

Всероссийская общественная организация
содействия развитию профессиональной сферы
дошкольного образования «Воспитатели России»



ВОСПИТАТЕЛИ РОССИИ:

**Физическое развитие детей
дошкольного возраста**

сборник материалов

часть 2



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ



Серия «Воспитатели России»

2024

УДК 373.2; 796.01

ББК 74.14; 75.1

СЕРИЯ «ВОСПИТАТЕЛИ РОССИИ»

Одобрено Экспертным советом Всероссийской общественной организации содействия развитию профессиональной сферы дошкольного образования «Воспитатели России».

Серия сборников материалов ВОО «Воспитатели России» подготовлена при поддержке Фонда президентских грантов в рамках проекта «Просветительский марафон «В авангарде детства»: передача традиционных российских духовно-нравственных ценностей от поколения к поколению».

Руководитель проекта – Лариса Николаевна Тутова, депутат Государственной Думы ФС РФ – член комитета по просвещению, руководитель ВОО «Воспитатели России».

Главный редактор серии сборников материалов ВОО «Воспитатели России» – Дмитрий Александрович Доник.

Воспитатели России: физическое развитие детей дошкольного возраста : сборник материалов / под общей редакцией А. П. Щербака. В 2-х частях. Ч. 2. Электрон. текстовые дан. (13,3Mb). Москва : ВОО «Воспитатели России», 2024.

ISBN 978-5-907639-31-7

В настоящем сборнике представлены практики педагогов дошкольного образования Российской Федерации, представленные на Всероссийской конференции «Физическое развитие детей дошкольного возраста», организованной ВОО «Воспитатели России» 12 сентября 2024 года в городе Уфе при поддержке Фонда президентских грантов, производителя товаров для творчества «Луч». Знакомство с инновационными практиками позволит наиболее эффективно реализовывать стратегические задачи, определенные в Федеральной образовательной программе дошкольного образования.

Пособие адресовано педагогам и родителям (законным представителям) детей дошкольного возраста.

УДК 373.2; 796.01

ББК 74.14; 75.1

© Щербак А.П. 2024
© ВОО «Воспитатели России», 2024

Уважаемые коллеги!

С радостью обращаюсь к вам от имени Всероссийской общественной организации содействия развитию профессиональной сферы дошкольного образования "Воспитатели России". Наша организация придает особое значение поддержке педагогов дошкольного образования, и сегодня мы рады представить вам результаты нашего проекта «Просветительский марафон «В авангарде детства: передача традиционных российских духовно-нравственных ценностей от поколения к поколению».

Этот проект связан с апробацией и развитием инновационных образовательных подходов и практик реализации государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских

духовнонравственных ценностей на уровне дошкольного образования. Данная политика предполагает обновление дошкольного образования на основе сочетания отечественных традиций и опыта, достижений научных школ, культурно-исторического, антропологического и системно-деятельностного подхода к социальной ситуации развития ребенка.

В связи с желанием сохранить и распространить ценный опыт регионов нашей страны, мы приняли решение разработать серию сборников материалов, которые с гордостью представляем вашему вниманию. Уверены, что эти пособия станут незаменимым помощником для педагогов и родителей в работе с детьми дошкольного возраста.

От себя лично выражаю искреннюю благодарность нашему обширному профессиональному сообществу педагогов за активное участие и ценную поддержку проектов ВОО "Воспитатели России". Ваше вовлечение и преданность делу дошкольного образования являются неоценимыми. Вклад каждого из вас в развитие и совершенствование этой важной сферы имеет огромное значение. Мы искренне надеемся на дальнейшее плодотворное сотрудничество, продолжая совместно создавать новые возможности для развития детей дошкольного возраста. Ваше участие и поддержка в наших проектах вдохновляют нас и подтверждают нашу общую цель – обеспечить яркое и успешное будущее для наших маленьких подопечных.



С уважением,
Лариса Николаевна Тутова,
депутат Государственной Думы ФС РФ,
руководитель ВОО «Воспитатели России»

Оглавление

Введение.....	5
Инновационная практика педагогики здоровья в детском саду. Гаврилова Н.В., Евтеева М.М., Глазова М.В., Алясева Е.Ю.	6
Физическое воспитание и развитие дошкольников: традиции и инновации в Республике Башкортостан. Галина А.Т.	13
Подвижные шахматы для дошколят. Зайцева А.С., Жукова Т.А., Савватеева Д.А.	23
Организация проектной деятельности по направлению «Физическое развитие» детей старшего дошкольного возраста. Карякина Е.В.	33
Психологические аспекты сопровождения обучения плаванию детей дошкольного возраста. Кракосевич Я.С.	39
Дворовые игры как средство формирования личности ребенка. Лапташкина О.А., Иванова А.А.	45
Поддержка детской инициативы детей на занятиях по физической культуре. Мелешко А.В.	50
Возможности сложноорганизованной двигательной среды для формирования физической культуры детей.	55
Норкина А.Н., Тимошкина В.М., Пересыпкина О.К.	55
Организация «Маршрута к здоровому образу жизни» участников образовательных отношений. Соболева А.М., Степанченко О.В.	61
Формирование у детей ценностей физической культуры с использованием электронного обучения. Суворова С.В.	67
Общая выносливость как основа ценностей «жизнь» и «здоровье». Усманова Г.В., Шкитюк И.П., Заикина Е.Л.	70
Тактика решения государственных стратегических задач физического развития детей дошкольного возраста. Щербак А.П.	76
Знакомство детей с видом спорта «регби» в рамках взаимодействия со спортивным клубом. Щербакова И.И.	83
Эффективные практики физического развития дошкольников в рамках реализации федеральной образовательной программы дошкольного образования. Яфаева В.Г.	88

ВВЕДЕНИЕ

Всероссийская общественная организация содействия развитию профессиональной сферы дошкольного образования «Воспитатели России» (далее – ВОО «Воспитатели России») в 2023-2024 годах реализовывала проект «Просветительский марафон «В авангарде детства: передача традиционных российских духовно-нравственных ценностей от поколения к поколению» при поддержке Фонда президентских грантов, производителя товаров для творчества «Луч».

