

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

**РЕАЛИЗАЦИЯ ЗАДАЧ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 4 курса 342 группы
направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология и педагогика дошкольная»,
факультета естественно-научного и педагогического образования
Усковой Ирины Сергеевны.

Научный руководитель
доцент кафедры ДПиП,
кандидат педагогических наук,
доцент _____

Е.А. Казанкова

(подпись, дата)

Зав. кафедрой ДПиП
кандидат педагогических наук,
доцент _____

Е.А. Казанкова

(подпись, дата)

Балашов 2016

Введение. В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве 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.

Подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, являющихся обязательными для всех играющих.

На протяжении всего дошкольного периода у ребёнка происходит активное физическое развитие. Одним из факторов развития этого процесса является подвижная игра, которая, в свою очередь, помогает получить всесторонне развитую личность ребёнка. Подвижные игры в педагогическом процессе среди других средств занимают центральное место. Их педагогическое значение проявляется в том, что происходит комплексное совершенствование и развитие всех систем организма. Поэтому данная тема остаётся актуальной и в настоящее время.

Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей дошкольного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. Разнообразные движения и действия детей во время игры при умелом руководстве ими эффективно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну. С помощью подвижных игр обеспечивается всестороннее физическое развитие ребенка.

С помощью подвижных игр совершенствуются разнообразные двигательные умения и навыки такие как ловкость, выносливость, быстрота.

Именно игра является одним из важнейших средств физического воспитания дошкольников. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. Поэтому воспитателю необходимо использовать подвижные игры, которые содержат в себе такие упражнения, которые особенно благотворно влияют на физическое здоровье детей.

Подвижные игры, построенные на движениях, требующих большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме. Они оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребёнка, способствуют созданию бодрого настроения у детей. Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывая мобилизацию защитных сил организмов, способствует улучшению питания тканей, формированию скелета, правильной осанки и повышению иммунитета к заболеваниям.

Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

Цель исследования: изучить специфику использования подвижных игр в процессе физического воспитания дошкольников.

Объект исследования: педагогический процесс ДОУ.

Предмет исследования: использование подвижных игр в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста.

Гипотеза исследования: физическое воспитание дошкольников будет эффективным в случае если:

строится как педагогическая система;

реализуется в соответствии с принципом природосообразности;

осуществляется посредством значимой для дошкольников игровой деятельности, в частности подвижной игры.

Задачи исследования:

- рассмотреть систему физического воспитания дошкольников;
- изучить физические особенности детей 4-5 лет;
- выявить роль подвижных игр как средства физического развития детей;
- рассмотреть специфику организации и проведения диагностической работы по физическому развитию детей;
- разработать систему подвижных игр для детей 4-5-лет.

Методы исследования: анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования, изучение педагогической на предмет использования подвижных игр в физическом воспитании дошкольников, систематизация, составлен е библиографии.

Методологические основы исследования: труды М.М. Конторович и Л.И. Михайловой, С.Л. Новосёловой, Н.Н. Кильто, В.Л. Страковская, Е.Н. Вавилова, Н. К. Крупская, Б.М. Шустин, В.Н. Щебеко, Н.Н.Ермак, В.А. Шишкина, А.И. Фомина, Т.И. Осокина и т.д.

ВКР состоит из введения, главы I «Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста», главы II «Практические аспекты использования подвижных игр в целях физического воспитания дошкольников», заключения, списка литературы и приложений

Основное содержание работы. В *первой главе* исследования нами рассмотрены психолого-педагогические основы физического воспитания детей дошкольного возраста. Суть физического воспитания состоит в педагогической составляющей, направленной на формирование физических качеств человека, изучение движений, получение физкультурных знаний и формировании потребности в занятиях. Физическое воспитание ребёнка — важный компонент, без которого невозможно всестороннее формирование личности. Цель физического воспитания — это укрепление здоровья ребёнка, раскрытие его потенциала, воспитание характера

Для осуществления физического воспитания дошкольников необходимо решение ряда задач, которые, в свою очередь, условно можно

разделить на три группы: оздоровительные, образовательные и воспитательные.

Для решения всех этих задач можно выделить средства физического воспитания дошкольников и различные формы физического воспитания ребёнка, которые достаточно доступны. К средствам физического воспитания дошкольника можно отнести: специальные гигиенические и социальные условия, правильное питание ребёнка, общение с природой, режим дня, организация двигательной активности ребёнка, закаливание детского организма.

