



Роль физкультурных занятий в развитии и воспитании ребенка-дошкольника.

Дошкольный возраст - наиболее важный период для формирования двигательной активности. Дети стремятся удовлетворить свою биологическую потребность в движениях, а в старшем дошкольном возрасте обладают богатым творческим воображением. При правильном руководстве это помогает им овладеть сложным программным материалом по развитию движений. К моменту поступления в школу у детей должны быть сформированы основные двигательные навыки ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания, в некоторых видах спортивных упражнений и игр. Недостаточное развитие какого-либо двигательного качества у ребенка снижает его способность к усвоению новых двигательных действий, а также его двигательную активность. В связи с этим необходимо предусмотреть в планировании программного материала для занятий по физической культуре взаимосвязь процесса обучения с основными видами движений и развития двигательных качеств и способностей детей. Отличительными особенностями дошкольников являются познавательная активность, интерес ко всему новому, яркому, высокая эмоциональность. Поэтому во время занятий должна быть четкая организация детей, дисциплина, основанная на точном соблюдении заданий, команд, указаний воспитателя. В то же время детям должны предоставляться определенная свобода и самостоятельность действий, стимулирующих их творчество и инициативу. При проведении физкультурных занятий основное внимание уделяется формированию двигательных умений и навыков, расширению двигательного опыта детей, развитию физических качеств и способностей, укреплению здоровья, повышению функциональных возможностей дошкольников (Т.И. Осокина, А.В. Кенеман и др.).

Задачи физкультурного занятия

На каждом занятии решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: оздоровительных, воспитательных и образовательных. Они направлены на формирование у ребенка рациональных, экономных, осознанных движений, накопление им двигательного опыта и переноса его в повседневную жизнь.

Оздоровительные задачи направлены на формирование здорового образа жизни и воспитание осознанного отношения к проявлению своей двигательной активности. Они способствуют гармоничному психосоматическому развитию, совершенствованию защитных функций организма посредством закаливания, повышению устойчивости к различным заболеваниям, неблагоприятным воздействиям окружающей среды, возрастанию работоспособности ребенка. Оздоровительные задачи конкретизируются с учетом индивидуальных особенностей развития организма ребенка и направлены на: - формирование правильной осанки; - своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата - формирование изгибов позвоночника - развитие сводов стопы; - укрепление связочно-суставного аппарата; - развитие гармоничного телосложения; - регулирование роста и массы костей; - развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов - сердца, кровеносных сосудов, дыхательных мышц и др.; особое внимание уделяется развитию мышц-разгибателей. При разработке содержания воспитательных задач важно обратить внимание на развитие самостоятельности, активности и общения, а также на формирование эмоциональной, моральной и волевой сферы детей в процессе двигательной деятельности.

Воспитательные задачи: - потребность в ежедневных физических упражнениях; - умение рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности; - приобретение грации, пластичности, выразительности движений; - самостоятельность, творчество, инициативность - самоорганизация, взаимопомощь. Кроме того, у ребенка воспитываются гигиенические навыки, привычка к самообслуживанию, помощи воспитателю в проведении и организации разнообразных форм спортивных игр. Благодаря физическому воспитанию: - создаются благоприятные условия для формирования положительных черт характера (организованности, скромности, отзывчивости и др.); - 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.

Образовательные задачи

предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, глазомера, ловкости); развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений). В процессе физического воспитания ребенок: - приобретает определенную систему знаний о физических упражнениях, их структуре, оздоровительном воздействии на организм; - осознает свои двигательные действия; - усваивает физкультурную и пространственную терминологию (исходные положения, колонна, шеренга и др.; вперед-назад, вверх-вниз и др.), получает необходимые знания о выполнении движений, спортивных упражнениях и играх; - узнает названия предметов, снарядов, пособий, способы и правила пользования ими - ребенок познает свое тело, у него формируется телесная рефлексия. Занимаясь физическими упражнениями, ребенок обогащает знания об окружающей природе. У него совершенствуется словарный запас, развивается память, мышление, воображение. Физическое образование способствует приобщению ребенка к большому спорту.