Одним из ключевых событий проекта стала Всероссийская конференция «Физическое развитие детей дошкольного возраста» (далее – Конференция) для выявления инновационного и традиционного опыта работы дошкольных образовательных организаций по организации образовательной деятельности и созданию условий для физического развития детей.

Участниками Конференции стали педагоги Луганской народной Республики, Республики Ингушетия, Республики Калмыкия, Республики Крым, Республики Татарстан, Республики Тыва; Ханты-Мансийского и Ямало-Ненецкого автономного округа; Архангельской, Волгоградской, Запорожской, Иркутской, Московской, Новосибирской, Пермской, Самарской, Ярославской областей; практики гг. Кострома, Москва, Нижний Новгород, Оренбург, Пенза, Санкт-Петербург, Ульяновск, Ярославской области.

УДК 373.24

Инновационная практика педагогики здоровья в детском саду

Гаврилова Наталья Васильевна,

воспитатель, учитель-логопед,

Евтеева Марина Михайловна,

воспитатель, инструктор по физической культуре,

Глазова Марина Владимировна,

воспитатель, педагог-психолог, учитель-дефектолог,

Алясева Елена Юрьевна,

заведующий,

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное

учреждение детский сад №1 «Березка», р.п. Вача,

Нижегородская область, Россия

Аннотация. В данной статье представлен опыт работы по совершенствованию и модернизации физкультурно-оздоровительной деятельности в работе дошкольного образовательного учреждения. Рассматривается использование и обновление здоровьесберегающих практик с целью укрепления здоровья воспитанников, формировании навыков и умений здорового образа жизни среди всех участников процесса.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, здоровье, инновационная деятельность, физкультурно-оздоровительная работа.

Innovative practice of health pedagogy in kindergarten

Gavrilova Natalya Vasilievna, *educator, speech therapist,*

Evteeva Marina Mikhailovna, *educator, physical education
instructor,*

Glazova Marina Vladimirovna, *educator, educational
psychologist,*

Alyaseva Elena Yuryevna, *head,
municipal budgetary preschool educational institution*

*kindergarten № 1 «Berezka», Vacha, Nizhny Novgorod region,
Russia*

Annotation. This article presents the experience of improving and modernizing physical education and health activities in the work of a preschool educational institution. The use and updating of health-preserving practices is considered in order to strengthen the health of pupils, the formation of skills and abilities for a healthy lifestyle among all participants in the process.

Key words: preschool children, health, innovative activities, physical education and health work.

Первоочередной национальной целью государства является «сохранение населения, укрепление здоровья и повышение благополучия людей, поддержка семьи» (Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»). Это логическое продолжение «Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года» (приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 г. № 8). Кроме того, реализация Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования предусматривает становление у ребенка ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Основой этих документов является изменение акцента в профилактике на повышение активности самого человека в сохранении собственного здоровья, на его вовлечение в программу укрепления здоровья, формирование навыков и умений здорового образа жизни, на создание системы знаний о методах и средствах оценки контроля, мониторинга здоровья [2].

В Федеральной образовательной программе дошкольного образования целевые ориентиры предполагают воспитание ребенка:

- понимающего ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья (занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения);
- стремящегося к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих;
- проявляющего интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества;
- демонстрирующий потребность в двигательной деятельности;
- имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.

Любая система не прослужит достаточно эффективно и долго, если она не будет совершенствоваться и обновляться. Поэтому необходимо осмыслить накопленный опыт по проблеме здоровьесбережения, оценке его эффективности и модернизации содержания физкультурно-оздоровительной деятельности. Также большое внимание необходимо уделить практическому подходу соотнесения образовательной области «физическое развитие» образовательной программы ДОО с физическим и оздоровительным направлениями рабочей программы воспитания, что поможет приобщению детей к ценностям «жизнь» и «здоровье» [3, 4].

Начиная работу по данной теме, воспитатели должны изучить методику физического воспитания дошкольников, а также задачи, средства, пути решения проблемы укрепления, развития и сохранения здоровья детей. Надо отметить, что этому способствует деятельность ВОО «Воспитатели России», которая регулярно обновляет и пополняет цикл вебинаров: «Технология передачи общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка», «Современные ориентиры физического развития детей в системе дошкольного образования», «Внедрение ФОП ДО в образовательную практику. Физическое развитие», «Современные практики воспитания и

обучения дошкольников», «Опыт работы по внедрению ВФСК «ГТО» [1].

Владея методиками можно реализовывать инновационные проекты, например, «Совершенствование, обновление и модернизация содержания здоровьесориентированной деятельности» на муниципальном уровне. Благодаря этому, в «копилку» системы физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками педагоги вкладывают целый ряд новых современных здоровьесберегающих практик.

Проанализировав высокую заболеваемость детей, была изучена и внедрена технология Су-Джок. В ее основе лежит система соответствия (или подобия) кистей и стоп всему организму в целом. Воздействуя на определенные точки с помощью Су-Джок стимуляторов-массажеров, можно влиять на определенный орган человека, регулировать функционирование внутренних органов. Разработав проект «Учимся оздоравливаться», воспитатель проводил системную работу, а именно: регулярные занятия, имеющие оздоровительное, тонизирующее влияние, и упражнения, которые улучшают память, умственные способности ребенка, устраняют его эмоциональное напряжение. Представление опыта по данному виду деятельности принесло педагогу 1 место на муниципальном конкурсе «Фестиваль педагогических идей».

