению. Следует, кроме того принимать во внимание темп выполнения упражнений: нежели никто ранее, этим наименьшее число раз обязано выполняться[18, с.51].

В силовых упражнениях необходимо осуществлять контроль, чтобы давать необходимое преимущество горизонтальным и наклонным положениям туловища. Упражнения с мышечным напряжением рационально сменить с упражнениями на расслабленность [18, с.52].

Для формирования выносливости более всего подойдут упражнения повторяющегося характера – это ходьба, бег, прыжки, плавание и др. В

исполнении данных упражнений принимает участие большое количество групп мышц, регулируется ритм и длительность исполнения.

В дошкольном возрасте немаловажно разрешать вопросы воспитания абсолютно всех физических качеств. В главную очередь необходимо сконцентрировать интерес в развитие координационных способностей, как четкость, точность, равномерность, слаженность отдельных движений.

Физические качества – главная часть физического воспитания. Они связаны с морфофункциональными, психофизиологическими и биологическими отличительными чертами организма детей. Воспитание физических качеств в согласии с учебной двигательными способностями ребенка проявляет воздействие на их совершенствование, выздоровление организма, увеличение чувствительности нервной системы и дети выражают без исключения значительную уверенность в выполнении движений, скорее усваивают новейшее, стараются к высоким достижениям, выражают независимость. Иногда дети превосходят старших, к примеру, многие из них обладают большой степенью сравнительной силы, наилучшую прыгучесть, быструю реакцию [26, с.90].

В педагогической работе, немаловажно принимать во внимание индивидуальные особенности ребенка. Индивидуальный аспект, обязан поспособствовать, любому сформировать собственные возможности и показать их в движении, более определенных по способностям детей.

Необходимо формировать требования, для того, чтобы не только слабые, однако и сильные дети имели возможность тренировать свои качества, совершенствовать их, не останавливаясь в обычном достигнутом уровне, направлять энергию на освоение новыми движениями, а не ограничивать, боясь падений, травм и т.д.

Поэтому все без исключения интерес уделяется формированию двигательных свойств дошкольникам во взаимосвязи с решением вопросов по физической культуре, усовершенствуя деятельность по физическому воспитанию в ДОУ [36, с. 105].

Быстрота движений, ловкость, сила и выносливость имеют огромную значимость с целью поддержки самочувствия, физиологического улучшения ребенка, овладения физическими движениями. Пропорционально сформированные физические свойства, представляют главную значимость в играх и различной работы ребенка, применяющихся обстоятельствах сферы, содействуют проявлению инициативности, самодостаточности, убежденности и силы воли [18, с.75].

Физические свойства выражаются посредством конкретного мастерства и через двигательные способности детей. Двигательные способности, действительно имеют присутствия конкретных физических свойств, и подобная близкая связь двигательных умений и физических свойств разъясняется одинаковостью относительно отраженного приспособления двух форм. По этой причине в целях слаженного формирования детей следует сформировать требование с целью их синхронного развития.[18, с.7].

Среди физических свойств – особенную роль играет ловкость. Она предполагает собою умения лиц рационально согласовать собственные действия и целесообразно разрешать двигательные вопросы. Координационная трудность двигательных аспектов рассматривается, как один из образующих свойств ловкости. Так же с целью результативного постановления в решении двигательной проблемы нужны четкие воздействия – это еще один из образующих свойств ловкости.

Таким образом, ловкость – это сложное умение индивида и где признаком ловкости способен быть период исполнения задач, как бег с поворотами, бег с препятствиями.

Быстрота характеризуется – как умение лица реализовывать движения с конкретной быстротой, либо как умение лица реализовать двигательные воздействия с наименьшими обстоятельствами времени.

Быстрота выражается в различных формах – это стремительный ответ в знак к воздействию, умение в непродолжительный период повышать ритм движения; колебания повторяющихся движений.

В практике о быстроте движений дошкольника определяют согласно быстроты состязания на малые дистанции (10 – 30м), которая выражается метров в секунду(м/с)

Под силой, как двигательным свойством, подразумевается умение лица справляться наружное противодействие, в ходе двигательной деятельности, в результате мышечных усилий. Абсолютная сила – умение выразить наибольшую напряженность, в сравнительно небольшой период времени. Данное умение расценивается с помощью динамометра и выражается в килограммах (кг).

Относительная сила – это величина силы, что определяется, на 1кг веса тела. Относительная сила обуславливается разделением признака абсолютной силы на вес тела детей. У дошкольника она составит 1,5 – 1,8 относительных единиц по Е. Н. Вавилова. Данное означает, что дошкольник способен приподнять вес, какой превосходит его индивидуальный. [8, с.87].

Выносливость предполагает собой умение лица в существенный период осуществлять мышечную деятельность в отсутствии уменьшения ее насыщенности. Физиологическая суть свойства выносливости состоит в возможности организма дошкольника противодействовать утомлению.

Дети, в принципе, стараются проделать путь, или пробежать дистанцию, как возможно быстрее.

Перед детьми устанавливается задача – добраться, достигнуть, допрыгать до точки, т.е. ленты, флажка, колокольчика. Данная задача побуждает у детей на активное влияние, ребенка необходимо учить физическим упражнениям, на формирование выносливости.

В течении детского периода идет постоянное формирование физических свойств, как характеристика подтверждающие физические возможности ребенка. Следует принимать во внимание данные характерные черты направленной деятельности согласно формированию физических свойств детей. [17, с.94].

Развитие главных форм движения детей содержит характерные черты во взаимосвязи с повышением двигательных навыков и умений, формированием физических свойств (скорости, выносливости, быстроты и т.д.) и возникает вероятность наиболее эффективного освоения упражнениями и результатами в технике движений.

У дошкольников существует стремление к установленным перед ними задачам, способности производить оценку обстановки, распоряжаться собственными достижениями, по этой причине возникает вероятность разьяснить познания в физическом воспитании.

Чем старше ребенок, тем физическое развитие делается наиболее разнообразной. [17, с.97].

Дошкольники довольно хорошо обладают главными формами движений, им знакомы разнообразные гимнастические движения, подвижные игры, наступает развитие различных методов в спортивных упражнениях. Увеличиваются проявления самодостаточности, поиск новейших методов и методик, формируются группы, согласно увлечениям к этому либо другому типу физических движений. Занятия физической культурой дошкольников уже наиболее сознательные активнее. Формируется у детей умение осознавать проблему, установленную воспитателем, независимо предписаниям установленный метод [12, с.104].

