

Частное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 162 открытого акционерного общества
«Российские железные дороги»

**Статья: «Формирование у дошкольников знаний в
области физической культуры».**

Инструктор по физической культуре:

Чиркова Татьяна Юрьевна

г. Карасук

Статья: «Формирование у дошкольников знаний в области физической культуры».

Введение

В настоящее время умственное воспитание детей, как правило, осуществляется на фоне подавления их двигательной активности, т.е. существует реальный разрыв между физическим воспитанием и всей остальной системой образования (И.М.Козлов). Чтобы решить данную проблему необходимо: во-первых, изменить отношение общества к физической культуре, т.е. рассматривать ее действительно как часть системы образования, во-вторых, создать условия, чтобы сам педагог стал носителем положительного отношения к освоению физкультурных знаний и связанных с ними умений и навыков, поскольку именно он приобщает детей к двигательной деятельности, раскрывает творческие возможности и способности каждого ребенка и может реально осуществлять взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания и обучения дошкольников.

Под влиянием личности воспитателя по физической культуре развивается потребность в движении, интерес к физическим упражнениям и спорту. Целью занятий физической культуры в дошкольном учреждении, в первую очередь конечно же, является укрепление здоровья детей, но не менее важна и организация здорового образа жизни через овладение знаниями.

Вообще, решение социально-педагогических задач физического воспитания сводится к формированию у детей потребностно - деятельностного отношения к физической культуре, а также интереса к освоению физической культуры. Отсутствие интереса можно объяснить только одним - недостаточной организацией педагогического процесса, основанного на творчестве самого воспитателя.

С целью поддержания интереса дошкольников к физической культуре целесообразно вовлекать их в выполнение творческих и познавательных заданий. **Поэтому предложенная тема, является актуальной.**

Цели и задачи физического воспитания детей дошкольного возраста

Во всей учебно-воспитательной работе в дошкольном учреждении, в том числе в области физического воспитания педагогу принадлежит первостепенная роль. Именно под его влиянием, благодаря его вдохновению и знаниям в области физической культуры у детей формируется интерес к физическим упражнениям.

Образование дошкольников в области физической культуры является обязанностью дошкольного учреждения, и обеспечивается Законом

Российской Федерации «Об образовании» и Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Качество образования обеспечивается созданием хороших условий для занятий детей физическими упражнениями, профессиональной компетентностью педагогов, организующих их двигательную деятельность, а также содержанием программ, используемых в дошкольном учреждении.

В настоящее время целью занятий физической культурой в дошкольном учреждении считают укрепление здоровья детей и организацию здорового образа жизни через владение знаниями о функционировании своего организма и способах его защиты. Однако, в современном дошкольном учреждении объем информации значительно возрос, усвоение которой ребенком в полной мере возможно только при интеграции знаний и использовании межпредметных связей. Интегрирование двигательной деятельности с другими видами деятельности дает возможность на занятиях физическими упражнениями эффективно решать задачи интеллектуального, творческого развития ребенка.

Двигательная активность ребенка влияет, как это ни парадоксально, на две функции: физическое и умственное развитие. О связи умственного и физического воспитания педагоги говорят давно. Так, в исследовании Г.А. Каданцевой было показано, что среди дошкольников, имеющих низкий уровень физической подготовленности, в 72% случаев характеризуются низким уровнем познавательной активности. В то же время, среди детей с высоким уровнем физической подготовленности не оказалось ни одного случая с низким уровнем познавательной активности. Поэтому основные части программного образовательного материала должны осваиваться в процессе занятий физическими упражнениями или во время различных форм двигательной активности. Таким образом, физическое воспитание дошкольников базируется на единстве цели, задач, средств, форм и методов работы и строится с учетом возрастных, психологических особенностей детей и направлено на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие дошкольников.