Другим примером является проект «Роль квестов в развитии ребёнка как личности творческой, физически здоровой, с активной познавательной позицией». Образовательная деятельность в формате «квест» становится отличной возможностью для педагога и детей увлекательно и оригинально организовать жизнь в детском саду и позволяет объединить всех участников образовательного процесса в решении поисковых, образовательных задач в игровой, сюжетной и занимательной форме.

Изучение нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – ГТО) позволило начать подготовку к участию и сдаче норм. Врач определил группу здоровья детей и подписал допуск

всех детей к подготовке и участию к сдаче норм ГТО, купили необходимое спортивное оборудование: набивные мячи 0,5 кг и 1 кг, детские лыжи, оборудование для игр в футбол: мячи ворота, и в хоккей: шайбы, клюшки, ворота и др. Также была разработана дополнительная общеразвивающая программа «Использование тренажёров в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста». Были приобретены детские варианты тренажёров «Гребля», «Велосипед», «Силовой тренажер», «Беговая дорожка», «Балансир», батут и др. В итоге всем детям вручили государственный знак ГТО различной степени.

Для стимуляции мышечной системы нижних конечностей у воспитанников приобретены наборы развивающих панелей-лабиринтов «Рисуем ногами». Дорожки лабиринта имеют извилистую и спиральную формы, где ногу ставят на фишку, фиксируют липучкой и двигают фишку по закрученным дорожкам.

Для полноценного воспитания необходимо взаимодействие с семьей воспитанника и на сегодняшний день очевидно, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа, не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется всеми участниками образовательных отношений []. Для такого взаимодействия может быть создан клуб «Азбука здоровья» на основе образовательно-оздоровительного терренкура совместно с родителями. Все пробовали свои силы на станциях «Птичья столовая», «Художественная», «Строительная», «Отдых», «Спортландия». При прохождении от одной станции к другой, ребята познавали мир, читали стихи, соревновались с папами и мамами, рисовали и получали заряд положительных эмоций. Завершился терренкур на станции «Творческая», где провели для всех танцевальный флэшмоб.

В сотрудничестве с семьей уместны дистанционные технологии, к примеру чат в различных мессенджерах: ВКонтакте, Телеграмме, Сферуме, персональном сайте, где родители могут задавать волнующие их вопросы, получить консультацию или совет, или же просто выложить фотографии

совместных занятий спортом, мотивируя других родителей. Возможны система общения через QR-коды с помощью информационных экранов. Родитель приходит в детский сад и камерой своего смартфона на интерактивной доске наводит на QR-код своей группы и в телефоне высвечиваются папки с названиями: «Детская полянка», «Новости группы», «Творческие работы детей», «Достижения нашей группы», «Формирование основ безопасности у детей», «Будь здоров» и др. Таким образом, родитель (законный представитель) в любое время может ознакомиться с новостями своей группы.

Эффективна электронная мини-библиотека «Маленькие подсказки для родителей». Родители очень переживают, чтобы их ребёнок не заболел, у него был крепкий иммунитет, и обращаются за советом Ответы в подборке книг: «Здоровье ребёнка и здравый смысл его родственников» (Е. Комаровский), «Учусь быть здоровым, или Как стать Неболейкой» (И.И. Семёнова), «Физкультурный заслон ОРЗ» (Б. Толкачев) и др.

Чтобы возобновить традиции и познакомить детей с подвижными народными играми, в которые играли родители, бабушки и дедушки, получила распространение картотека «Игры нашей молодости». В течении года картотека пополнилась играми «Краски», «На златом крыльце сидели», «Золотые ворота», «Колечко-колечко», «Чехарда», «Море волнуется раз» и др. Дворовые игры чат детей жизни, общению и сообразительности.

Другим примером является электронный альбом «Поход выходного дня», где родители присылают видео и фото, как они приобщили и приобщают детей к здоровому образу жизни (ходить в походы или за ягодами и грибами, проходя большие расстояния за городом, или посещая специальные оздоровительные центры).

Еще одним направлением является постоянный поиск современных здоровьесберегающих практик для работы с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья. Например, были приобретены сибирские борды (изогнутые доски, который применяется для стимуляции мозжечка, отвечающего за координацию движений, равновесие и мышечный тонус).

Инновационная практика педагогики здоровья в детском саду, безусловно, предполагает обмен опытом, как минимум, на региональном уровне. Примерами такого обмена являются совещания «Обеспечение комплексного подхода к охране и улучшению здоровья воспитанников через использование современных здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий в работе с детьми подготовительной к школе группе», «Использование здоровьесберегающих технологий с помощью безопасных форм и методов работы с детьми», «Реализация Программы взаимодействия с родителями по оздоровлению детей путём тесного сотрудничества с семьёй в контексте ФОП ДО: секреты успешной работы».

Выявление наиболее эффективных практик позволяет получать положительные экспертные заключения программ и проектов: «Здоровье ребенка в наших руках», «Держаться вместе есть прогресс, работать вместе есть успех», «Совершенствование, обновление и модернизация содержания здоровьесориентированной деятельности в ДОО на 2022-2025 гг.». Прделанная работа позволяет выйти на федеральный уровень, благодаря ВОО «Воспитатели России» [1].

Таким образом, проблема оздоровления детей не компания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива детского сада на длительный срок.