В качестве форм физического воспитания выделяют : утреннюю гимнастику, подвижные игры, прогулки на свежем воздухе, дни здоровья и т.д.. Необходимо менять формы физического воспитания по мере роста ребёнка. Учёные многократно доказывали позитивное влияние физической активности на развитие детского организма. Недостаточная двигательная активность приводит к различным проблемам: сутулости, слабо развитой мускулатуры, частой подверженности заболеваниям, ожирения и многих других. Чтобы этого избежать, необходимо регулярно заниматься с малышом физкультурой.

Периодом насыщенного развития и роста детского организма является возраст от четырех до пяти лет. На этом этапе определенно изменяется характер ребенка, активно развиваются познавательные и коммуникативные способности. В среднем дошкольном возрасте физические возможности ребенка стремительно растут: совершенствуется координация, движения становятся более уверенными. При этом сохраняется непрерывная потребность в движении. Динамично развивается моторика, в целом дошкольник 4-5 лет становится более ловким и быстрым по сравнению с младшими детьми 2-3 лет. Необходимо заметить, что возрастные особенности детей 4 - 5 лет такие, что физическую нагрузку нужно разделять, чтобы она не была чрезмерной. Это напрямую связано с тем, что мышцы в этот период растут хоть и быстро, но неравномерно, поэтому

ребенок быстро устает. Значит, малышам нужно давать время для отдыха. Что касается темпов физического развития, то с 4 до 5 лет они существенно не меняются. В среднем ребенок подрастает за год на 5 - 7 см и набирает 1,5 - 2 кг веса. Происходят рост и развитие всех органов и систем детского организма.

Развитие и совершенствование движений ребенка в период дошкольного детства осуществляются разными путями. С одной стороны, обогащению двигательного опыта малышей, приобретению новых навыков и умений способствуют их самостоятельная деятельность, игры, труд, с другой - специально организованные мероприятия по физической культуре, направленные на решение задач как оздоровительного, так и воспитательного характера.

Основной формой обучения детей движениям признаны занятия. В то же время весьма существенное место в системе физического воспитания дошкольников занимают подвижные игры, которые широко применяются во всех возрастных группах. Для ребенка нет ничего более увлекательного, чем игра: в игре он может удовлетворить свою потребность в движении, в деятельности.

Важная особенность подвижной игры заключается в большой свободе действий, меньшей регламентации движений, чем это принято при традиционных занятиях физическими упражнениями.

Подвижные игры оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка, способствуют созданию бодрого настроения. Увлеченный игрой, ребенок забывает о своих маленьких огорчениях, весело и дружно играет со сверстниками.

Для дошкольников подвижные игры являются жизненной потребностью. С их помощью решаются самые разнообразные задачи: образовательные, воспитательные и оздоровительные.

В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств,

воспитания таких качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, а также привычек и навыков жизни в коллективе.

Игра активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, совершенствует движения, развивает их координацию, формирует быстроту, силу, выносливость, учит детей действовать в соответствии с правилами, осознанно действовать в изменяющейся игровой ситуации, познавать окружающий мир, активизирует память, представления, развивает мышление, воображение, пополняет словарный запас и обогащает речь детей, учит действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям, формирует честность, справедливость, дисциплинированность, учит дружить, сопереживать, помогать друг другу, развивает чувство ритма, способствует овладению пространственной терминологией. Детям дошкольного возраста выполнение игровых заданий доставляет большое удовольствие. Играя, ребенок упражняется в различных действиях. Подвижная игра — сложная эмоциональная деятельность детей, направленная на решение двигательных задач, основанная на движении и наличии правил.

Анализ психолого-педагогической и методической литературы позволяет классифицировать подвижные игры по сложности, двигательному содержанию, степени физической нагрузки, использованию пособий и снарядов, по преимущественному формированию физических качеств.

Главным правилом при осуществлении физического воспитания дошкольников является воспитание привычки соблюдать здоровый образ жизни. Необходимо проводить активные игры, вырабатывать ежедневную потребность к физическим упражнениям, учить проявлять интерес к миру спорта, достижениям выдающихся спортсменов.

Таким образом, целенаправленное физическое воспитание оказывает положительное влияние на умственное развитие детей: обогащаются знания об окружающих предметах и явлениях, совершенствуется ориентировка в

пространстве и времени, складываются положительные черты характера. Дети приобретают умения действовать в коллективе сверстников; у них формируются такие качества: выдержка, самостоятельность, активность, инициатива, чувство товарищества, взаимопомощи и т. п.