Дошкольник концентрирует интерес в характерные черты физкультурных занятий, стараются узнать, вследствие чего необходимо осуществлять их таким образом и никак по-другому. Со временем обучаются составлять планы на физкультурные занятия и повышения качества занятий. Анализ результатов физкультурных занятий обретает наиболее детальный и аргументированный вид. Устремляясь к точной оценке, дошкольники начинают осознавать взаимосвязь метода движений и оценки итога. [13, с.44].

Так дети принимаются заниматься согласно собственной инициативе, неоднократно воспроизводить их чаще, стараясь овладеть тем, что никак не выходит. [13, с. 45].

В физических занятиях у ребенка решаются наиболее трудные вопросы общения и собой, чаще формируется ощущение почтения ко взрослым, желание следовать им, у определенного ребенка возникает стремление содействовать иным детям. В дошкольном возрасте зачастую действия ребенка обуславливается образующиеся аргументы соперничества и состязания. Вероятны, в том числе и эпизоды отрицательного взаимоотношения ребенка, кто именно похуже справляется с исполнением задач. [13, с.47].

Следует выделить, то что, накапливание у детей навыка движений приходит посредством физкультурных занятий и так закрепляется состояние здоровья ребенка, формируются способности к типам занятий и в их исполнении, таким путем с детства влюбить детей физическое воспитание.

Таким образом, принимая, во внимание психолого – педагогические основы физиологического формирования ребенка, возможно обоснованно совершенствовать способности по физическому воспитанию.

Физкультурные занятия дает возможность детям ощущать удовольствие с физических упражнений, модифицировать их в реабилитационные и целебные, избавляться от ощущения тревожности, боязни и др.

Созданное наилучшим образом, физическое воспитание, содействует развитию у ребенка от сложения, профилактике болезней, улучшению работы внутренних органов, к возможности собраться сил и гарантировать в перспективе и физиологическое, и интеллектуальное формирование

Таким образом, в настоящее время к физическому развитию дошкольников представляются на научно – теоретических основах, определяя одним из главнейших задач при сохранении и укрепления здоровья ребенка, воспитывая привычки к здоровому образу жизни.

Обязательный компонент в воспитании – это физиологическое развитие, представляет за собой значимость в педагогических и образовательно – воспитательных процессах, продиктованных нуждами сообщества в формировании дошкольника и в подготовке его к социально

важным свойствам. Своеобразная сущность физического воспитания оформляют физиологическое формирование и развитие ребенка, и исполняется посредством со стороны педколлектива и в большей степени в формировании остро значимых физических качеств дошкольника, как силовых, скоростных, выносливости и др

Выводы по 1 главе

Таким образом, можно сделать вывод, что трудность в педагогических обстоятельствах физического воспитания и развития у ребенка дошкольного возраста ранообразна и внушительна, она остается важной в течении всего времени. Понимание и разрешение ранее отмеченных трудностей даст

возможность улучшить концепцию физического воспитания дошкольников. При этом деятельность педагогов в дошкольном учреждении, нацеленная на улучшение самочувствия детей и является сущностью физического воспитания, то что при определенных условиях обеспечит ребенку полноценное физическое развитие. Итак, формирование подходящих обстоятельств с целью того, чтобы развивать ребенка сильным, здоровым, веселым, радостным – цель не только отца с матерью, но и любого ДООУ потому, что ребенок здесь пребывает значительную часть времени. Физическое воспитание детей дошкольного возраста требует в настоящий период с педагогов, воспитателей, основательных познаний и креативного расклада. Поскольку, в этом возрасте выполняется более высокоинтенсивное увеличение и формирование основных концепций организма и их функций, подставляется основа с целью многостороннего формирования физических и внутренних возможностей.

Правильно созданное физическое воспитание содействует развитию у ребенка отличного сложения, профилактике болезней, улучшению работы внутренних органов, дадут возможность собрать силы, то что гарантирует в перспективе не только полное физиологическое, однако интеллектуальное формирование.

Проанализировав различные комбинации, согласно физиологическому обучению ребенка возможно заключить то, что физическое воспитание имеет организованную педагогическую систему, ориентированную на многоплановое и многофункциональное усовершенствование организма, формирование свойств физкультурных умений и навыков.

Таким образом, сущность работы ДООУ обязаны обуславливаться стараниями педагогического коллектива к многостороннему осуществлению творческих способностей по физическому воспитанию дошкольника. Исследуя методическую литературу, принимая во внимание круг интересов отца с матерью ребенка и общественную заявку, физическое воспитание в ДООУ

выстраивается таким образом, в тоже время решались проблемы нацеленные на улучшение самочувствия ребенка.

Поэтому, нужно отметить, то что занятия по физическому воспитанию детей лучше проставляются в тренировочные и оздоровительные занятия, согласно работы программы по развитию дошкольников в ДОУ.

Таким образом, итогом изучения является существенное воздействие концепции на развитие теории и практики физического воспитания детей. Многие исследователи, педагоги, ученые привнесли существенный вклад в развитие теории и практики физического воспитания детей дошкольного возраста, которые отражаются в программах воспитания и обучения, реализуемых в ДОУ.

2. Практические основы физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в условиях ДОУ

2.1. Организация педагогической работы по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста в МБДОУ ДС «Ромашка»

Опытно-экспериментальная работа была проведена на базе МБДОУ ДС «Ромашка» МР Учалинский район РБ, с осуществлением физического развития воспитанников. ДОУ реализует образовательную программу М.А.Васильковой «Программа воспитания и обучения в детском саду» в соответствии с требованиями ФГОС ДО. В Программе прописаны цели, задачи, содержание, средства и приемы работы с детьми по возрастам. Предусмотрены такие аспекты, как создание предметно – развивающей среды и способы поддержки детской инициативы с учетом возрастных особенностей дошкольных групп в ДОУ.

В целях реализации Программы, коллективом ДОУ разработана вариативная часть с учетом технологий, направленных на физическое развитие воспитанников по программе М.А.Васильковой: «Программа воспитания и обучения в детском саду», «Я и мое здоровье» Т.А. Тарасовой, Л.С Власовой и «Физкультурные занятия с детьми дошкольного возраста» Л.И.Пензулаевой. На основе выше перечисленных программ разрабатываются ежегодно рабочие программы воспитателей групп в ДОУ.

Стратегия работы МБДОУ ДС «Ромашка» определена в программе развития ДОУ, в образовательной программе, годовом плане, перспективных, календарных и творческих планах педагогов учреждения. Физкультурно – оздоровительная деятельность занимает основное место в годовом планировании ДОУ. План предусматривает педагогические процессы и разрабатывается на основе анализа за прошедший год, с учетом текущих проблем. Целевые программы, перспективные и календарные планы воспитателей перекликаются между собой и подчинены одной цели. В ДОУ подобраны диагностические методики. Диагностическое обследование детей проводится два раза в год – воспитателями, инструктором физкультуры. Материалы результатов диагностики позволяют своевременно корректировать план работы ДОУ.