Библиографический список

1. Доник Д. А., Щербак А. П. Общественная организация в системе развития кадрового потенциала сферы образования: на примере деятельности «Воспитателей России» // Развитие кадрового потенциала сферы образования: перезагрузка системы непрерывного педагогического образования. Сборник научных материалов международного форума. Ярославль, 2023. С. 80-85.

2. Щербак А. П. Передача общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка // Воспитатели России : дошкольное образование Заполярья :

сборник материалов. Серия «Воспитатели России». Москва, 2023. С. 27-35.

3. Щербак А. П. Приобщение детей к ценностям «жизнь» и «здоровье» в рамках физического воспитания // Стратегические приоритеты развития образования: взаимодействие науки и практики : материалы научно-практической конференции / под науч. ред. И. В. Серафимович, Г. В. Куприяновой. Электрон. текстовые дан. (4,4 Mb). Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2024. С. 291-296.

4. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Здоровый образ жизни // Дошкольное воспитание. 2018. № 11. с. 39-43.

УДК 373.2

Физическое воспитание и развитие дошкольников: традиции и инновации в Республике Башкортостан

Галина Алина Тимуровна,
*начальник отдела дошкольного образования
Управления государственной политики
в сфере общего образования
Министерства образования и науки Республики
Башкортостан, г. Уфа, Россия*

Аннотация. В данной статье представлена система работы сотен дошкольных образовательных организаций Республики Башкортостан. Приведены статические данные материально-технического и кадрового обеспечения физического воспитания детей, включая региональную грантовую поддержку молодых педагогов. Перечислены темы инновационной деятельности по физическому развитию воспитанников детских садов с опорой на сложившиеся национальные традиции.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, национальные традиции, инновационная деятельность, физическое воспитание, физическое развитие

Physical education and development of preschoolers: traditions and innovations in the Republic of Bashkortostan

Galina Alina Timurovna,

*Head of the Department of Preschool Education Department
of State Policy in General Education Ministry of Education
and Science of the Republic of Bashkortostan, Ufa, Russia*

Annotation. This article presents the system of work of hundreds of preschool educational organizations of the Republic of Bashkortostan. Statistical data on the material, technical and personnel support for physical education of children, including regional grant support for young teachers, are provided. The topics of innovative activities in the physical development of kindergarten pupils are listed based on established national traditions.

Keywords: preschool children, national traditions, innovative activities, physical education, physical development

Физическое воспитание занимает важное место в системе дошкольного образования, являясь основным фактором укрепления здоровья и всестороннего развития личности ребенка [1].

Важным направлением работы в системе дошкольного образования является забота о физическом развитии и воспитании детей. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования нацеливает содержание образовательной области «Физическое развитие» на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач [2]:

- развивать физические качества (быстроту, силу, гибкость, выносливость и ловкость);
- способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладению основными движениями);
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Охрана жизни и укрепление здоровья дошкольников является одним из приоритетных направлений в работе дошкольных образовательных организаций Республики Башкортостан.

Занятия по физической культуре являются одной из основных форм систематического обучения, воспитания и физического развития детей. В дошкольных образовательных организациях используются традиционные и инновационные формы проведения физкультурных занятий.

В детских Республики Башкортостан созданы необходимые условия для охраны и укрепления здоровья детей, для их полноценного физического развития. Для осуществления занятий по физическому развитию детей функционируют спортивные залы, бассейны, спортивные площадки.

Согласно статистическим данным по форме 85-К на 1 января 2024 года количество физкультурных залов в детских садах – 544, количество физкультурных площадок в детских садах – 853; 71 физкультурный зал совмещены с музыкальным залом. В 117 дошкольных образовательных организациях имеется плавательный бассейн, в 143 – стационарное спортивное оборудование.

В рамках достижения основных целей дошкольного образования, направленных на обеспечение доступного и качественного дошкольного образования, особое значение приобретает формирование профессиональной деятельности и подготовленность педагогов к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования.

В детских садах республики работают более 18 тыс. педагогических работников, из которых инструкторов по физической культуре – 652. Из них имеют высшее педагогическое образование – 410, среднее педагогическое образование – 223, квалификацию высшей категории – 328, квалификацию первой категории – 143.

В 2022-2023 учебном году курсы повышения квалификации прошли 354 инструктора по физической культуре.

Ежегодно инструкторы по физической культуре Республики Башкортостан участвуют в профессиональных конкурсах «Педагог года дошкольной образовательной организации Республики Башкортостан», региональном этапе Всероссийского конкурса «Воспитатели России». За два года приняли участие 20 педагогов, из них 11 стали победителями и призерами.

В соответствии с Указом Главы Республики Башкортостан от 3 августа 2023 года № УГ- 656 «О грантах Главы Республики Башкортостан молодым педагогам, работающим в образовательных организациях Республики Башкортостан, реализующих образовательные программы дошкольного образования» учреждены 75 ежегодных грантов Главы Республики Башкортостан в размере 500 тысяч рублей каждый. В 2024 году четыре инструктора по физической культуре в числе получателей грантов.

Воспитание дошкольников в дошкольных образовательных организациях должно быть также тесно связано с воспитанием детей в семьях, именно поэтому необходимо взаимодействие педагогов с родителями. Для этого проводятся:

- открытые и совместные физкультурные занятия с родителями;
- тематические мероприятия (праздники, развлечения, фестивали и др.;
- консультации, семинары - практикумы, мастер-классы;
- разработка и оформление стендовой информации;
- родительские собрания;
- муниципальные и республиканские спортивные мероприятия и физкультурные мероприятия.

