

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

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ  
СРЕДСТВАМИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 5 курса 52 группы  
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,  
профиль «Психология и педагогика дошкольная»,  
факультета естественно-научного и педагогического образования  
Черномашенцевой Татьяны Владимировны.

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

(подпись, дата)

И.Г.Андреева

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

(подпись, дата)

Е.А. Казанкова

**Балашов 2016**

**Введение.** Большое внимание в дошкольных учреждениях уделяется физическому воспитанию детей. Предназначение занятий по физической культуре состоит в том, чтобы:

- обеспечивать развитие и тренировку всех систем и функций организма через рациональные и оптимальные для детей разного возраста и для каждого дошкольника в отдельности физические нагрузки;
- удовлетворять естественную потребность детей в движении;
- давать возможность каждому дошкольнику демонстрировать свои двигательные умения сверстникам и учиться у них;
- создавать необычные, интересные для детей ситуации, в которых двигательные действия и движения будут оказать содействие в активизации мышления, нахождению ребенком правильных форм поведения разных ситуациях.

Большая роль в физическом развитии и воспитании ребенка принадлежит игре как важнейшему виду детской деятельности. Игра является результативным средством формирования личности дошкольника, его морально-волевых и физических качеств. Воспитательное значение игры во многом находится в зависимости от профессионального мастерства специалиста, от познания им психологии ребенка, учета его возрастных и индивидуальных особенностей, от правильного методического руководства взаимодействиями воспитанников, от четкой организации и проведения возможных игр.

Особые условия для развития физических качеств создает дополнительное образование, которое раскрывает подлинный характер ребенка. Именно здесь приобретаются настойчивость, упорство, коллективизм, смелость и честность, происходит становление духовных и физических качеств личности.

Подвижные игры как дополнительные образовательные занятия представляют собой очень важный раздел в ряду средств физического воспитания детей. Подвижные игры направлены на то, чтобы способствовать

закреплению и совершенствованию изученных упражнений или решать самостоятельные задачи по развитию физических качеств.

Надо сказать, что, организовывая кружковую работу со старшими дошкольниками, надлежит учитывать особенности их физического развития. Важно помнить, что ребёнок старшего дошкольного возраста - это будущий первоклассник. К моменту поступления ребёнка в первый класс он должен обладать хорошим физическим развитием, достаточным объемом двигательных умений и навыков. Все это поможет дошкольникам быстрее включаться в режим учебной жизни, связанного с необходимостью длительного пребывания в однообразном положении и довольно напряженной деятельностью на занятии. Физическое воспитание детей пяти-шести лет должно осуществляться непрерывно. Данному воспитанию содействует распорядок дня, вся образовательная работа дошкольного учреждения. Формирование физических и двигательных навыков и качеств реализуется на специально организуемых занятиях по физической культуре.

Для результативного осуществления физкультурно - оздоровительной работы, прежде всего, должны быть созданы условия. В МДОУ «Дубравушка» г.Балашова Саратовской области, где проводилось экспериментальное исследование, имеется спортивный зал, который оборудован в полном соответствии с требованиями законодательных актов. Имеется обширное как стандартное, так и нестандартное спортивное оборудование и инвентарь – всё, что необходимо для проведения занятий, индивидуальной работы с детьми и самостоятельной деятельности детей.

Цель исследования - показать возможность дополнительного образования как средства физического воспитания старших дошкольников.

Объект исследования - образовательный процесс в ДОУ.

Предмет исследования - физическое воспитание старших дошкольников средствами дополнительного образования.

В основу исследования положена следующая **гипотеза**. Процесс физического воспитания старших дошкольников будет наиболее результативным, если:

- этот процесс будет учитывать особенности физического воспитания старших дошкольников;
- будут определены задачи, средства, формы и методы физического воспитания старших дошкольников в ДОУ;
- будет представлена программа дополнительного образования, направленная на физическое развитие старших дошкольников в условиях ДОУ.