Разработан так же перспективный план отслеживания состояния воспитательно – образовательной работы, в соответствии с которым конкретизирован план – график контроля учебно – воспитательного процесса, в котором кроме администрации принимают участие все педагоги ДООУ «Ромашка».

Внутреннюю деятельность ДООУ регламентируют локальные акты: положения, приказы, инструкции, правила.

Образовательная область «Физическое развитие» в группе старшего возраста направлена на достижение следующих задач:

- гармоничное физическое развитие;
- формирование основ здорового образа жизни дошкольника.

Направления:

1. Развитие физических качеств и овладение основными видами движений;
2. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
3. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья;
4. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Главной целью коллектива ДООУ при решении выше перечисленных задач является создание условий для физического развития и совершенствования дошкольников. А так же:

1. Создание психолого – педагогических условий для физического развития детей старшего дошкольного возраста.

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению и становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы повысить физическое развитие детей в МБДОУ ДС «Ромашка»

- ежедневно предоставляется детям возможность активно

двигаться;

- обучение детей правилам безопасности;
- создание доброжелательной атмосферы эмоционального принятия, способствующей проявлениям активности всех детей (включая и менее активных) в двигательной сфере;
- использование различных методов обучения, помогающих детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно – познавательная инициатива. Анализ карт наблюдений за деятельностью педагогов показывает, что для поддержки детской инициативы педагогами ДООУ:

- создаётся в группе положительный психологический микроклимат;
- уважаются индивидуальные вкусы и привычки детей;
- поощряется желание создавать что – либо по собственному замыслу;
- обращается внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (близким ему людям)
- создаются условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей в двигательной деятельности;
- привлекаются дети к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу и обсуждаются совместные проекты;
- создаются условия, и выделяется время для самостоятельной творческой, двигательной деятельности детей по интересам.

2. В ДООУ созданы необходимые материально – технические условия, позволяющие оптимально организовать работу по физическому воспитанию дошкольников. Для удовлетворения потребностей детей в различных видах основных движений имеется спортивный зал, мини – спортивные уголки в группах, спортивная площадка, тренажерный зал. Помещения обеспечены всем необходимым современным спортивным оборудованием, которое

используется по назначению. Имеющееся в ДОО нестандартное спортивное оборудование, способствующее повышению плотности занятия, обогащения его содержание. Оптимизации педагогического процесса способствует использование помещений ДОО – это физкультурный зал во второй половине дня превращается в помещение для кружковой работы, а так же используется для проведения утренней гимнастики. В группах детского сада имеются центры здоровья со спортивной атрибутикой (скакалки, мячи, обручи и многое др.) и дидактическим наглядным материалом (дидактические игры, плакаты, иллюстративный материал, художественная литература и т.д.).

Актуально и перспективно программно – методическое обеспечение по приоритетному направлению методического кабинета: сформирована картотека физкультурно – оздоровительной работы с детьми, которая включает в себя утреннюю гимнастику, физкультминутки, подвижные, народные и хороводные игры для детей всех возрастов; картотеку развития основных видов движения; пальчиковую гимнастику; спортивные праздники, досуги и развлечения, проекты.

3. Особенности организации предметно – пространственной среды для физического развития ДОО является то, что она стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование (таблица №1).

Игровое пространство как в площадке, так и в помещениях, меняется в зависимости от игры и предоставляет достаточно места для двигательной активности.

Таблица №1

Обеспеченность предметной среды ДОО

Направление	Двигательная деятельность
-------------	---------------------------

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	Музыкальный центр; оборудование (для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ловли, ползания и лазания; общеразвивающих упражнений); картотеки подвижных игр; картотека «Игры, которые лечат»; игры на ловкость (кегли, «Поймай рыбку» и т. д.); тренажеры (велосипед и др.); атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); игровые комплексы (горка); качели, карусели; материалы, учитывающие интересы мальчиков и девочек
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании	Оборудование (для ходьбы, бега, равновесия; прыжков; катания, бросания, ловли; ползания и лазания; общеразвивающих упражнений); настольно-печатные игры («Виды спорта» и др.); игры на ловкость (кегли, «Поймай рыбку» и т. д.); фитболы; атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); игровые комплексы (горка); качели, карусели
Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей	Развивающие игры; художественная литература; игры на ловкость; дидактические игры на развитие психических функций (мышления, внимания, памяти,

	воображения); оборудование (для ходьбы, бега, равновесия; прыжков; катания, бросания, ловли; ползания и лазания; общеразвивающих упражнений); картотеки подвижных игр; картотека «Игры, которые лечат»; тренажеры (велосипед и др.); атрибуты спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); игровые комплексы (горка); качели
Воспитание культурно-гигиенических навыков	Алгоритмы для запоминания последовательности культурно–гигиенических навыков; художественная литература; игрушки–персонажи; игрушки – предметы оперирования; настольные игры соответствующей тематики; иллюстративный материал, картины, плакаты
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Иллюстративный материал, картины, плакаты; настольные игры соответствующей тематики: художественная литература для чтения детям и рассматривания самими детьми; игрушки–персонажи; физкультурно–игровое оборудование; оборудование (для ходьбы, бега, равновесия; прыжков; катания, бросания, ловли; ползания и лазания); картотеки подвижных игр; картотека «Игры, которые лечат»

Итак, развивающая предметно – пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДООУ, материалов, оборудования и инвентаря в соответствии с особенностями возраста и физического развития воспитанников, сохранения и укрепления их здоровья.

4. Режим организации образовательного процесса

В МБДОУ ДС «Ромашка» разработан гибкий режим дня с учетом образовательной программы. Педагог, взяв за основу режим дня, составленный и утвержденный администрацией ДООУ должен адаптировать его для воспитанников своей группы, при этом должны учитываться следующие факторы:

- непрерывность образовательного процесса (на занятиях, в режимные моменты, в самостоятельной деятельности детей);

- учет возрастных особенностей детей, рабочая программа педагога, а также приоритетное направление физического развития дошкольников.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 5 – 7 лет составляет 5,5 – 6 часов.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3,5 – 4 часов. Прогулка проводится 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после ужина перед уходом детей домой. Во время прогулки с детьми старшего возраста проводятся спортивные игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение дошкольного учреждения.

Общая продолжительность дневного сна – 2ч.(с13.00– 15.00час.) Самостоятельная деятельность детей 5 – 7 лет (игры, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 – 4 часов.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая занятия по дополнительному образованию в старшей группе (дети шестого года жизни) – 15ч., максимально допустимое количество занятий с

детьми старшего возраста в день не более 3ч., продолжительность занятий для детей старшего возраста 25 минут.