В целях повышения эффективности процесса обучения и получения более качественных результатов в дошкольных образовательных организациях республики реализуется инновационная деятельность, которая ориентирована на совершенствование научно-педагогического, учебно-методического, организационного, правового, финансово-экономического, кадрового, материально-технического обеспечения системы дошкольного образования и

осуществляется в форме реализации инновационных проектов и программ.

Согласно данным мониторинга на базе детских садов функционируют 286 инновационных площадок, из них 257 – федерального уровня, 29 – регионального уровня.

Например, по физическому развитию функционируют следующие инновационные площадки:

— МАДОУ ЦРР- детский сад «Кубэлэк» муниципального района Баймакский район Республики Башкортостан, МБДОУ детский сад «Умка» с. Бижбуляк – Организация центров активности ДОО: современная модультека для детей ОВЗ до 2025 г.;

— МБДОУ Детский сад № 18 «Здоровье» городского округа город Октябрьский-Сетевая инновационная площадка АНО ДПО "НИИ дошкольного образования "Воспитатели России" по теме: «Технология передачи общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка», срок реализации до 31.12.2025 г.;

— шесть детских садов г. Стерлитамака - Сетевая инновационная площадка Центра дошкольного образования по теме: «Внедрение оздоровительно-воспитательной технологии «Здоровый дошкольник» в условиях ФОП ДО» 2024 – 2026гг.;

— МАДОУ Детский сад № 257, МАДОУ Детский сад № 240 г. Уфа - «Технология передачи общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка», 2023-2025 гг.

В Республике Башкортостан сложились свои традиции физического воспитания, которые в практике сочетаются с инновационными подходами к выбору форм, содержания и средств организации работы в данном направлении.

Современные направления физического воспитания дошкольников делятся на два основных направления:

— внедрение отдельных элементов детского фитнеса (фитбол, степ, йога, батут и др.)

— внедрение отдельных элементов разных видов спорта (гимнастика, плавание, футбол, ГТО для дошкольников, детский туризм).

Например, детские сады №№ 251 и 277 г. Уфы с целью формирования осознанного отношения к природным памятникам Башкортостана реализуют сетевой проект «Виртуальная планета», включающего направления «Интерактивное детство» и «Юные туристы».

В рамках подпроекта «Жемчужины Башкортостана» воспитанники совместно с родителями совершают туристические путешествия, изучают достопримечательности родного края, снимают видеорепортажи, которые в дальнейшем размещаются на электронном портале проекта.

Ежегодно проходит туристско-краеведческий слет «Юные туристы» среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений. Команды юных туристов демонстрируют свои знания и навыки в нескольких этапах: собирают конструктор костра, укладывают рюкзак, показывают технически грамотные навыки прохождения препятствий: «болото», «параллельные перила», «паутина», работают с карабином. Также участники слета демонстрируют свои знания по истории родного края в викторине «Герой России - Минигали Шаймуратов».

Успешно проводят занятия с детьми с элементами гимнастики на воздушных полотнах, с элементами хатха-йоги. Инструктор по физической культуре Детского сада № 144 г. Уфы Платонова Алевтина Владимировна в рамках Всероссийского фестиваля игрушек «Айда играть» представила детский мастер-класс по хатха-йоге и была отмечена дипломом Комитета Совета Федерации по науке, образованию и культуре за активное участие в мероприятии и организацию самой оригинальной семейной площадки «Дети и йога».

С целью сплочения педагогического сообщества столицы ежегодно проводится городская спартакиада для педагогических работников «Здоровые педагоги – здоровые дети». В финале семь сборных команд соревнуются в нескольких видах: бросок мяча, челночный бег, бросок мяча в баскетбольное кольцо,

прыжок в длину с места, а также демонстрируют быстроту и сплоченность в комбинированной эстафете. Спартакиада проводится около 10 лет, за этот период в мероприятии приняли участие более 400 педагогов детских садов.

Среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений ежегодно проводится спортивный фестиваль «Веселые старты». Программа фестиваля включает представление команд-участниц и эстафеты на выносливость, быстроту, ловкость и меткость. Целью фестиваля является приобщение детей и родителей к занятиям спортом и здоровому образу жизни.

Единственным победителем по итогам Большой игры конкурса им. Л. Выготского из нашей республики стала инструктор по физической культуре Детского сада № 257 г. Уфы, Нургалеева Елена Евгеньевна. В июле 2024 года она представила Республику Башкортостан на Летней школе лидеров в г. Москве.

В дошкольных образовательных организациях г. Нефтекамска проблеме здоровьесбережения и физического развития детей уделяется большое внимание. Помимо образовательной деятельности организована работа в кружках и секциях спортивной и физкультурной направленности, детские сады активно сотрудничают с футбольным клубом «Кристалл», педагогами Ледового дворца и хоккейного клуба «Торос», действуют оздоровительные направления дополнительных услуг (соляная шахта, кислородные коктейли).

Совместно с Комитетом по физической культуре, спорту и туризму городского округа г. Нефтекамск для воспитанников дошкольных организаций ежегодно проводятся масштабные городские мероприятия: спортивный фестиваль «Спортивный переполох», городской спортивный фестиваль «ГТО всей семьей», городские эстафеты для детей дошкольного возраста «Папа, мама, я – спортивная семья!» (ФК «Кристалл»). На каждом мероприятии принимают участие более 300 детей и их родителей.

Педагоги Детского сада № 5 г. Нефтекамска системно используют практику сдачи комплекса ГТО в образовательных организациях, дошкольная организация вошла в состав

региональной инновационной площадки «Организация физкультурно-оздоровительной работы в условиях ДОО посредством реализации комплекса «Готов к труду и обороне», сотрудничает с Бирским филиалом Уфимского университета науки и технологии.