Для решения поставленных целей и проверки гипотезы были использованы следующие методы исследования: **содержательный анализ** научных источников, учебных и учебно-методических материалов, касающихся организации воспитательно-образовательного процесса в ДОУ; анализ опыта педагогических инноваций; косвенное и прямое наблюдение; педагогический эксперимент; сравнение и обобщение.

Методологической основой исследования явились исследования: П.Ф. Лесгафта, В.В.Гориневского о том, что двигательная деятельность является основным фактором развития человека; Е.А.Аркина и Л.И.Чулицкой о физическом воспитании детей дошкольного возраста и о подготовке специалистов; С.Д. Гаджимомедова о работе ДОУ и семьи по физическому воспитанию детей дошкольного возраста; А.А.Ругиной о здоровом образе жизни [3].

**Основное содержание работы.** В первой главе нами были определены теоретические основы физического воспитания дошкольников - выделены задачи, методы, средства и формы физического развития детей; сделан анализ содержания физического развития детей в образовательных программах в условиях ДОУ и описана организация физического развития дошкольников в рамках дополнительного образования.

В психолого-педагогической и методической литературе выделяют воспитательные, образовательные и оздоровительные группы задач физического воспитания детей, их единство в том, что главное – охрана и укрепление здоровья детей, содействие правильному физическому развитию, воспитание культурно-гигиенических качеств. Все группы задач решаются в каждой возрастной группе в соответствии с возрастом, но их конкретное содержание меняется в зависимости от психофизиологических возможностей детей. Целью физического воспитания детей является формирование основ здорового образа жизни.

Разработана модель двигательно-оздоровительного режима:

1. физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня: утренняя гимнастика, побудки, босохождение, дыхательная гимнастика, закаливающие мероприятия, самомассаж, физкультурные минутки во время занятий;

2. подвижные и спортивные игры, самостоятельная двигательная деятельность, физические упражнения; самостоятельная двигательная активность детей;

3. физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

Таким образом, процесс физического воспитания детей дошкольного возраста должен выстраиваться так, чтобы сразу решались оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи с учетом средств, форм и методов физического воспитания дошкольников. Комплексное использование средств, форм и методов разносторонне воздействует на организм, способствует физическому воспитанию и развитию детей.

Для того чтобы раскрыть содержание физического развития детей в условиях ДООУ, мы проанализировали несколько программ на предмет задач физического развития дошкольников старшего возраста. Были рассмотрены программы: «Детство», «Радуга», «От рождения до школы», «Мозаика».

Цели программы «Мозаика» - обеспечение охраны жизни детей; совершенствование работ всех систем детского организма; осуществление

закаливающих процедур для растущего организма детей; повышение его работоспособности. Последствием решения задач и проведённых работ в результате видится дошкольник – здоровый, жизнерадостный, физически развитый, имеющий устойчивый интерес к физкультурной деятельности.

Цели и задачи программы «Детство» направлены на создание каждому ребёнку дошкольного возраста в детском учреждении возможности для взаимодействия с окружающим миром, развития собственных способностей, для практической деятельности, для реализации творческих способностей.

Основные задачи Программы «Детство» ориентированы на:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья ребёнка, а также эмоционального настроения; обеспечение возможностей полноценного развития детей вне зависимости от пола, национальности, социального статуса;

- объединение воспитания и обучения в цельный образовательный процесс;

- формирование общей культуры личности ребёнка для развития предпосылок к учебной деятельности детей; общепринятых правил и норм поведения в обществе, нравственных, эстетических, патриотических качеств;

- создание психолого – педагогической поддержки семье для повышения компетентности родителей в вопросах воспитания, образования и развития, охраны и укрепления здоровья своих детей.

Актуальность программы «От рождения до школы» в том, что она помогает удовлетворить возросшую в последние годы потребность детей и родителей, педагогов детского сада в сохранении, укреплении здоровья, профилактике здоровья, в приобретении знаний, умений, навыков здорового образа жизни, потребности заниматься в спортивных секциях.