В середине занятия проводят физкультминутку. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут. Занятия физкультурно–оздоровительного и эстетического цикла занимают не менее 50% общего времени реализуемой образовательной программы.

Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводятся в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (вторник, среда). Для профилактики утомления детей указанные занятия сочетаются с физкультурными и музыкальными занятиями.

В системе физического воспитания в старших группах используются следующие организованные формы двигательной деятельности детей:

- физкультурные занятия (2 раза);
- утренняя гимнастика, гимнастика после сна (ежедневно);
- физкультурные минутки на занятиях;
- подвижные игры на прогулках – (ежедневно 2 – 3 игры)
- ежемесячные спортивные досуги,
- ежемесячные Дни здоровья.

Одной из форм работы по приоритетному направлению является работа педагогов в области арт – терапии: драматерапия (старшая группа), сказкотерапия (подготовительная группа), хроматерапия (средняя группа и игротерапия (ранний возраст).

Таким образом, правильный режим дня с учетом возраста, физиологических и психических особенностей детей, соблюдение условий проведения и соответствующее содержание всех режимных процессов создают основу для сохранения здоровья, способствуют нормальному психо – физическому развитию и оздоровлению детей в ДООУ.

5. В ДООУ созданы условия для организационно – методического сопровождения процесса реализации Программы по вопросам

здоровьесбережения. Педагоги активно участвуют в распространении опыта работы: в детском саду постоянно организуются семинары, круглые столы, педагогические советы по данной проблеме, реализуются проекты, решающие задачи здоровьесбережения. Все педагоги так же выступают с сообщениями, докладами и проектами на конференциях, неделях педагогического мастерства, в семинар – практикумах и др.

6. Педагогический мониторинг качества образования.

Мониторинг представляет собой систему мероприятий по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния физкультурно – оздоровительной работы ДОУ.

Осуществляется комплексный подход к оценке физических возможностей детей, используя методику Тарасовой Т.А. Система мониторинга имеет набор тестовых упражнений и форм отчётной документации, что позволяет педагогам проводить обследование в определённые сроки.

При оценке двигательных умений и физических качеств используются количественные и качественные показатели.

Таким образом, эффективность этой системы несомненна, она позволила всем участникам воспитательно – образовательного процесса объединить усилия для реализации задачи оздоровления дошкольников, осуществить внедрение здоровьесберегающих технологий в воспитательно – образовательный процесс и высветила проблемы и перспективы работы по физическому развитию дошкольников.

2.2. Анализ результатов исследовательской работы по физическому воспитанию детей старшего дошкольного возраста в условиях МБДОУ «Ромашка»

Для того, чтобы обнаружить степень физиологического формирования у ребенка 6 –7 лет было устроено и изучение в основе чего организовано исследование на базе МДОУ Детский сад «Ромашка» г.Учалы Учалинского района РБ.

Исследование велось вместе учителем физической культуры МБДОУ.

– В детском саду функционируют 8 групп. Деятельность в основном проводится по программе М.А.Васильковой: «Программа воспитания и обучения в детском саду».

В МДОУ ДС «Ромашка» ведется регулярная деятельность согласно по укреплению здоровья детей легкодоступными способами и методами, ведутся последующие формы деятельности, согласно по физическому воспитанию: физкультурные занятия, зарядка, дыхательная гимнастика, физкультурный отдых. С целью осуществления блока существуют все условия: имеется зал, наличия оснащения и спортивного инвентаря.

Во множестве просветительских программ с целью физической подготовленности детей находится довольно изменчивая концепция формирований двигательных навыков и основных физических качеств, что способны содержать в себе как серию базовых, так и блок дополнительных параметров.

Выполненные исследования научно – методической литературы, а также деятельность в практике по физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста демонстрируют, что обширное применение контрольные упражнения и двигательные задания (тесты), согласно итогам исполнения таковых оцениваются по физической подготовленности ребенка от 4 до 7 лет.

Педагогическое контрольное испытание (тестирование) – главное в испытании и считаются контрольные физические упражнения. В первую очередь перехода к испытанию, необходимо отчетливо показать, с целью чего же оно выполняется с той или иной целью. Учитывать несколько базисных утверждений: соотношение теста характеру и специфике спортивной работы.

Необходимые требования присутствия в подборе исследований для оценки физических качеств детей:

- общедоступность двигательных задач с разной степенью физиологического формирования ребенка;
- соотношение исследований возрастным отличительным чертам физиологического формирования ребенка;
- применение этих движений, какие не привязывают заблаговременного обучения и какими ребенок довольно легко обладает: бег, прыжки, метание, поскоки и др.;
- легкость технологии выполнения освидетельствования, что никак не потребует крупных расходов, в период освоения упражнений, недостаточности в непростой замерной технике и помещении для выполнения испытания;
- соотношение двигательных задач согласно аспектам – прочности, объективности, информативности;
- вероятность применения способов, позволяющих у ребенка выражения позитивных чувств и ясно производить оценку итога;
- периодичность двигательных задач с целью для детей различных возрастов, то что дает возможность осуществлять «сквозное» испытание, отслеживая динамику характеристик физической подготовленности каждого ребенка и детей от 4 до 7 лет;
- применение испытательных упражнений в игровой форме, чтобы процесс диагностики была для ребенка интересной и увлекательной.

Обследование необходимо осуществлять не ранее 30 мин после принятия еды. Рационально осуществлять испытание в часы наибольшей

биологической активности – с 9 до 13 ч, перед испытанием следует осуществить незначительную разминку с целью подготовки организма детей к предстоящей мышечной нагрузке.

Целесообразно поделить характеристики физической подготовленности, согласно по половозрастным группам с указанием возраста (месяц, год) и пола детей (мальчики и девочки).

Спортивный зал, по тестированию детей, должен быть без посторонних предметов; хорошо проветриваемым; стандартное и апробированное оборудование твердо зафиксировано, не иметь острых краев и т. д.. Важным условием обязаны соответствовать и требование, в которых выполняются обследования: присутствие особого оснащения, ямы для прыжков, грунтовые дорожки для бега. С целью извлечения сведений для констатирующего и контрольного обследования обязаны реализоваться в схожих обстоятельствах.

Обязательна страховка ребенка при выполнении упражнений, особенно, в беговых упражнениях, прыжках, упражнениях на выносливость. К осуществлению двигательных исследований дошкольники допускаются в надлежащей удобной и подобранной по сезону спортивной форме. Непременнo отчетливо придерживаться методику тестирования.