Основы физической культуры усваиваются ребенком и успешно развиваются и совершенствуются под воздействием воспитания, которое кроме оздоровительных задач включает в себя и образовательные. Целью образования дошкольников в области физической культуры является формирование здорового, жизнерадостного, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

Задачи (оздоровления, обучения и воспитания) определяются общей целью и конкретизируются с учетом особенностей развития детей в каждом возрастном периоде. Первоочередными задачами дошкольного учреждения

являются охрана жизни и укрепление здоровья детей. Физическое воспитание должно способствовать формированию у детей физиологических изгибов позвоночника, профилактике плоскостопия, гармоничного развития всех мышечных групп. Необходимо развивать двигательные способности, чтобы они могли овладеть жизненно важными двигательными навыками. Большое внимание уделять привитию навыков гигиены занятий физическими упражнениями, т.к. от этого во многом зависит здоровье детей.

Образовательные задачи физического воспитания направлены на процесс обучения: формирование двигательных навыков и освоение специальных знаний. Большинство движений (ползание, ходьба, бег, ходьба на лыжах, катание на велосипеде и др.) используются детьми в обычной жизни, что облегчает связь с окружающей средой и способствует ее познанию. Использование прочно сформированных навыков позволяет осмысливать задачи, возникающие в непредвиденных ситуациях в процессе двигательной, особенно игровой, деятельности. Двигательные навыки, сформированные у детей до семи лет, составляют фундамент для дальнейшего совершенствования их в школе, облегчают овладение более сложными движениями и позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спортивной деятельности.

В процессе образования детей в области физической культуры имеются большие возможности для осуществления нравственного, умственного, эстетического, трудового воспитания. Нужно стремиться, чтобы дети умели творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в своей двигательной деятельности, проявляя активность, самостоятельность, сообразительность, смекалку, находчивость.

Детям дошкольного возраста необходимо сообщать доступные знания, связанные с занятиями физическими упражнениями. Дети должны знать о значении физических упражнений для укрепления здоровья. Детям следует знать название частей тела, направление движений (вверх, вниз, вперед, назад, вправо, влево и др.), название и назначение физкультурного инвентаря, правила хранения и ухода за ним, правила ухода за одеждой и обувью и т.д.

Следовательно, процесс образования дошкольников в области физической культуры должен строиться так, чтобы одновременно решались задачи оздоровления, обучения и воспитания. Благодаря этому:

создаются благоприятные условия для формирования положительных черт характера (организованности, скромности, отзывчивости и т.п.);

закладываются нравственные основы личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи, ответственности за порученное дело, умение заниматься в коллективе);

осуществляется воспитание волевых качеств (смелость, решительность, уверенность в своих силах, выдержка, настойчивость в преодолении трудностей, самообладание);

прививается культура чувств, эстетическое отношение к физическим упражнениям.

Все вышеперечисленные задачи физического воспитания решаются в единстве. Они способствуют всестороннему воспитанию ребенка, направленному на физическое, интеллектуальное, духовное, эмоциональное развитие; психофизическую готовность к труду и учебе в школе.

Таким образом, формирование физической культуры позволяет довести до сознания ребенка необходимость заботливого отношения к собственному здоровью.

Формирование у дошкольников знаний в области физической культуры

Теоретическая подготовка дошкольника в процессе физического воспитания

Формирование физической культуры личности в современный период связывают с совершенствованием организации физического воспитания, пересмотром содержания работы. Целью образования в области физической культуры в дошкольных учреждениях является поэтапное достижение свойственного каждому возрастному периоду физического совершенствования детей, их оздоровление.

В настоящее время в дошкольных учреждениях в подавляющем большинстве случаев можно встретиться с занятиями по физической культуре, связанными доминантно только с реализацией двигательной активности детей. Однако вся система физического воспитания должна быть направлена на то, чтобы наряду с решением оздоровительных задач решать и чрезвычайно важные задачи формирования знаний дошкольников в области физической культуры.