Основной целью программы «От рождения до школы» является формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни, которое подразумевает сохранение, укрепление, охрану здоровья детей; повышение физической и умственной работоспособности дошкольников.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх; формирование потребности детей в ежедневной двигательной активности. Также она направлена, на расширение знаний и понятий детей о здоровом образе жизни, о рациональном питании, о значении двигательной активности в их жизни.

Цели и задачи программы «Радуга» направлены на сохранение и укрепление физического и психического здоровья ребят; формирование у них привычки к здоровому образу жизни; содействие полноценному психическому развитию детей; обеспечение детям беззаботно и содержательно жить в период дошкольного детства.

Образовательная область «Физическое развитие» данной программы содержит в себе цель: получение опыта двигательной активности детей; развитие равновесия, координации, крупной и мелкой моторики, выполнение основных и общих движений; становление саморегуляции и целенаправленности; формирование здорового образа жизни и полезных привычек у дошкольников.

Подводя итог, понимаем, что у большинства программ дошкольного образования содержание практически совпадает; прописаны ожидаемые результаты в программах - формирование базовых знаний и понятий; направленность на развитие личности детей. Авторы программ схожи в едином мнении, что главная задача - воспитание физически развитого дошкольника; развитие физического здоровья, физических навыков и умений каждого ребёнка.

*Во второй главе* мы рассматривали аспекты организации кружковой работы по физическому развитию детей дошкольного возраста.

Педагоги характеризуют физическое развитие дошкольников в рамках дополнительного образования как определённое образовательное пространство, где осуществляется особенная образовательная деятельность, которая расширяет возможности практического опыта дошкольников, развитие физических качеств детей, творческое и самостоятельное усвоение

и осмысление новой информации, а также формирование новых жизненных умений и способностей; как образование, предоставляющее детям возможность свободного выбора форм и видов деятельности, направленных на формирование их самореализации и миропонимания, как развитие положительного психо - эмоционального состояния детей, их адаптацию к жизни в обществе, направленную на развитие мышления, выявление выдающихся способностей детей. Всё перечисленное было подтверждено работой экспериментального кружка.

Выяснили, что кружки в дошкольных учреждениях выполняют несколько функций - образовательную, воспитательную и социально – адаптивную. В кружках ребёнок имеет возможность удовлетворять и развивать свои потребности в познании, а так же получать дополнительное развитие навыков и умений; на занятиях дети получают значимый опыт деятельности и взаимодействия, учатся самоутверждаться в социуме; процесс воспитания и образования, позволяет развивать творческие, физические и интеллектуальные способности детей; также работа в кружках оказывает значительное влияние на развитие социально значимых качеств личности ребёнка. Главная цель работы кружка по физическому воспитанию детей – организация досуга несущего в себе оздоровительный эффект.

Была разработана программа кружка «Здоровый и весёлый», которая реализовывалась на базе МДОУ д/с «Дубравушка» г.Балашова Саратовской области в группе «Малинка» в 2014-1016 гг. в виде экспериментального исследования. В эксперименте принимали участие дети в количестве 26 человек, разделённые на две равные подгруппы.

Целью программы было: выявить механизмы и методы, с помощью которых можно организовать физическое воспитание для обеспечения гармоничного развития, укрепления здоровья, приобщения детей к физической культуре как составной части общей культуры человечества.

Задачи программы - оздоровительные, образовательные и воспитательные. Задачи были направлены на развитие физических навыков и



умений; на укрепление мышечного тонуса ребенка; на развитие познавательного интереса к играм подвижным и спортивным, к спортивным упражнениям и к желанию использовать их в самостоятельной двигательной деятельности; на развитие интереса к здоровому образу жизни; на воспитание и формирование у детей положительных морально-волевых качеств и культуры общения и поведения во время игр.

Принципы реализации программы - последовательность и регулярность; доступность; наглядность, которая играет важную роль в обучении движениям и является неотъемлемым условием совершенствования двигательной деятельности; сознательность и активность, они предполагают формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений.

Программа кружка рассчитана на два года. Каждому этапу соответствует определенная возрастная группа.