Результат теста зачитывается, в случае согласования с исследовательской технологией. В период выполнения испытательных задач недопустимы применения и анализ ошибок ребенка со стороны педагогов, в процессе выполнения заданий.

Для предоставления объективности итогов работы, следует понимать конкретную очередность производимых операций, согласно организации и проведению тестирования. Строгая регламентации процесса улучшает результат вопросов диагностики, а непосредственно:

– установление начальной степени двигательных умений и физических качеств ребенка и группы, т.е. «зоны ближайшего развития»;

- исследование динамики формирования двигательных навыков и свойств ребенка;

- разработка программы физкультурно – спортивных мероприятий.

Для выполнения испытания следует наличие никак не меньше двух человек (1-й фиксирует итоги, 2-й – разъясняет задачи). Весьма не маловажно отчетливо и верно заполнить протокол тестирования.

Организация эксперимента в ДОУ протекало согласно, последующей схеме: предварительное тестирование – проведение экспериментальных занятий с активным использованием подвижных игр – контрольное тестирование.

Тестирование степени физической подготовленности детей, в согласовании с новейшими санитарными правилами для детского сада, выполняет инструктор по физической культуре; воспитатели групп проявляют нужную поддержку в деятельности, медицинская сестра осуществляет наблюдение за состоянием детей, их реакцией на выполнение двигательного задания (Приложение 1).

При оценке двигательных умений и физических качеств используются количественные и качественные показатели физической подготовленности.

Первый, более известный метод физической подготовленности – это сравнение посредственных показателей по группе с данными оценочных таблиц по возрастно–половым показателям физической подготовленности детей. Отмечаются и качественные показатели, такие как:

- при беге – корпус и голова слегка отклонены назад, однако никак не откинута; движения рук и ног согласованны, бег с отрывом от почвы, движения ног равномерные.

- при прыжке – четкий толчок при отрыве от почвы и мягкое приземление на полусогнутые ноги.

- при метании – правильное исходное положение – при метании правой рукой левая нога выставлена вперед, тяжесть тела переносится на правую

ногу; во время метания корпус поворачивается влево, тяжесть тела переносится на левую ногу и обратно.

– при броске учитывается замах, соблюдение указанного направления.

Констатирующий эксперимент

До начала эксперимента, с целью установления начального степени физической подготовленности ребенка, реализовано испытание в рамках занятий, согласно уроков по физической культуре (Приложение 2).

Для определения и оценки уровня в нашем эксперименте, в качестве тестовых упражнений предлагаются следующие задания:

– *Тест №1.* Подтягивание на перекладине для мальчиков и сгибание и разгибание рук в горизонтальном положении для девочек на выявление силовой выносливости.

– *Тест №2.* Прыжок в длину с места на выявление скоростно-силовых качеств.

– Бег на дистанцию 30 м с высокого старта для оценки быстроты.

– *Тест №3.* Наклон вперед с измерением его глубины на выявление гибкости.

– *Тест №4.* «Челночный бег 4х9м», выявления быстроты и ловкости.

– *Тест №5.* Бег на 50 метров 4 раза для выявления выносливости.

Всем выполняемым упражнениям предшествует разминка, что содержит ходьбу, бег и дыхательные упражнения. Ребенку дается две пробные попытки с настройкой на максимальный результат во время последней. В протоколы записывался наилучший итог.

Испытание велось инструктором, согласно по физическому воспитанию БДОУ Детский сад «Ромашка», в котором приняли участие дети подготовительной группы в возрасте 6 – 7 лет (20 человек).

Оценивание проводилось по 5– балльной системе и выставлялась среднеарифметическая оценка уровня физической подготовленности детей.

Протокол тестирования детей подготовительной группы на этапе констатирующего эксперимента представлен в таблице 3.

Таблица 3

Протокол оценки физической подготовленности (осень)

№ п/п	Ф.И.О ребенка	Тест										Средний балл	Уровень развития
		Выносливость (бег 50*4)		Сила (подтягивание)		Скоростно-силовая (прыжок в длину)		Гибкость (наклон вперед)		Быстрота и ловкость («Челночный бег»)			
		факт. вып.	балл	факт. вып.	балл	факт. вып.	балл	факт. вып.	оценка	факт. вып.	балл		
Девочки													
1	Б.В.	45	4	7	3	80	2	+15	5	14,0	2	3,20	НС
2	Г.Д.	45	4	8	3	130	5	+3	3	12,8	5	4,00	С
3	Г.З.	45	4	5	3	105	3	+2	3	12,3	5	3,60	С
4	З.А.	45	4	5	3	139	5	+15	5	11,5	5	4,40	ВС
5	К.К.	45	4	0	2	95	3	0	2	12,8	5	3,20	НС
6	К.В.	45	4	7	3	110	4	+2	2	12,8	5	3,60	С
7	Р.А.	45	4	30	5	127	4	+9	4	12,7	5	4,40	ВС
8	Р.Д.	45	4	15	5	100	3	+6	4	13,0	4	4,00	С
9	С.Н.	45	4	8	4	115	4	+2	3	12,5	5	4,00	С
Средний балл девочек												3,82	
Мальчики													
10	Б.Д.	45	3	0	2	92	2	0	2	13,0	3	2,40	Н
11	В.А.	45	3	0	2	55	2	+2	3	15,1	2	2,40	Н
12	Г.Д.	45	3	0	2	122	4	-3	2	12,6	5	3,20	НС
13	Д.Д.	45	3	0	2	120	4	0	2	12,2	5	3,20	НС
14	З.А.	45	3	0	2	125	4	-6	2	12,2	5	3,20	НС
15	К.Д.	45	3	0	2	130	4	-10	2	12,8	4	3,00	НС
16	Н.А.	45	3	1	3	132	4	+7	4	11,2	5	3,80	С
17	С.М.	45	3	0	2	110	3	0	2	12,5	5	3,00	НС
18	У.Д.	45	3	1	3	140	5	-3	2	12,2	5	3,60	С
19	З.К.	45	3	0	2	100	2	0	2	14,0	2	2,20	Н
20	И.Д.	45	3	0	2	140	5	+4	4	12,5	5	3,80	С
Средний балл мальчиков												3,22	

В результате мы имеем следующие показатели

Показатель (осень)	Значение	Кол-во, чел	%
Высокий уровень подготовленности (В)	4,6 - 5,0	0 чел.	0
Выше среднего уровень подготовленности (В/С)	4,1 - 4,5	2 чел.	10
Средний (С)	3,6 - 4,0	8 чел.	40
Ниже среднего (Н/С)	3,0 - 3,5	7 чел.	35
Низкий уровень подготовленности (Н)	менее 3,0	3 чел	15

По результатам тестирования физических качеств, были сформированы две группы детей: одна – (10 детей) – экспериментальная (ЭГ), вторая – контрольная (КГ) также 10 детей. Показатели физической подготовленности по сформированным группам в таблицах 4 и 5.