Интеллектуальный компонент физической культуры определяется содержанием физкультурных знаний дошкольника. И если они усвоены, у детей формируется правильное отношение к своему здоровью, развиваются умения и навыки, которые позволяют успешно взаимодействовать с окружающей средой. Иными словами, дети начинают понимать, при каких условиях среда обитания безопасна для жизни и здоровья, осознавать вклад каждой системы организма в выживание и здоровье. Так, у детей старшего дошкольного возраста имеется определенная готовность к осознанности поставленных перед ними задач, умение оценивать ситуацию, управлять своими движениями, поэтому появляется возможность с помощью словесных указаний и объяснений сформировать у дошкольников достаточно прочные

знания и умения в их двигательной деятельности. Они уже могут успешно усвоить необходимые знания о физической культуре, понимать значение физических упражнений, знать гигиенические правила занятий и уметь их применять. Усвоение данных теоретических сведений помогает сознательному отношению детей к физкультурным занятиям и самостоятельному использованию физических упражнений. Источниками знаний на занятиях физическими упражнениями являются как информация педагога, так и двигательная деятельность занимающихся.

Программу целенаправленного формирования у дошкольников знаний в области физической культуры одной из первых предложила З.И. Нестерова. В дальнейшем многие исследователи указывали, что формирование интереса к физической культуре вообще и к определенному виду спорта в частности начинается еще в дошкольном возрасте, и содействуют этому окружающие взрослые, в т.ч. воспитатели дошкольного учреждения.

Формирование физкультурных знаний первоначально следует на уровне представлений: фиксировать конкретные образцы поведения, положительные и отрицательные действия по отношению к собственному здоровью.

Какими средствами? Например, на основе личных наблюдений, анализа собственного поведения, словесной информации взрослого или сказочного героя (Доктор Айболит, Мойдодыр, Неболейка, Девочка чумазя, Малыш-крепыш и др.). Конкретные образцы вводят детей в мир доверия, создают чувство уверенности и эмоционального комфорта, помогают прислушаться к себе, лучше понять себя. Тем самым у детей обогащаются и расширяются представления, формируются понятия.

Специальные знания, а также связанные с ними идеи и понятия способствуют образованию в сознании дошкольника ориентировочной основы действий, образца поведения. На этом уровне развивается его способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю. Ребенок учится словами выражать события внутренней жизни, осознавать свои чувства, мысли, поступки, соотносить собственный индивидуальный опыт с нормативным. Постепенно правила здорового образа жизни входят в его сознание как естественные, приятные и обязательные.

В основе физкультурных знаний ребенка должны лежать личностно значимые ценности, овладение которыми помогает лучше понять себя, а знания о своей телесности выполняют функцию ориентиров поведения, учат адекватно реагировать на изменения окружающей среды:

знания о своем физическом состоянии, средствах воздействия на него, представления о показателях здоровья (хорошая осанка, настроение, аппетит, сон, ничего не болит), о признаках заболеваний (высокая температура, озноб, боль в горле, головная боль, насморк, потеря аппетита, покраснение глаз);

знание простейших правил сохранения и укрепления здоровья, правил самодисциплины. Речь идет о том, как нужно заботиться о здоровье: соблюдать режим дня (вовремя ложиться спать, есть в одно и то же время, занятия чередовать с отдыхом), закаляться (гулять в любую погоду, устанавливая простейшие связи состояния погоды и соответствующей одежды, принимать душ, спать с открытой форточкой), есть продукты, полезные для здоровья (мясо, яйца, рыба, молочные продукты помогают расти; хлеб, овощи и фрукты дают энергию, жиры согревают тело), защищаться от микробов (не пить и не есть на улице, мыть руки с мылом, есть только мытые овощи, есть и пить только из чистой посуды, когда чихаешь - закрывать нос и рот платком), выполнять гигиенические процедуры (полоскать рот после еды, чистить зубы, мыть лицо, шею, уши, руки, ноги, следить за чистотой и длиной ногтей), соблюдать гигиену одежды и обуви (проветривать, чистить, аккуратно хранить);

знания о предметах и действиях, связанных с выполнением гигиенических процедур (носовой платок, расческа, полотенце, зубная щетка); знакомство с правилами хранения предметов личного обихода, некоторыми приемами оказания первой помощи при ушибах и порезах (обработка мелких царапин, накладывание повязок);

знания о физических упражнениях, об их назначении, о способах применения в жизни людей (знакомство с основными исходными положениями физических упражнений, связанных с работой крупных групп мышц; усвоение элементов техники основных видов движений, правил безопасности при их выполнении; получение знаний о содержании и правилах подвижных и спортивных игр, о простейших правилах самостоятельных занятий физической культурой);

знания о своих физических возможностях (уровень физической подготовленности, реакция организма на физическую нагрузку);

знания и представления о своем организме (строение скелета, значение мышц, строение и деятельность головного мозга, сердца, органов дыхания).