I этап. У детей в возрасте 4-5 лет сформировать простейшие представления о видах спорта и о спортивных играх, о спортивном инвентаре.

II этап. У детей в возрасте 5-6 лет закреплять знания, умения, навыки в спортивно-игровой двигательной деятельности; навыки владения своим телом во время спортивной игры и работе с предметами. Привить любовь к собственному здоровью. Способствовать осознанному отношению к ЗОЖ.

III этап. Детей в возрасте 6-7 лет научить играть в спортивные игры, познакомить с правилами спортивных игр.

Итогом реализации программы были сформированные технические навыки выполнения элементов спортивных игр, более развитые двигательные способности детей; более развитое мышление и воображение детей; более развитые физические навыки, такие как быстрота, ловкость, координация, сила и выносливость; осознанное отношение к собственному здоровью.

Цель эксперимента - доказать эффективность физкультурного кружка «Здоровый и весёлый». Было выбрано такое направление, как спортивные игры с мячом. В нашем видении они являются более успешными в развитии координации и функциональных сил организма у детей дошкольного возраста и, как следствие, влияют на укрепление здоровья детей. Основной задачей было сделать так, чтобы дети как можно точнее выполняли упражнения, осуществляя регуляцию темпа и ритма, для достижения наиболее лучшего оздоровительного эффекта, а также, чтобы дети получили на занятии положительный эмоциональный заряд, хорошее настроение и прекрасное расположение духа.

Формирующий эксперимент проводился с детьми экспериментальной группы параллельно с непосредственно образовательной деятельностью.

Контрольный эксперимент выявил возросшую степень физического развития детей. Наблюдая за динамикой физического развития детей в начале нашего эксперимента, когда диагностические данные показали довольно высокий показатель низкого уровня 62%, к концу года этот показатель уменьшился – в контрольной группе до 46%, а в экспериментальной группе до 30%. Продолжая эксперимент, наблюдали положительный рост динамики, и к концу эксперимента процент низкого уровня развития детей снизился до 0%, что мы и увидели из результатов диагностики.

Таким образом, в результате проведённой работы показатели детей экспериментальной группы стали значительно выше, чем в контрольной группе. Данные эксперимента свидетельствуют о том, что занятия в кружке «Здоровый и весёлый», направленные на развитие физических качеств и развитие двигательной активности детей, имеют определённый эффект в рамках дополнительного образования.

**Заключение.** В общей системе образовательной работы ДОУ физическое воспитание детей занимает особое место. В результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье

ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Развитие двигательных способностей занимает важное место в физическом воспитании дошкольников. Практика показывает, что многие дети не могут добиться высоких результатов в беге, прыжках, метании не потому, что им мешает плохая техника движений, а главным образом ввиду недостаточного развития основных двигательных качеств - силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

В этом аспекте подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности. Целенаправленное, методически продуманное руководство подвижной игрой значительно совершенствует, активизирует деятельность детей.

В ходе работы была изучена научная, педагогическая и методическая литература. Многие исследователи рекомендуют включать дополнительные занятия, развивающие физические качества детей дошкольного возраста, и физкультурные занятия в ДОУ и в повседневную жизнь детей. В теоретической части работы, на основе изучения специальной литературы мы рассмотрели: дополнительное образование и подвижные игры и их роль в развитии детей старшего дошкольного возраста; особенности двигательной активности детей старшего дошкольного возраста; значение подвижных игр и работы кружка в развитии двигательной активности детей дошкольного возраста.

В практической части, при рассматривании данной проблемы, мы провели экспериментальную работу на базе МДОУ «Дубравушка» г. Балашова Саратовской области. В ходе исследования нами произведен анализ учебно-воспитательной работы старшей группы ДОУ. В констатирующей части исследования нами была проведена диагностика в контрольной и экспериментальной группах и на контрольном этапе – повторная диагностика в этих группах с использованием тех же заданий.

Контрольная диагностика позволила сделать вывод об эффективности занятий физкультурного кружка в физическом развитии дошкольников.