

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»  
Балашовский институт (филиал)

Кафедра дошкольной педагогики и психологии

**АВТОРЕФЕРАТ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ**  
**ИГРА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ**  
**ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

студентки 6 курса 62 группы  
специальности 050703 «Дошкольная педагогика и психология»  
факультета естественно-научного и педагогического образования  
Климкиной Ольги Александровны.

Научный руководитель  
доцент кафедры ДПиП,  
кандидат педагогических наук,  
доцент \_\_\_\_\_

Филатова Е.Ю.

(подпись, дата)

Зав. кафедрой ДПиП  
кандидат педагогических наук,  
доцент \_\_\_\_\_

Е.А. Казанкова

(подпись, дата)

**Балашов 2016**

## ВВЕДЕНИЕ

Физическое развитие связано с изменением роста, веса, увеличение мышечной силы, улучшение органов чувств, координации движений и др. В первые годы жизни физическое воспитание является основой всестороннего развития ребенка, поэтому физическое воспитание детей дошкольного возраста требует сегодня от воспитателей глубоких знаний и творческого подхода.

Основой всестороннего развития ребенка в первые годы жизни является физическое воспитание. Организованные физкультурные занятия, а также свободная двигательная активность улучшает работу сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, укрепляют опорно-двигательную систему, улучшают обмен веществ. Они повышают сопротивляемость организма к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма. Чем больше разнообразными движениями овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, является его полноценного развития. Поэтому, если этот срок был пропущен в плане грамотного физического воспитания, то в дальнейшем наверстать проблемы, исправлять допущенные ошибки будет чрезвычайно трудно.

Физическое воспитание детей в условиях учреждений для детей раннего и дошкольного возраста является важной и ответственной задачей общественного воспитания, потому что все дети с самого раннего возраста, должны расти здоровыми, сильными, гармонично развитыми и заставить их хорошо учиться. В дошкольном детстве формируется здоровье, общая выносливость, работоспособность, активная жизненная позиция и другие качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения основными жизненно важными двигательными навыками.

*Предметом исследования является* игра как средство физического воспитания детей дошкольного возраста.

**Объектом исследования является** учебно-воспитательный процесс в дошкольных учреждениях.

**Цель работы** - рассмотрение теоретических основ физического развития детей дошкольного возраста; выявить проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста.

**Гипотеза** процесс физического воспитания детей дошкольного возраста по средством игры будет протекать более эффективно, если:

- будет проанализирована научно педагогическая литература,
- будет разработан мониторинг,

- будет разработана и представлена система игр направленных на развитие физического воспитания.

**Задачи:**

- Изучить и проанализировать научно педагогическую и методическую литературу.
- Разработать систему игр направленных на развитие физических качеств детей дошкольников.
- Разработать и представить мониторинг.

Методической основой исследования является теория физического воспитания средствами подвижных игр, труды известных психологов и педагогов таких как: М.Л Виленский, П.Ф Лестгафт, Ф.Фребель, Е.И Пензулаева, Е.Н Вавилова, Г.Гаджиев, А.В Кенеман и многих других.

Теоретическая и практическая значимость данной работы заключается в том что представленная система игр создавалась для того чтобы в дальнейшем ею могли воспользоваться в дошкольных учреждениях. Данная система игр готовилась для детей старшего дошкольного возраста для лучшего развития физических качеств.

**Работа состоит из:** введения, двух глав, заключения. Списока литературы.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ.

*В первой главе* нашего исследования были проанализированы теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста, в частности, рассмотрен механизм и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста, выявлена специфика физического воспитания детей дошкольного возраста, изучены возможности использования игр как средств физического воспитания дошкольников.

Спецификой предмета является изучение закономерностей физического воспитания и управление развитием ребенка от рождения до семи лет. С момента рождения ребенка его свобода ограничена лишь в обществе, где он родился, и будет жить. Ограничивая свободу действий ребенка, не приведет к здоровому образу жизни. Для того чтобы ребенок достиг здорового образа жизни он нуждается в помощи, чтобы адаптироваться к окружающей среде и быть в гармонии с ней. Развитие телесной культуры, психических и физических возможностей ребенка, духовности и творчества обеспечивает состояние здоровья. Исходя из вышесказанного ясно, что физическая культура-это широкое понятие, которое тесно связано с физической активностью. В теории физического воспитания рассматриваются такие понятия как: физическое развитие, двигательная активность, физическое воспитание, физическое совершенство, физическая подготовка, физическая деятельность.

Воспитание всех физических способностей является первичной стороной физического воспитания. Целевое управление развитие силы, скорости, выносливости и многих других физических качеств влияет на природный комплекс свойств организма и таким образом приводят к количественным изменениям в своей функциональности. Все физические качества являются врожденными, т. е. даны человеку в виде природных задатков, которые необходимо развивать и совершенствовать.

В связи с особенностями каждого возрастного периода жизни ребенка в системе физического воспитания детей дошкольного возраста, существует главная цель. Этой целью является подготовка ребенка для работы и жизни, а также умение владеть определенным объемом двигательных навыков в какой-то определённый момент.