Для полноценного физического развития и реализации потребности в движении в ДОО оборудованы современный физкультурный зал с необходимым физкультурным оборудованием и инвентарём для сдачи нормативов «ГТО». Все группы оборудованы центрами спорта с учетом возрастных особенностей, также оснащены атрибутами и спортивным инвентарем.

На территории имеется специально оборудованная спортивная площадка, позволяющая сдавать нормы «ГТО» не только старшим дошкольникам, но и педагогам, родителям (законным представителям). Площадка большая, имеются зоны для спортивных и подвижных игр.

Так, за три года работы 99 воспитанников получили золотой знак отличия, 32 – серебряный, 4 – бронзовый. Коллектив не останавливается на достигнутом, ведет своих воспитанников к успешной сдаче «ГТО» на других ступенях.

На базе детского сада «Миляш» г. Баймак в работе с детьми успешно используется степ-платформа, Сибирский борд. Данные тренажеры формируют координацию движений, равновесие, мышечный тонус.

Сибирские борды успешно используются также в логопедической работе с детьми. Балансируя на доске сидя или стоя, дети выполняют артикуляционную гимнастику, закрепляют поставленные звуки с помощью скороговорок и чистоговорок, развивают фонематический слух.

В Баймакском районе Республики Башкортостан в сочетании с инновационными подходами большое внимание уделяется также работе по изучению и внедрению народных традиций в воспитании детей дошкольного возраста, по их физическому, интеллектуальному развитию и формированию духовно-нравственных качеств их личности. Например, на базе детского

сада «Толпар» г. Баймак функционировала республиканская инновационная площадка по теме: «Башкирские народные традиции как средство формирования здорового образа жизни у дошкольников».

В данном детском саду активно начали использовать упражнения на фитболе, имитирующий езду «верхом». При использовании данного тренажера укрепляются мышцы, развивается координация движений и равновесие. Происходит одновременный массаж и тренировка мышц туловища, как при верховой езде.

Коллектив детского сада разработал спортивную игру «Ылак» на фитболах для дошкольников. Также внедрили в физкультурный образовательный процесс «Конный биатлон» на фитболах, где дети стреляют из лука – это древнее занятие башкир - «Мэргэн уксы».

Разработали и апробировали парциальную программу по физическому развитию дошкольников с опорой на башкирские народные традиции методические рекомендации по ее реализации «Толпар», данным опытом делятся с коллегами других детских садов.

Ежегодно в Республике Башкортостан проходит республиканская олимпиада для дошкольников «Мы гагаринцы!» с целью поиска талантливых детей, выявление и развитие у них физических, интеллектуальных и творческих способностей, интереса к знаниям, создание необходимых условий для реализации способностей и интересов старших дошкольников.

Олимпиада является образовательно-патриотическим проектом, реализуемым на принципах общественно-муниципального партнерства и в рамках Республиканской олимпиады школьников на Кубок имени Ю.А. Гагарина.

Учредитель и организатор Олимпиады – Автономная некоммерческая организация дополнительного образования «Центр поддержки технического образования школьников «ТЕХНОШКОЛА: ЗВЕЗДНЫЙ».

Олимпиада проводится под патронатом Федерации космонавтики России, Государственного Собрания-Курултая

Республики Башкортостан и Правительства Республики Башкортостан.

Олимпиада проводится по следующим направлениям: интеллектуальная полиолимпиада, физическая культура (отдельно для мальчиков и для девочек), конкурс рисунков «Мой космический мир» в три этапа (локальный - внутри дошкольной образовательной организации, муниципальный, республиканский (заключительный)).

В Республике Башкортостан с 2022 года успешно реализуется проект «Футбол в школе», участниками которого являются более 25 тыс. школьников. С сентября 2024 года в десяти дошкольных образовательных организациях организована пилотная реализация программы дошкольный футбол.

Цель проекта – организация занятий футболом в детских садах; создание футбольных кружков в дошкольных образовательных организациях; обеспечение детских садов всем необходимым для проведения занятий по футболу.

Таким образом, совокупность традиционных и инновационных направлений здоровьесберегающих образовательных технологий в детском саду решает главную задачу физического воспитания: накопление знаний детей о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

Библиографический список

1. Щербак А. П. Организация физического развития детей дошкольного возраста в образовательных организациях : методические рекомендации. Электрон. текстовые дан. (1,03 Mb). Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО. 2023. 74 с.

2. Щербак А. П. Передача общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка // Воспитатели России : дошкольное образование Заполярья : сборник материалов. Серия «Воспитатели России». Москва, 2023. С. 27-35.

УДК 373.21; 796

Подвижные шахматы для дошколят

Зайцева Анастасия Сергеевна,

старший воспитатель,

*муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 112», г. Ярославль Россия*

Жукова Татьяна Александровна,

инструктор по физической культуре,

*муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 112», г. Ярославль Россия*

Савватеева Дарья Алексеевна,

учитель-дефектолог,

*муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 112», г. Ярославль Россия*

Аннотация. В статье представлен интереснейший опыт развития ребенка дошкольного возраста, через соединение занятий футболом и шахматами, путем интеграции двух дополнительных образовательных программ «Юные футболисты» и «Увлекательные шахматы».

Ключевые слова: ребенок, развитие, интеграция, шахматы, футбол

Mobile chess for pre-school children

Zaitseva Anastasia Sergeevna,

senior teacher,

*municipal preschool educational institution
«Kindergarten № 112», Yaroslavl, Russia*

Zhukova Tatyana Alexandrovna,

physical education instructor,

*municipal preschool educational institution
«Kindergarten № 112», Yaroslavl, Russia*

Savvateeva Darya Alekseevna,

teacher-defectologist,

*municipal preschool educational institution
«Kindergarten № 112», Yaroslavl, Russia*

Annotation. The article presents an interesting experience of the development of a preschool child, through the combination of football and chess classes, through the integration of two additional educational programs "Young football players" and "Exciting chess".

