

ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА К ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Процесс формирования физической культуры личности ребенка дошкольного возраста, является неотъемлемой частью педагогической деятельности. Физическая культура в её классическом понимании – важнейшая, но всего лишь часть комплексной программы обучения, воспитания, развития и оздоровления человека. Проблема физического здоровья нации на сегодняшний день становится все более актуальной. Проблема заключается в том, что для того, чтобы активно пользоваться предоставляемыми возможностями осуществлять активный образ жизни и повышать уровень физического здоровья, необходимо иметь и уметь реализовать потребность в двигательной активности [3; 4]. Иметь сформированную мотивацию к занятиям физической культурой и спортом, иметь необходимые знания и навыки в сфере физической культуры. Вместе с тем, известно, что основным видом двигательной деятельности дошкольника является игра [6]. В процессе игры возникают и развиваются определённые ситуации, стимулирующие его творческие способности, и помогающие ему в приобщение к «миру движений». Эти ситуации могут быть как стихийными, появляющимися в повседневной жизни, в зависимости от желания детей, так и педагогическими, которые формируются и развиваются под контролем педагога, во время регулярных занятий физическими упражнениями.

Под определением «педагогическая ситуация» понимается совокупность внешних и внутренних факторов, влияющих на выбор средств и методов для успешной реализации целей и задач педагогического процесса [1]. Все педагогические ситуации, возникающие на занятиях физическими упражнениями можно разделить на двигательные ситуации и ситуации познавательного характера. Двигательная ситуация, направлена как на достижение основных целей физического воспитания, так и на реализацию его общих и частных задач. Ситуация познавательного характера не требует приложения значительных мышечных усилий, но предполагает освоение, и практическое применение определенной суммы прикладных знаний. В свою очередь, двигательные ситуации и ситуации познавательного характера могут быть стандартными и нестандартными. Стандартные ситуации связаны с выполнением ребенком упражнений в хорошо знакомых движениях, в которых у него уже сформировались устойчивые навыки, стереотипы и привычки. Нестандартные ситуации предполагают либо использование упражнений, в которых у ребенка сформированы только двигательные умения, либо упражнений в незнакомых движениях, либо упражнений известных ребенку, но выполняемых в изменяющейся обстановке.

В зависимости от способов решения двигательной задачи, стандартные и нестандартные двигательные ситуации бывают простыми, усложненными, сложными и повышенной сложности. Причём сложность ситуации определяется величиной мышечных усилий, необходимых для выхода из неё, внесением изменений в последовательность выполнения движений, концентрацией внимания при выполнении физических упражнений.

Простые двигательные ситуации, не предполагают приложения значительных мышечных усилий для их разрешения. Они не требуют изменения последовательности выполнения движений и концентрации внимания при выполнении отдельных движений и двигательных действий. Усложненные двигательные ситуации предусматривают расширение диапазона движений, которое, обуславливая некоторые изменения последовательности выполнения движений и увеличивая нагрузку на организм, способствует развитию и совершенствованию закрепленных умений и навыков на более качественном уровне. Сложные двигательные ситуации предполагают существенное изменение деталей и

последовательности выполняемых ребенком движений. Выход из неё связан с приложением существенных мышечных усилий и большой концентрацией внимания, что помимо совершенствования физических, позволяет заниматься формированием и развитием целого комплекса морально – волевых качеств. Двигательные ситуации повышенной сложности, позволяют включать в занятия упражнения в незнакомых ребенку движениях, выполняя которые, он прикладывает максимальные усилия и предельно концентрирует внимание на деталях.

Так же одним из путей повышения заинтересованности детей дошкольного возраста в занятиях физической культурой может служить интеграция различных видов учебной деятельности в структуре учебных программ детских садов. Примером может служить объединение физкультурных занятий с освоением алфавита в старших группах детского сада. Результаты исследований позволили: увеличить в два раза время освоения алфавита и выполнение физических упражнений; интегрировать познавательную и двигательную активность, которая привела к повышению эффективности решения образовательных и оздоровительных задач [2]. Разумное сочетание на физкультурном занятии разнообразных двигательных ситуаций и ситуаций познавательного характера, обуславливает существенное расширение диапазона использования в работе с дошкольниками игрового и соревновательно-игрового метода. Это способствует, наряду с улучшением показателей физического и психического здоровья, формированию у детей стойкого интереса к физическим упражнениям, и в конечном итоге развитию потребности в движении [5].

Кроме того, для повышения заинтересованности детей дошкольного возраста в занятиях будет эффективным приемом вести работу с тремя категориями лиц, участвующих в формировании здорового образа жизни ребенка и повышении у него интереса к спорту. Это сам ребенок, учитель физической культуры и родитель. Ни одна программа работы с детьми не будет эффективной, если не задействовать в ней взрослых людей окружающих ребенка [6]. Зачастую дети не занимаются спортом не потому, что не хотят, а потому, что их режим дня, и двигательную активность в нем, организуют взрослые люди. Очень часто родители считают спорт и физическую культуру не самым важным занятием для детей, а учителя физической культуры относятся к физкультуре только как к процессу обучения. Современные дети, в настоящих социально-экономических условиях, безусловно, отличаются от предыдущих поколений детей. Сегодня мы не можем руководствоваться старыми данными, необходимо понять, почему ребята занимаются или не занимаются спортом сегодня, только так мы сможем привлечь их к спортивной деятельности.