Так же мы рассмотрели методы и средства физического воспитания. Наглядный метод, обеспечивающий яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений, необходимых для возникновения у ребенка наиболее полного и конкретного представления о движении, активизирующий развитие его сенсорных способностей; словесный метод, обращенный к сознанию детей, помогающий осмысливанию поставленной перед ними задачи и в связи с этим сознательному выполнению двигательных упражнений, играющий большую роль в усвоении содержания и структуры упражнений, самостоятельном их применении в различных ситуациях; практический метод, связанный с практической двигательной деятельностью детей, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия движения на собственных мышечно-моторных ощущениях. Практические методы характеризуются полной или частичной регламентацией, проведением упражнений в игровой (образной) форме, использованием элементов соревнования.

Средствами физического воспитания являются игры, упражнения, физический труд, воздействие факторов природы (солнце, воздух и вода), личная гигиена, массаж и самомассаж, но, несмотря на все вышесказанное, по-прежнему основным средством физического воспитания являются уроки физкультуры.

В работе нашего исследования представлена классификация игр. В классификации можно выделить несколько типов подвижных игр, которые по-разному способствуют всестороннему развитию детей дошкольного возраста, имеют разную социальную направленность.

Все игры для детей дошкольного возраста, построенные на движении, можно разделить на две большие группы: подвижные игры с правилами и спортивные игры.

В первую группу входят игры, разные по содержанию, по организации детей, по сложности правил и разнообразия двигательных задач. Среди них можно выделить сюжетные игры и бессюжетные игры.

Вторая группа — виды спорта: городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, футбол, хоккей. В работе с детьми дошкольного возраста, с которыми используются упрощенные правила.

Сюжетные подвижные игры (Игры этого типа основаны на детских переживаниях, эмоциях, на их идеи и знания о жизни, профессиях (летчик, пожарный, шофер и др.), транспортные средства (автомобиль, поезд, самолет), явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц.) Так же есть бессюжетные игры типа ловишек, салок, бессюжетные игры с использованием определенных предметов «Кегли», «Серсо», «Кольцеброс», «Городки», Игры – забавы, Игры с элементами соревнования.

Проблема эффективности развития и воспитания ребенка в период раннего детства является одним из самых современных вопросов дошкольной педагогики. Для детей дошкольного возраста важно формировать жизненно не маловажные навыки, которые создают в будущем основной фундаментальный для двигательного опыта вследствие чего, развиваются те базовые движения и некоторые элементы, возбуждающую в будущем всю двигательную активность ребенка. Одним из определяющих факторов формирования здорового поколения, способного неактивной деятельности, обучению, труду было и остается физическое воспитание.

Проблема развития физической сферы ребенка является актуальной потому, что физический мир играет важную роль в жизни ребенка. Физическое развитие помогает детям адаптироваться к текущим условиям жизни, потому что физическое воспитание решает массу проблем, связанных не только с путем физического воспитания и развития. Например: цели

здравоохранения, направленные на укрепление здоровья и охрану жизни ребенка. Они способствуют гармоничному психосоматическому развитию. Очень важно в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста решение образовательных проблем. С повышением воспитательной цели, чтобы создать правильную осанку, что дает возможность сохранить хорошее зрение. Но с хорошим зрением и с прямой осанкой и без очков и не горбившись при ходьбе и беге, ребенок не будет закомплексован и это будет большим плюсом что бы найти общий язык со своими сверстниками. В реализации образовательных задач ребенка воспитываются такие качества как: честность, справедливость, товарищество, взаимопомощь, умение заниматься в коллективе, смелость, нерешительность, упорство, выносливость и многие другие качества. В дальнейшем это поможет в общении с друзьями и в школе и на работе, и вообще в жизни.

Именно в дошкольном возрасте невосомое значение имеет привитие первоначальных навыков личной и общественной гигиены (мытье рук, освобождение носа, посещение туалета перед занятиями не физические упражнения, поддержание чистоты игрушек, вспомогательных средств, сооружений и т. д.). От этих навыков, привычек во многом зависит здоровье наших детей.

**Во второй главе** нашего исследования организация и проведение подвижных игр, мы провели мониторинг физического развития и предложили систему игр направленных на физическое развитие детей дошкольного возраста. В систему мониторинга входят следующие физические тесты: тесты для определения скорости детей дошкольного возраста, тесты для определения скоростно-силовых качеств, тесты для определения ловкости и координационных способностей, тесты для определения выносливости у детей дошкольного возраста.

После проведения мониторинга мы выявили уровни физического развития детей дошкольного возраста и предложили систему игр направленных на развитие ловкости, выносливости и быстрой реакции.

«Успей поймать». Играющие (5-6детей) стоят в небольшом кругу, у каждого в руках мяч и камешек. Подбросив мяч, надо выбежать из круга, положить как можно дальше от него камешек на землю и, вернуться в круг и успеть поймать мячик, отскочивший от земли. Кто сумеет положить камешек дальше всех и при этом не уронит мяч, тот и выигрывает. Усложнение: бросить мяч, положить камешек, выбежав из круга, затем вернуться, быстро поймать мяч на лету (мяч не должен дотронуться земли).