Keywords: child, development, integration, chess, football

Современное законодательство разрешает дошкольным образовательным организациям реализовывать дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта [3]. На протяжении многих лет в детском саду № 112 г. Ярославля реализуются соответствующие программы «Увлекательные шахматы» и «Юные футболисты» [2, 6]. Возникла идея их объединения, получившая неожиданную поддержку Владимира Путина. Это случилось на встрече Президента с семьями, на которой присутствовала также семья выпускника нашего детского сада. Наш воспитанник рассказал Президенту о своей любви к футболу и шахматам, на что Владимир Владимирович похвалил его и отметил, что футбол и шахматы взаимосвязаны и помогают развивать когнитивные способности.

В процессе реализации программ по шахматам и футболу было отмечено, что ребята, успешные в шахматах, как правило, не могут стать равноправными соперниками детям увлекающимся игровыми видами спорта. При этом детям, активно занимающимся футболом, не хватает тактического мышления на поле. Догадку подтвердили наши социальные партнеры – тренеры футбольного клуба Шинник города Ярославля, сказав, что регулярное использование игры в шахматы благоприятно для тактической подготовки юных футболистов.

Действительно, Адам Уэллс отмечал, «изучая шахматы, осваивая стратегии игры, знакомясь с примерами, регулярно играя, юный футболист начинает мыслить соответствующим образом. Он осваивает те навыки, которые помогут ему и на

футбольном поле – лучше видеть поле, воспринимать развитие игры во всей картине, он учится прогнозировать и просчитывать действия на поле свои, партнеров и соперника на два-три хода вперед» [1].

В соответствии с вышесказанным, было принято решение адаптировать примерную рабочую программу «Подвижные шахматы» для учащихся начальной школы с учетом имеющегося опыта, соединив занятия по футболу и шахматам для детей дошкольного возраста 6-7 лет «Подвижные шахматы для дошколят» [2, 7]. В результате, дети, играющие в шахматы, стали признанными среди сверстников за свои интеллектуальные способности, более активными, физически подготовленными. В то же время, юные футболисты научились справляться с разными игровыми ситуациями, которые требуют тактического мышления.

Основной компонент интеграции дополнительных образовательных программ «Увлекательные шахматы» и «Юные футболисты» – это совершенствование физкультурно-оздоровительной деятельности, что обеспечивает:

- увеличение объема двигательной и познавательной активностей;
- укрепление физического, психологического здоровья детей;
- развитие основных физических качеств и высших психических функций;
- выявление одаренных детей в области шахматного и футбольного спорта.

В ходе реализации «Подвижных шахмат для дошколят» составлен комплекс игр с элементами футбола и эстафет для изучения правил шахмат.

Эстафета «Расставь фигуры» направлена на знания детей начальной шахматной позиции, на развитие скоростных физических качеств детей, умение передачи эстафеты (рис. 1). Побеждает команда, которая быстрее и правильнее расставит все фигуры.



Рис. 1. Эстафета «Расставь фигуры»

Эстафета «Самый вкусный ход» направлена на знание ценности фигур, на развитие скоростных физических качеств детей и умение передать эстафету (рис. 2). Побеждает команда, которая собрала наиболее ценные фигуры. Их ценность оценивается в пешках. В конце дети подсчитывают набранные очки.



Рис. 2. Эстафета «Самый вкусный ход»

Эстафета «Как пешка». Дети, зажав ногами мяч, совершают прыжки по шахматному полю, передвигаясь как пешка (рис. 3). Необходимо проявить свои скоростно-силовые и координационные способности [4, 5]. Побеждает команда, которая быстрее всех пройдет эстафету.



Рис. 3. Эстафета «Как пешка»

Подвижная игра «Шахматное царство» предлагается в двух вариантах (рис. 4).

Вариант 1. Команды встают вокруг шахматного баннера и выполняют движение с выполнением различных упражнений по кругу (бег приставным шагом, прыжки ноги врозь-вместе, прыжок с одной ноги вверх и др.), затем по команде педагога дети-фигуры должны встать на свое место на шахматном поле.

Вариант 2. Педагог дает команду «пешки», и все пешки бегом стараются занять свои места. Остальные дети продолжают движение вокруг баннера. Игра направлена на знание шахматных позиций, на развитие внимания, координации движений, пространственной ориентировки.



Рис. 4. Подвижная игра «Шахматное царство»

Эстафеты «Вертикаль», «Горизонталь», «Диагональ». Детям необходимо вести мяч по заданным линиям (рис. 5).



Рис. 5. Эстафета «Вертикаль»

Эстафета «Мимо пешек» (рис. 6) необходимо выполнить ведение мяча мимо пешек, стоящих на шахматном баннере по полям своего цвета.



Рис. 6. Эстафета «Мимо пешек»

Подвижная игра «Шахматный снайпер». Детям предлагают выбить футбольным мячом конусы с изображенными на них фигурами, стараясь попасть в самые ценные, и тем самым набрать большее количество очков. Игра проводится в двух вариантах, когда дети по очереди выбивают фигуры, а во втором варианте играют командами, стараясь защитить свои ценные фигуры и выбить чужие (рис. 7).



Рис. 7. Подвижная игра «Шахматный снайпер»

Игра «Защита центра» обеспечивает обучению детей взаимодействию на футбольном поле. Одна команда пытается выбивать шахматную фигуру в центре, а противоположная команда защищает ее (рис. 8).