В работе со старшими дошкольниками педагог может использовать знания, формирующие представления об Олимпийских играх, их ритуалах, символике, знаменитых олимпийцах и др.

Одна из форм физического воспитания педагогической работы в детском саду - теоретическая подготовка, которая предшествует практическим занятиям. Ее целью является расширение понятийного аппарата дошкольника в области физического воспитания и спорта. Перед теоретической подготовкой стоят следующие задачи: во-первых, сформировать начальные знания, стимулировать познавательные интересы и развивать способности детей; во-вторых, прививать навыки

самообслуживания и ухода за инвентарем для занятий физической культурой; в-третьих, обучить правилам поведения и страховки с целью соблюдения безопасности на занятиях по физическому воспитанию.

Теоретическая подготовка. Поскольку весь программный материал в дошкольном учреждении состоит из трех разделов - гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры, - то и теоретическая подготовка разделена по этому же принципу. Например,

) гимнастика: 3-4 года. Ознакомление с названием гимнастических снарядов: кольца, перекладина, шведская стенка, канат, шест, гимнастическая скамейка, бум, бревно - и гимнастических предметов: скакалка, обруч, палка. От 4 до 5 лет. Ознакомление с правилами размыкания - поднять руки вперед, в стороны. 5-6 лет. Ознакомление со строевыми упражнениями: построение в колонну, шеренгу, круг. 6-7 лет. Ознакомление с правилами поведения на гимнастических снарядах для обеспечения безопасности и правилами страховки. Ознакомление с гимнастической терминологией: сед углом, ноги врозь; сед, согнув ноги в коленях; упор присев; упор на коленях; упор на коленях и предплечьях, упор лежа на предплечьях; наклон прогнувшись; наклон с захватом.

) легкая атлетика: 3-4 года. Ознакомление с названиями снарядов, используемых на занятиях: стойка для прыжков, яма для прыжков, беговая дорожка, мячи для метания, мешочки с песком, маты. От 4 до 5 лет. Ознакомление с техникой высокого старта. Выявления различий между бегом и прыжками. 5-6 лет. Ознакомление с техникой низкого старта. 6-7 лет. Ознакомление с техникой прыжков в длину и в высоту. Ознакомление с правилами передачи эстафеты.

) спортивные и подвижные игры: 3-4 года. Ознакомление с инвентарем для спортивных и подвижных игр: баскетбольным мячом, воланчиком, бадминтонной ракеткой. Ознакомление с правилами подвижных игр, заучивание речитативов для игр. От 4 до 5 лет. Ознакомление с оборудованием и инвентарем для игры в баскетбол: баскетбольным щитом, корзиной, сеткой; в бадминтон: сеткой для игры. Ознакомление с правилами подвижных игр, распределение ролей и диалогов. 5-6 лет. Ознакомление с площадкой для игры в баскетбол, бадминтон. Ознакомление с правилами подвижных игр, распределение ролей и диалогов, подготовка инвентаря. 6-7 лет. Ознакомление с основными правилами игры в баскетбол: вести мяч одной рукой, не бегать с мячом, не касаться руками противников, подсчет очков; в бадминтон: правила подачи, правила приема, подсчет очков; настольный теннис: правила подачи, приема и отбивания мяча, подсчет очков. Ознакомление с правилами подвижных игр, распределение ролей и диалогов, подготовка инвентаря и мест для проведения игры, выбор ведущих с использованием различных считалок.