Таблица 4

Результаты тестирования в ЭГ (балл)

№ п/п	Тест №1	Тест №2	Тест №3	Тест №4	Тест №5	Ср.балл
1	4	3	2	5	2	3,20
5	4	2	3	2	5	3,20
10	3	2	2	2	3	2,40
11	3	2	2	3	2	2,40
12	3	2	4	2	5	3,20
13	3	2	4	2	5	3,20
14	3	2	4	2	5	3,20
15	3	2	4	2	4	3,00
17	3	2	3	2	5	3,00
19	3	2	2	2	2	2,20

Таблица 5

Результаты тестирования в КГ (балл)

№ п/п	Тест №1	Тест №2	Тест №3	Тест №4	Тест №5	Ср.балл
2	4	3	5	3	5	4,00
3	4	3	3	3	5	3,60
4	4	3	5	5	5	4,40
6	4	3	4	2	5	3,60
7	4	5	4	4	5	4,40
8	4	5	4	4	4	4,00
9	4	4	4	3	5	4,00
16	3	3	4	4	5	3,80
18	3	3	5	2	5	3,60
20	3	2	5	4	5	3,80

Формирующий эксперимент

Занятия по физической культуре в контрольной группе проводились по традиционной программе воспитания и обучения в детском саду.

В экспериментальной группе реализовалась специально подобранная тренировочная технология, т.е. согласно составленному плану мы проводили занятия, направленные на повышение уровня развития психофизических качеств.

Двигательная активность как в контрольной, так и в экспериментальной группах в первой половине дня соответствовала режиму детских садов (Приказ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»).

В систему физической культуры в исследуемых группах в первую половину дня были включены: утренняя гимнастика – ежедневно, продолжительностью 15 мин; физкультурные занятия – 2 раза в зале и одно

на площадке с оздоровительной направленностью, продолжительностью 30 мин; гимнастика после дневного сна – 15 мин.

Дополнительные занятия в экспериментальной группе были организованы во второй половине дня три раза в неделю по 35 минут, включающие подвижные игры и обеспечивающие наиболее полное развитие двигательных качеств и, что самое главное, порядок их распределения в годовом цикле с учетом физиологии старшего дошкольника.

Описание и методика проведения подвижных игр при проведении формирующих занятий с детьми 6 – 7 лет в экспериментальной группе предлагается в Приложении 3. Комплекс отобран и сгруппирован по преимущественному воздействию на те или иные двигательные качества.

В Приложении 4 предложены подвижные игры для использования на улице и во время прогулок.

Контрольный эксперимент

В конце эксперимента всем детям были предложены контрольные испытания, определяющие уровень физической подготовленности. Протокол тестирования детей подготовительной группы на этапе контрольного эксперимента представлен в Таблице 6.

Таблица 6

Протокол оценки физической подготовленности (весна)

№ п/п	Ф.И.О ребенка	Выносливость (бег 50*4)		Сила (подтягивание)		Скоростно- силовая (прыжок в длину)		Гибкость (наклон вперед)		Быстрота и ловкость («Челночный бег»)		Средний балл	Уровень развития
		факт. вып.	балл	Факт вып.	балл	факт. вып.	балл	Факт вып.	оценка	Факт вып.	балл		
Девочки													
1	Б.В.	36	5	8	4	92	3	+15	5	13,2	4	4,20	ВС
2	Г.Д.	36	5	8	4	120	4	+7	4	12,7	5	4,40	С
3	Г.З.	36	5	12	5	125	4	-5	2	12,8	5	4,20	ВС
4	З.А.	36	5	33	5	138	5	+14	5	13,0	4	4,80	В
5	К.К.	36	5	3	3	95	3	+6	4	12,4	5	4,00	С
6	К.В.	36	5	7	3	130	5	+6	4	13,0	4	4,20	ВС
7	Р.А.	36	5	17	5	125	4	+7	4	12,7	5	4,60	В
8	Р.Д.	36	5	19	5	100	3	+10	4	12,9	5	4,40	ВС

9	С.Н.	36	5	15	5	125	4	+5	3	12,5	5	4,40	BC
Средний балл девочек												4,36	
Мальчики													
10	Б.Д.	36	4	0	2	105	2	+5	4	13,0	3	3,00	HC
11	В.А.	36	4	2	4	110	3	+3	4	13,0	3	3,60	C
12	Г.Д.	36	4	1	3	120	4	+4	4	12,0	5	4,00	C
13	Д.Д.	36	4	1	3	125	4	+4	4	12,0	5	4,00	C
14	З.А.	36	4	3	5	125	4	+3	4	12,2	5	4,40	BC
15	К.Д.	36	4	3	5	140	5	+4	4	12,8	4	4,40	BC
16	Н.А.	36	4	3	5	140	5	+11	5	11,2	5	4,80	B
17	С.М.	36	4	2	4	145	5	+6	4	12,0	5	4,40	BC
18	У.Д.	36	4	0	2	110	3	+3	4	12,2	5	3,60	C
19	З.К.	36	4	3	5	140	5	+6	4	12,2	5	4,60	B
20	И.Д.	36	4	1	3	111	3	+3	4	12,7	2	3,20	HC
Средний балл мальчиков												4,00	

**Показатели уровня подготовленности контрольного тестирования
следующие**

Показатель (весна)	Значение	Кол-во, чел	%
Высокий уровень подготовленности (B)	4,6 - 5,0	4 чел.	20
Выше среднего уровень подготовленности (B/C)	4,1 - 4,5	8 чел.	40
Средний (C)	3,6 - 4,0	6 чел.	30
Ниже среднего (H/C)	3,0 - 3,5	2 чел.	10
Низкий уровень подготовленности (H)	менее 3,0	0 чел	0

Эффективность оценивается посредством сравнения показателей физической подготовленности детей экспериментальной и контрольной групп до и после проведения формирующего эксперимента (табл.7)

Уровень физического развития детей (сравнение), %

Уровни	На начало эксперимента	На конец эксперимента
Высокий уровень подготовленности (В)	0	20
Выше среднего уровень подготовленности (В/С)	10	40
Средний (С)	40	30
Ниже среднего (Н/С)	35	10
Низкий уровень подготовленности (Н)	15	0

Наглядно данные изменения можно представить графически (рис.1).

И здесь мы ярко видим, как увеличилось количество детей с «высоким» уровнем физического развития.