Перед работой были поставлены задачи:

1. Изучить интерес к занятиям физической культурой у детей старшего дошкольного возраста.
2. Исследовать отношение родителей к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни в целом.

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы: анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, беседа и анкетирование, контрольные испытания, экспертное оценивание, математико-статистические методы.

Исследование проводилось в детском саду МБОУ «Излучинская ОНШ» и детский сад МБДОУ «Сказка». В исследовании были задействованы дети, занимающиеся в подготовительных группах.

С целью изучения интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой нами был проведен опрос, направленный на выявление интереса у детей 5 лет к физическим упражнениям, проведено исследование физической подготовленности детей.

Детям был задан ряд вопросов, по результатам которых можно сделать вывод о том, что большинству детей нравится заниматься физкультурой - 10 человек (83%).

Среди физкультурного оборудования предпочитают мяч - 5 человек (42 %), скакалки - 2 человека (17 %), обруч - 2 человека (17 %), кегли – 3 человека (25 %).

Однако в семье не занимаются физкультурой - 9 человек (75%), прибегают к физическим упражнениям от случая к случаю - 3 человека (25 %).

Большинство детей умеют кататься на велосипеде, а именно – 10 детей (83%), умеют плавать - 5 человек (42 %).

Наблюдение за детьми в повседневной жизни показало, что большинство детей - 10 человек (83 %) проявляют инициативу в посещении утренней гимнастики, физкультурных занятий, однако регулярно посещают лишь 8 детей (67 %); пассивны в выборе упражнений - 3 человека (25 %); у большинства детей интерес к физкультурному оборудованию проявляется через его оформление - 10 человек (83 %); в основном дети проявляют интерес к мелкому инвентарю (мячи, кегли, обручи).

В целях исследования отношения родителей к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой в целом нами было проведено анкетирование родителей. Классификация вопросов в анкете производилась нами по основным критериям: первые 5 вопросов об уровне гигиены собственного здоровья и здоровом образе жизни, следующие 2 - о состоянии здоровья, следующие 6 - о влиянии вредных факторов на здоровье респондентов – родителей учащихся, завершающие 4 вопроса касаются условий и уровня жизни респондентов-родителей учащихся.

Было выявлено, что тенденция к здоровому образу жизни среди родителей учащихся начинает усиливаться. (28% -делают зарядку, 63,5%-иногда делают зарядку, спортом занимаются 19%, иногда- 46%).

На наш взгляд, это связано с тем, что во всех СМИ и ТВ регулярно идет пропаганда здорового образа жизни (в начале 90-х годов активно рекламировалось употребление спиртного и табакокурение в виде новых марок водки и сигарет, а в эпоху застоя на неискушенный народ это очень действовало), открываются в больших количествах различные фитнес - клубы и спортзалы, спорткомплексы. Мода на здоровье опять начинает возвращаться. Будем надеяться, что данная тенденция сохранится надолго и наша нация превратится в здоровую.

Таким образом, педагоги, родители обязаны побуждать детей к самостоятельному использованию представлений о двигательных навыках и умениях. Благодаря занятиям физической культурой дети будут вооружены специфическим «инструментарием» (знаниями, методическими умениями, способами физкультурно-спортивной деятельности), обеспечивающим эффективное использование средств физической культуры с целью оптимизации состояния своего организма на протяжении всей его индивидуальной жизни.

Литература:

1. Гарцуев А.В. Педагогические ситуации как способ формирования физического и психического здоровья дошкольников // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения: Труды 3-й Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. - СПб.: Изд-во политехн. ун-та, 2008. - 374 с.
2. Лукина Г.Г. К вопросу о стратегии оздоровления дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями // Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции «Физическая активность подрастающего поколения и взрослого населения России: вовлечение в физкультурно-спортивную деятельность». – СПб: ФГУ СПбНИИФК, 2010. С.51-54.
3. Массанова А.А. Развитие физических качеств ребёнка-дошкольника // [Инновационные проекты и программы в образовании](#). - 2011. - № 2. - С. 72-74.
4. Пашенко Л.Г. К вопросу об ускорении адаптации ребенка к детскому саду с использованием средств физического воспитания/Л.Г. Пашенко, С.А. Самусева//Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: мат-лы Всерос. науч.-практ. конф. -Нижевартовск: Изд-во Нижневарт. гос. гуманит. ун-та, 2012. -С. 301-304.
5. Пашенко Л.Г. Организация физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях: учеб. Пособие. – Нижневартовск: НВГУ, 2015. – 130 с.
6. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., испр. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 368 с.