

АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ

Программа физического воспитания детей дошкольного возраста

Программа направлена на физическое развитие и оздоровление дошкольников.

Автор программы — опытный педагог по физическому воспитанию детей, доктор педагогических наук Л. Д. Глазырина.

Программа предназначена для работы с детьми от 2 года до 6 лет.

Цель программы — оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направление физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка во все периоды дошкольного детства.

Задачи программы, имеют следующие направления:

- оздоровительное — обеспечение качественной работы дошкольных учреждений по укреплению здоровья детей;
- воспитательное — обеспечение социального формирования личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей;
- образовательное — обеспечение усвоения систематизированных знаний, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей.

Три основополагающих принципа, по мнению автора, регламентируют деятельность педагога ДООУ в физическом воспитании детей:

- *принцип фасцинации* (от англ. fascination) — специально организованное вербальное воздействие — умение очаровать ребенка своим внешним видом, им самим, друг другом, проявлять интерес к окружающим предметам, действиям с ними, физическим упражнениям и движениям).
- *принцип синкретичности* (от греч. synkretismos — соединение, объединение) направлен на установление в двигательной сфере синкретических связей, с помощью которых ребенок постигает для себя значение и физических упражнений, природу их внедрения);
- *принцип творческой направленности* — самостоятельное создание ребенком новых движений на основе его двигательного опыта.

Автор акцентирует внимание на том, что физическое совершенствование детей возможно лишь при правильном подборе физических упражнений, соответствии методики занятий возрасту ребенка и квалифицированной работе персонала.

Отличительной особенностью программы является своеобразие ее структуры. Содержание материала разбивается не по возрастным группам, а в соответствии со средствами физического воспитания — массаж, закаливание, физические упражнения.

Для каждой возрастной группы (с первой по старшую) в программе представлены подробные методические рекомендации.

Использование средств физической культуры в *оздоровительных целях* помогает формировать у детей важные двигательные умения и навыки, знания в области гигиены, медицины и физической культуры.

Для реализации оздоровительного направления предусматривается специальная система мер, методов и приемов: широкое использование естественных факторов природы; хороший гигиенический уход; четко организованный режим дня; массаж в игровых формах («погладим наши ручки», «разомнем наши пальчики»); купание в бассейне и пребывание детей в сауне; физические упражнения для формирования осанки, развития органов дыхания, отдельных двигательных качеств (гибкости, ловкости, выносливости, силы, координации), психики (внимания, сообразительности, ориентации в пространстве и во времени).

Использование средств физической культуры в *воспитательных целях* обеспечивает социальное формирование личности и способствует воспитанию человека с творческими способностями, развивает нравственные, умственные, трудовые и эстетические потребности личности. Для реализации воспитательного направления в процессе занятий педагогу рекомендуется подбирать физические упражнения, способствующие проявлению у детей терпения, выносливости, разумной смелости, решительности, уверенности, а также создавать условия для проявления положительных эмоций, развития инициативности и самостоятельности. Использование средств физической культуры в *образовательных целях* позволяет ребенку познавать окружающий мир и способствует формированию двигательных умений и потребности в физическом совершенствовании.

Содержание занятий образовательного направления приближено к природным явлениям, которые окружают ребенка. Например, для детей среднего возраста предлагаются занятия «Здравствуй, февраль!», «Нас ждет апрель в лесу», «Встреча с осенью» и т.д. Для совершенствования двигательных навыков предлагается использовать игровые задания «Сбей колпак», «Попади в обруч» (совершенствование навыков метания), различные конкурсы — «Образцовая походка», «Красота в ходьбе». Чтобы дети легче усваивали строевые упражнения, рекомендуется использовать разноцветные линии. Например, для построения в шеренгу — чертить зеленую линию, в колонку — белую, в круг — красную. Повышению интереса к занятиям физическими упражнениями способствуют сюрпризные моменты — день рождения, появление в ходе занятий любимых игрушек, сказочных героев, и моменты экспромта, вызванные непредвиденными ситуациями и желанием ребенка выразить свои эмоции. Помимо традиционного физкультурного инвентаря (велосипеды, лыжи, роликовые коньки, санки и т.д.) рекомендуется нетрадиционный — различные предметы (стулья, веревочки, детские зонтики, бумажные листочки и т.д.), природный

материал (прутики, веточки, листья, цветы и т.д.), овощи и фрукты (картофель, морковь и т.д.), природные явления (дождь, роса, лед и т.д.). Занятия проводятся не только на спортивной площадке детского сада и в спортивном зале, но и в лесопарке, парке, в бассейне, в музыкальном зале.

В программе большое внимание уделяется общению педагога с детьми во время занятия. Воспитатель использует не команды, а обращения к детям: «Ребята, подойдите ко мне», «Повернитесь направо». В работе с детьми раннего возраста педагогу необходимо обращать внимание на свои манеры, движения, голос, дыхание, которые должны способствовать созданию у детей состояния раскрепощенности. А также использовать целевые установки, которые помогают ребенку преодолевать препятствия: «Чудесный малыш, ты будешь здоровым, веселым. Я вижу твое будущее радостным и счастливым. Вся твоя головка наполнилась приятным легким-легким светом, глаза твои светятся, как будто солнышко играет в них. Твои ножки окрепли». Педагогу важно воспитывать у детей доброжелательные чувства к животным: «Посмотрим, какой у лисоньки красивый пушистый хвост», и пробуждать у детей чувство прекрасного во время занятий на природе: «Пойдем по красивому коврику. Осень его расшила листьями клена, дуба, каштана». Педагог приучает дошкольников к вежливости, тактичности, внимательному отношению к товарищам: «Вы бежите легко, энергично, думаете о добром деле: сказать приятное друг другу после бега, спросить друг у друга о самочувствии: "Как легко ты бежала?", "Ты устал, я вижу", "Это пройдет"». Чтобы формировать у дошкольников осознанное отношение к основным движениям, педагог использует объяснение: «Чтобы мышцы на ногах были красивыми и упругими, нужно выполнять прыжковые упражнения. Чтобы легко и свободно ходить, бегать и прыгать, нужно научиться это делать правильно».

Для каждой возрастной группы определены анатомо-физиологические особенности детей.

В программе представлено годовое планирование физических упражнений для каждой возрастной группы и даны методические рекомендации для их выполнения, а также приведены критерии эффективности образовательной, воспитательной и оздоровительной работы с детьми.