Во второй главе мы рассмотрели методические основы проведения диагностики физического развития дошкольников, которая является необходимым условием для определения индивидуальных способностей детей, оценки уровня физического развития. Диагностика физического развития дошкольников позволяет воспитателю:

определить уровень физического развития детей на начало и конец года;

выявить динамику изменения уровня физического развития;

оценить технику владения основными движениями;

спланировать индивидуальную работу по формированию физических качеств;

скорректировать план физкультурно-оздоровительных мероприятий;

определить упущения в работе по физическому воспитанию

Диагностика физической подготовленности проводится на учетно-контрольных занятиях и может быть организована как в спортивном зале, так и на спортивной площадке ДОО. Для проведения диагностики необходимо иметь беговую дорожку, яму для прыжков в длину с разбега, разметку для прыжков в длину с места и метания, стойки и шест для прыжков в высоту.

При проведении диагностики ведется протокол обследования, где фиксируются количественные показатели (указываются цифрами) и качественные показатели (указываются цветом). Уровень сформированности двигательных качеств определяется, как высокий, средний, ниже среднего.

Проанализировав педагогическую теорию и практику мы описали ряд заданий, позволяющих проследить динамику физического развития, физической активности и физической подготовленности детей 4-5 лет; дать

характеристику физического состояния организма в процессе физического воспитания.

Выявив решающую роль подвижных игр в процессе физического развития дошкольников, мы предложили систему подвижных игр, которые, на наш взгляд являются наиболее подходящими и целесообразными для детей 4-5 лет. Нами был разработан перспективный план использования подвижных игр на физкультурных занятиях и в режимных моментах. Особенно хотелось бы отметить, что подвижные игры следует разучивать на прогулке в первую половину дня. В занятия необходимо включать знакомые детям игры, кроме прогулок и занятий подвижные игры с бегом включать в содержание физкультурных досугов, которые рекомендуется проводить 2 раза в месяц, а так же при проведении мероприятий можно провести совместно с родителями такие как: «Веселые старты», «Папа, мама, я спортивная семья». Кроме подвижных игр в содержание проводимых мероприятий нужно включать игры - эстафеты с бегом.

Для осуществления физического воспитания мы рекомендуем использовать следующие подвижные игры: «Птица без гнезда», «Ловишки с малым мячом», «Пятнашки», «Не опоздай в обруч», «Ловишки», «Успей поймать», «Веселые старты» с использованием игр-эстафет, «Гуси – лебеди», «Кот проснулся», «Бабочки и стрекозы» и т.д.

Игры следует использовать в режимных моментах и непосредственно образовательной деятельности во всех формах физкультурно-оздоровительной работы: утренней гимнастике; досугах, соревнованиях и др. Игра повысит настроение детей, поспособствует проведению подвижных игр на эмоциональном подъеме. Важным условием самостоятельной игровой деятельности является создание предметной среды, имеющей развивающий характер, т.е. создание предметного оснащения для самостоятельных игр.

Огромное желание проявляется у детей в участии в играх с соревновательным характером, у детей проявляется дух соперничества и сопереживания товарищам. Дети после таких игровых занятий всегда уходят

с хорошим настроением, делятся эмоциями друг с другом и с нетерпением ожидают следующего занятия.

Заключение. Физическое воспитание ребёнка — важный компонент, без которого невозможно всестороннее формирование личности. Так что педагогам, цель которых — воспитать здорового и активного ребёнка, предстоит важная и тщательная работа. Детский сад, школа, и, конечно же, родители прививают осознанное отношение малыша к сохранению здоровья.

Задачи физического воспитания дошкольников можно разделить на три группы: оздоровительные, образовательные и воспитательные.

Физическое воспитание детей - одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Отличное здоровье, приобретенное в дошкольном возрасте, служит основанием общего развития человека. Ни в один из периодов жизни, физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет. В период дошкольного детства у ребенка формируются основы здоровья, долголетия всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него плохое внимание и память.

Предложенные нами игры эффективно использовать в физическом воспитании. Дети после таких игровых занятий всегда уходят с хорошим настроением, делятся эмоциями друг с другом и с нетерпением ожидают следующего занятия.

С целью определения индивидуальных способностей детей, оценить начальный уровень физического развития, оптимизировать нагрузки при формировании двигательных навыков нами была предложена диагностика физического воспитания.

Подвижной игре в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста отводится главная роль. Так как подвижная игра выступает одной из основных средств и методов физического воспитания,

она позволяет продуктивно разрешать оздоровительные и воспитательно - образовательные задачи.