Передай мяч. Дети распределяются на две неравные подгруппы, встают в две колонны и по сигналу передают резиновый или набивной мяч. Последний стоящий в каждой колонне, получив мяч, бежит, становится впереди колонны и снова передаёт мяч. Игра заканчивается, когда с мячом впереди колонны оказывается ведущий звена. Варианты передачи: над головой, с боку, внизу между ног, в положении сидя на полу или скамейке.

Подмени предмет. На одной стороне площадки в кружках 4 - 5 предметов. На противоположной стороне за линией старта (расстояние 15 - 20 м) дети образуют 4 - 5 колонн. Первые получают по одному такому же предмету, но другого цвета. На сигнал «Беги» они бегут к кружкам напротив своей колонны, кладут предмет, берут лежащий, возвращаются с ним к своей колонне и поднимают над головой. Отмечается выигравший. Затем они передают предмет следующему из своего звена, а сами встают в конец колонны. Отмечается колонна, в которой оказалось больше выигравших. Усложнение: в каждом кружке находится по 3 - 4 предмета. На сигнал «Беги» играющие бегут, и в это время им называют предмет, который надо взять.

При планировании игр следует учесть и состояние здоровья дошкольников. Есть дети, которым некоторые движения противопоказаны. Дети с частыми заболеваниями бронхолегочной системы, нарушениями сердечно сосудистой системы быстро утомляются, для таких детей планируется индивидуальная работа и включаются игры преимущественно средней и малой степени подвижности.

Следует учитывать индивидуальные особенности телосложения детей. У детей мышечного типа в большей степени развита сила и в меньшей скорость, поэтому для них в играх необходимы упражнения для развития скоростно-силовых качеств, гибкости.

Для описания физических свойств и выявления особенностей их развития у детей дошкольного возраста, мы определили, что физические качества имеют большое значение для физического развития ребенка. Развитие основных физических качеств происходит в тесной связи с формированием двигательных навыков. Упражнения, направленные на развитие физических качеств, применяются в строгой последовательности, включаются в разные формы двигательной активности.

Рассмотрев физические упражнения как средство формирования и развития физических качеств у детей дошкольного возраста, мы пришли к выводу, что для формирования и развития физических качеств, необходимо развивать у ребенка основные движения. Основные движения в сочетании с физическими качествами, разработанных как в повседневной деятельности, так и специально организованные мероприятия.

Значение спорта на открытом воздухе и игр как эффективного средства формирования и развития физических качеств в дошкольном возрасте характеризуется особенностями подвижной игры – комплектность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка. Педагогическое воздействие в подвижных играх должно быть посвящено развитию двигательных навыков, роль которых особенно важна для овладения навыками программного обеспечения.

Стремление педагога к личностному росту и профессиональному самосовершенствованию отражается и в результатах двигательной активности детей, как увлечь ребенка той или иной игрой, чтобы быть в состоянии создать психологически комфортную атмосферу во время игры, только учитель, который осознает необходимость своей работы. Создание

эмоционального комфорта для детей во время игры является неотъемлемым условием для достижения положительного результата.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Для описания физических свойств и выявление особенностей их развития у детей дошкольного возраста, я определила, что физические качества имеют большое значение для физического развития ребенка. Развитие основных физических качеств происходит в тесной связи с формированием двигательных навыков. Упражнения, направленные на развитие физических качеств, применяются в строгой последовательности, включаются в разные формы двигательной активности.

Рассмотрев физические упражнения как средство формирования и развития физических качеств у детей дошкольного возраста, мы пришли к выводу, что для формирования и развития физических качеств, необходимо развивать у ребенка основные движения. Основные движения в сочетании с физическими качествами, разработанных как в повседневной деятельности, так и специально организованные мероприятия.

Значение спорта на открытом воздухе и игр как эффективного средства формирования и развития физических качеств в дошкольном возрасте характеризуется особенностями мобильной игры – комплектность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка. Педагогическое воздействие в мобильных играх должна быть посвящена развитию двигательных навыков, роль которых особенно важна для овладения навыками программного обеспечения. Мы должны стремиться к тому, чтобы находиться в пределах естественных колебаний биологически не задержка развития двигательных навыков.

Успех любой педагогической деятельности зависит от людей, которые постоянно и систематически развивать у детей физические качества. Стремление педагога к личностному росту и профессиональному самосовершенствованию отражается и в результатах двигательной

активности детей, как увлечь ребенка той или иной игрой, чтобы быть в состоянии создать психологически комфортную атмосферу во время игры, только учитель, который осознает необходимость своей работы. Создание эмоционального комфорта для детей во время игры является неотъемлемым условием для достижения положительного результата.

В заключение, можно утверждать, что в результате использования подвижных и спортивных игр для детей дошкольного возраста рост уровня физической подготовленности детей и их физического развития стал выше. Опрос позволяет сделать учебный процесс систематичным и целенаправленным, и должны быть созданы педагогические условия: учет возрастных и индивидуальных особенностей детей в выборе подвижной игры, используя различные варианты игры с нарастающей сложностью, для развития физических качеств.