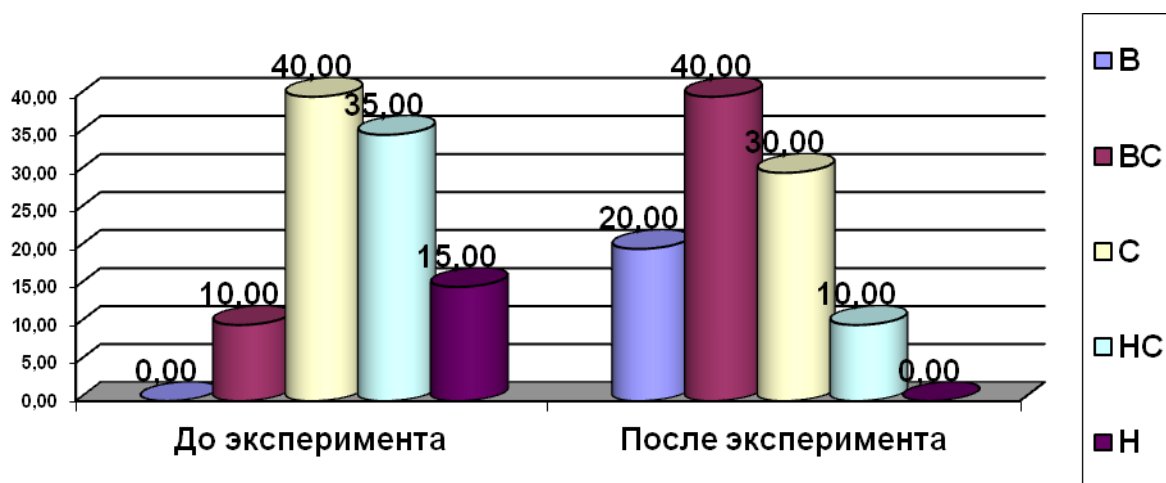


Рисунок 1 – Уровень физического развития детей до и после эксперимента

После проведенной экспериментальной работы, направленной на развитие физических качеств у детей, по итогам контрольной диагностики, выявились различия по всем применявшимся тестам (таблицы 8 и 9).

Таблица 8

Результаты контрольного тестирования в ЭГ (балл)

№ п/п	Тест №1	Тест №2	Тест №3	Тест №4	Тест №5	Ср.балл
1	5	4	3	5	4	4,20
5	5	3	3	4	5	4,00
10	4	2	2	4	3	3,00
11	4	4	3	4	3	3,60
12	4	3	4	4	5	4,00
13	4	3	4	4	5	4,00
14	4	5	4	4	5	4,40
15	4	5	4	5	4	4,40
17	4	4	5	4	5	4,40
19	4	5	5	4	5	4,20

Таблица 9

Результаты контрольного тестирования в КГ (балл)

№ п/п	Тест №1	Тест №2	Тест №3	Тест №4	Тест №5	Ср.балл
2	5	4	4	4	5	4,40
3	5	5	4	2	5	4,20
4	5	5	5	5	4	4,80
6	5	3	5	4	4	4,20
7	5	5	4	4	5	4,60
8	5	5	3	4	5	4,40
9	5	5	4	3	5	4,40
16	4	5	5	5	5	4,80
18	4	2	3	4	5	3,60
20	4	3	3	4	4	3,20

Анализ сравнительных результатов экспериментальной работы, направленной на развитие физических качеств у детей, можно увидеть в таблице 10.

Таблица 10

Сравнительный анализ результатов экспериментальной и контрольной групп по среднему баллу

До эксперимента		После эксперимента		Абс. прирост	
ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
3,20	4,00	4,20	4,40	1,00	0,40
3,20	3,60	4,00	4,20	0,80	0,60
2,40	4,40	3,00	4,80	0,60	0,40
2,40	3,60	3,60	4,20	1,20	0,60
3,20	4,40	4,00	4,60	0,80	0,20
3,20	4,00	4,00	4,40	0,80	0,40
3,20	4,00	4,40	4,40	1,20	0,40
3,00	3,80	4,40	4,80	1,40	1,00
3,00	3,60	4,40	3,60	1,40	0,00
2,20	3,80	4,20	3,20	2,00	- 0,60

Рассматривая динамику уровня развития психофизических качеств очевиден прирост, который к концу исследования наблюдался по всем проведенным измерениям: как в экспериментальной, так и контрольной группе. Данный подъем отображает возрастные конфигурации, связанные с совершенствованием многофункциональной деятельности детского организма в данном возрасте.

Наглядно данные изменения можно представить графически (рис.2).

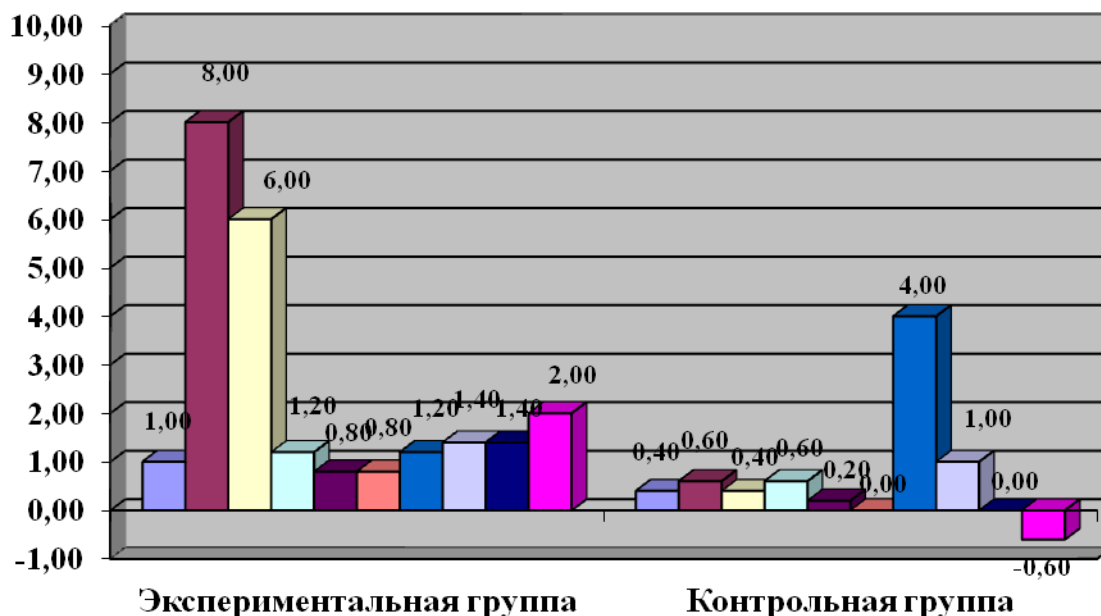


Рисунок 2 – Динамика развития физических показателей в экспериментальной и контрольной группах

Но, характеристики физического развития и их изменения у детей экспериментальной группы, в которой проводилась целенаправленная служба над развитием физических качеств с использованием подвижных игр, по сравнению с контрольной, оказались более выраженные.