Теоретическая подготовка проводится во время подвижных игр вне занятий, физкультурных досугов, спортивных праздников, самостоятельной двигательной деятельности детей, а также во время прогулок и экскурсий. Так, например, дети ознакомились по карточкам с названиями гимнастических снарядов во время прогулки, а затем некоторое время спустя проходя на экскурсии мимо школьного стадиона, воспитатель задает им вопросы о том, как называется тот или иной снаряд. Перед тем как ввести на занятии новую игру с речитативом, можно выучить его во время прогулки на улице, и на физкультурном занятии дети уже будут его применять во время игры.

Знания, приобретенные во время теоретических занятий, можно закрепить во время физкультурных досугов и праздников. Так, во всех возрастных группах можно провести праздники под названием «Любишь кататься, люби и саночки возить» - о правилах и приемах уборки спортивного инвентаря, «Упрямый Фома» - о правилах страховки и мерах безопасности на занятиях, «Мой веселый звонкий мяч» - о правилах игры в баскетбол и т.д.

Заключение

Итак, физическое воспитание дошкольника в полной мере зависит от педагога, который через собственную мотивацию, содержание учебного материала, методы и приемы обучения создает условия для занятий физическими упражнениями и формирует потребность в них.

Физическое воспитание не только играет важнейшую роль в формировании физической культуры ребенка, но и передает ему как общечеловеческие (универсальные), так и национально-культурные ценности. Основы физической культуры усваиваются ребенком и успешно развиваются и совершенствуются под воздействием воспитания. Физическое воспитание способствует гармоничному развитию личности ребенка. Забота о физической культуре ребенка должна быть направлена на полное раскрытие индивидуальных физических и духовных сил, гармоничного развития и познания радости творчества

Дети дошкольного возраста уже вполне могут усвоить необходимые знания о физической культуре, понимать значение физических упражнений, знать гигиенические правила занятий и уметь их применять. Усвоение данных теоретических сведений помогает сознательному отношению детей к физкультурным занятиям и самостоятельному использованию физических упражнений. Источниками знаний на занятиях физическими упражнениями являются как информация педагога, так и двигательная деятельность занимающихся.

Таким образом, можно констатировать: в процессе физического воспитания ребенок дошкольного возраста приобретает знания о физических

упражнениях, об их воздействии на организм и рациональном использовании, о том, что только правильное выполнение движений оказывает положительное влияние на здоровье, о закаливании как средстве профилактики заболеваний, учится использовать в целях оздоровления природные факторы.

В таком диалектическом понимании взаимообусловленности процессов физического воспитания и развития под влиянием роли взрослого заключается важная исходная педагогическая позиция дошкольного физического воспитания.

Список используемой литературы

Зайцев А.А. Физическое воспитание дошкольников: Учеб. пособие / А.А. Зайцев и др. - Калининград: Калинингр. ун-т, 1997. - С. 12-15.

Каданцева Г.А. Методика активизации познавательной деятельности дошкольников средствами физического воспитания: дис. ... канд. пед. наук / Г.А. Каданцева. - М., 1994. - 181 с.

Каминский О.А. Физическое воспитание и развитие дошкольников: Учебное пособие / О.А. Каминский, Т.В. Волосникова, С.О. Филиппова. - М.: ИЦ «Академия», 2008.- 224 с.

Кожухова Н.Н. Методика физического воспитания и развития ребенка учеб. пособие / Н.Н. Кожухова и др.; под ред. С.А. Козловой. - М., 2008. - 352 с.

Нестерова З. Воспитание интереса к физической культуре и спорту у детей 6-7 лет / З. Нестерова // Дошкольное воспитание. - 1986. - № 2. - С. 34-37.

Перекопская М.А. Педагогические условия формирования интереса у дошкольников к занятиям спортом: дис. канд. пед. наук / М.А. Перекопская. - Челябинск, 2002. - 180 с.

Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие / Э.Я. Степаненкова. - М.: ИЦ «Академия», 2006. - 368 с.

Шебеко В. Формирование личности дошкольника средствами физической культуры / В. Шебеко // Дошкольное воспитание. - 2009. - № 3. - С. 21-27.