Таким образом, испытание дает превосходство результатов детей экспериментальных групп перед результатами детей контрольной группы. Анализ сдвигов в физической подготовленности дает основание говорить о положительном влиянии физкультурных занятий на развитие двигательных свойств детей.

Итак, проведенное исследование позволило сделать вывод об эффективности использования предложенной методики физического воспитания с функциональным внедрением физкультурных занятий.

Не считая того, по мнению учителя по физической культуре, использование представленной технологии разнообразило занятия и увеличило интузиазм дошкольников. Следственно, при планировании содержания физического воспитания детей превосходством должны обладать спортивные игры, оказывающие многоплановое действие на организм ребенка.

Выводы по 2 главе

Итак, проведенное исследование позволило сделать вывод об эффективности использования предложенной методики физического воспитания с активным использованием физических занятий.

Кроме того, по мнению руководителя по физической культуре, использование представленной технологии разнообразило занятия и увеличила интузиазм дошкольников.

Следовательно, при планировании содержания физического воспитания дошкольников превосходством должны обладать физиологические занятия, оказывающие многоплановое действие на организм и выказанный результат, тренирующий больше вышеназванные психофизические качества.

Методика проведения физических занятий подключает безграничные способности комплексного применения различных способов, нацеленных на создание личности ребенка, профессиональное педагогическое управление ею. Особый смысл имеет профподготовка педагога, педагогическая наблюдательность и предвидение. Образовательные и воспитательные функции физических занятий имеют все шансы существовать удачно лишь при опытном руководстве ею, которое предугадывает управление двигательным и высоконравственным поведением детей.

А при методике проведения игровых занятий включает в себя: сбор детей на игру, создание интереса, объяснение правил игры, руководство ходом игры, подведение итога.

При проведении игровых занятий следует помнить, что собирать детей необходимо в том месте на площадке, откуда будут начаты игровые действия, сбор должен проходить быстро и интересно. Объяснение игры – это инструкция, оно должно быть кратким, понятным, интересным и эмоциональным. Роли характеризуют поведение детей в игре, отбор на основную обязан оцениваться, как доверие. В играх детей старшего дошкольного возраста используются более сложные движения. Перед детьми

ставится задача мгновенно реагировать на изменение игровой ситуации, проявлять смелость, сообразительность, выдержку, сноровку, выдержку. Подвижные игры усугубляются по содержанию, правилам, количеству ролей (до 3 – 4), роли распределяются между всеми детьми; используются игры-эстафеты.

Творение критерий при проведении физических занятий с детьми дошкольниками условия для занятий и игр имеют все шансы творить сами дети. Педагог дает определить, как поставить скамейку, разложить обручи, начертить границы перебежки и т.д.

Таким образом, в единой системе образовательной работы ДОУ физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Конкретно в детстве в итоге целенаправленного педагогического действия закрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. В данном случае, физические упражнения выступают как эффективное средство физической подготовленности.

Целенаправленное, методически-продуманное руководство физических упражнений существенно улучшают, активизирует деятельность детей. Формирование двигательного творчества формирует ум ребенка, заряжает его энергией, радостью, формирует стремление быть здоровым и крепким, готовым к решению сложных задач. В процессе физического воспитания детей важное место отводится методике руководства педагогом.

В единой системе образовательной работы ДОО физическое воспитание детей занимает особое место. В итоге целенаправленного педагогического действия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Формирование психофизических свойств занимает важное место в физическом воспитании дошкольников. Практика показывает, что многие дети не могут достичь высоких результатов в беге, в прыжках и метании не потому, что им мешает плохая техника движений, а главным образом ввиду недостаточного развития основных физических качеств – силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. В этом аспекте, подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности. Целенаправленное, методически – продуманное руководство физическими упражнениями существенно улучшает активность детей.

В ходе работы была исследована педагогическая и методическая литература. Многие исследователи рекомендуют включать физическое воспитание различной направленности, в физкультурные занятия для детей дошкольного возраста в ДОО и в повседневной жизни.

В теоретической части работы, на основе изучения специальной литературы мы рассмотрели, выявили и охарактеризовали:

- физическое воспитание дошкольников как педагогический процесс;
- особенности физического воспитания дошкольников в ДОО.

В практической части мы провели экспериментальную работу на базе МАДОУ «Ромашка» г.Учалы, Учалинского района РБ.

В констатирующей части исследования для определения уровня развития физической подготовленности мы провели тестовые задания, с помощью которых определили у детей уровень развития. Оценивание проводилось по 5 – балльной системе и заносилось в протокол. В результате

мы получили следующие показатели: высокий уровень подготовленности – ни одного ребенка, средний – 8 детей, выше среднего – 2 детей, 7 – человек ниже среднего и 3 – низкого уровня.

По результатам тестирования психофизических качеств, были сформированы две группы детей: первая – экспериментальная (10 детей), вторая – контрольная (также 10 детей).

С экспериментальной группой в формирующей части эксперимента проводились занятия, состоящие из физических занятий, способствующих развитию быстроты и ловкости.

Затем были повторно проведены контрольные тестовые задания, с помощью которых мы смогли увидеть, что на контрольном этапе, после проведённой работы, был отмечен значительный прирост всех показателей психофизического развития: детей с низким уровнем уже не было, зато появились дети с высоким уровнем развития – 4 человека, выше среднего – 8, среднего – 6.

Эффективность оценивалась посредством сравнения показателей физической подготовленности детей экспериментальной и контрольной групп до начала и в конце эксперимента.

И хотя прирост, который к концу исследования наблюдался по всем проведенным измерениям, как в экспериментальной, так и контрольной группе, показатели физического развития и их изменения у детей экспериментальной группы, в которой велась целенаправленная работа над развитием физических качеств с применением подвижных игр, по сравнению с контрольной, оказались значительно выраженные.

Из всего этого можно сделать вывод, что подвижная игра способствует физическому развитию у детей дошкольного возраста.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что теория и методика физического воспитания дошкольников дополнена о способах интеллектуального и двигательного развития старших дошкольников. В соответствии с целью конкретизированы задачи физического

совершенствования старших дошкольников в процессе физического воспитания.

Практическая значимость исследования заключается в том, что материалы исследования могут быть использованы в педагогической деятельности старших и подготовительных групп дошкольных образовательных учреждений.