Рис. 8. Подвижная игра «Защита центра»

Подвижная игра «Метеоритный дождь». Игроки одной команды стоят в шеренгах напротив друг друга по краям шахматного поля и передают мяч пассами (рис. 9). Их задача выбить игроков второй команды, которые ведут мяч по полю как заданная шахматная фигура и стараются увернуться от мячей противников.



Рис. 9. Подвижная игра «Метеоритный дождь»

В подвижной игре «Футбольные шахматы» дети делятся на черные и белые шахматные команды и играют друг против друга в футбол. По команде педагога дети должны не только расставить фигуры на шахматном поле, но и найти свое место в соответствии со своей фигурой на «шапочке».

В подвижную игру «Австралийские салки» играют «футбольным вариантом». Пасы дети передают друг другу ногами, с целью выбить игроков, передвигающихся по всей площадке. Умение детей играть в шахматы, помогает им успешно освоить новый вариант этой командной игры.

Еще одна игра, требующая начальной футбольной подготовки - «Беглецы и снайперы». В игре участвуют две команды. Игроки первой команды стоят в шеренгах напротив друг друга. Они передают друг другу мяч пасами и выбивают, игроков второй команды, пробегающих и ведущих мяч ногой.

Подвижная игра с элементами футбола «Живая цель» требует от команды четкого взаимодействия и тактического мышления. Игроки команды, действующие в поле, принимают мяч от соперников и стараются «запятнать» ударом мяча пробегающего. Используют технику приема мяча, ударов по мячу, пасы мяча друг другу.

Детям полюбились подвижные игры с элементами футбола «Четвероногий футболист», «Колдуны и спасатели», «Футбол крабов» и другие.

Все предложенные подвижные игры, игровые упражнения, эстафеты обучают детей взаимодействовать друг с другом, развивая игровое мышление, пространственную ориентировку, что делает наших детей настоящей командой [4].

Обучение игре в шахматы обеспечивает большой воспитательный эффект. Соперничество в игровом поединке приучает детей уважать друг друга, бесконфликтно решать споры, осознавать свою ответственность за поступок – ведь по правилам шахмат нельзя брать сделанный ход назад, и эта особенность шахматной игры часто переходит в жизненную привычку.

Библиографический список

1. Уэллс А. Футбол и шахматы: тактика, стратегия, красота. 2007. 176 с.
2. Щербак А. П. Опыт реализации Концепции развития шахматного образования в Ярославской области // Физическая культура в школе. 2024. № 1. С. 35-39.
3. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Законодательство // Дошкольное воспитание. 2023. № 4. С. 8-11.
4. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Физические качества. Ловкость // Дошкольное воспитание. 2020. № 1. С. 38-42.
5. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Физические качества. Сила // Дошкольное воспитание. 2019. № 9. С. 36-41.
6. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Футбол // Дошкольное воспитание. 2023. № 5. С. 21-24.
7. Щербак А. П., Уланова Г. А. Шахматы на занятиях внеурочной деятельности в школах Ярославской области // Образовательная панорама. 2024. № 1(21). С. 6-10.

УДК 373.2

**Организация проектной деятельности по
направлению «Физическое развитие» детей
старшего дошкольного возраста**

Карякина Елена Викторовна,
*инструктор по физической культуре,
муниципальное бюджетное дошкольное
учреждение «Детский сад «Буратино»,
г. Тарко-Сале Пуровского района,
Ямало-Ненецкий автономный округ, Россия*

Аннотация. В статье представлен опыт поэтапной организации проектов при взаимодействии всех участников образовательных отношений для физического развития детей старшего дошкольного возраста. Мероприятия проводились в рамках деятельности инновационной площадки федерального уровня АНО ДПО «НИИ дошкольного образования «Воспитатели России». Сделан акцент на выполнении требований Федеральной образовательной программы дошкольного образования.

Ключевые слова: дети старшего дошкольного возраста, жизнь, здоровье, проектная деятельность, физическая культура

**Organization of project activities in the direction of
«Physical development»
of senior preschool children**

Karyakina Elena Viktorovna,
*physical education instructor,
municipal budgetary preschool institution «Kindergarten
«Buratino», Tarko-Sale, Purovsky District,
Yamalo-Nenets Autonomous Okrug, Russia*

Annotation. The article presents the experience of a step-by-step organization of projects with the interaction of all participants in educational relations for the physical development of senior preschool children. The events were held within the framework of the activities of the federal-level innovative platform of the ANO DPO "Research Institute of Preschool Education "Educators of Russia". The emphasis is placed on fulfilling the requirements of the Federal Educational Program for Preschool Education.

Keywords: senior preschool children, life, health, project activities, physical education

Современное законодательство в сфере дошкольного образования предполагает организацию проектной деятельности для создания эффективных условий социальной ситуации развития детей, включая их физическое развитие [1, 7]. Такое развитие позволит обеспечить требования Федеральной образовательной программы дошкольного образования [2, 6]:

- поддержку индивидуальности и инициативы детей (умение формулировать свой замысел, планировать его реализацию, активно действовать для достижения результата и представить результат);

- непосредственного вовлечения родителей (законных представителей) в образовательную деятельность;

- выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

Совместная образовательная деятельность педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся предполагает сотрудничество в реализации практико-ориентированных проектов, предполагающих передачу общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка [2, 4]. Однако требуются определенные навыки по определению проблемы, объекта, предмета, цели и задач исследования [3, 7].

Проекты могут быть краткосрочные и долгосрочные при взаимодействии детей и педагогов подготовительных групп с родителями (законными представителями), социальными

партнерами, обеспечивая также физкультурно-досуговую деятельность [5].

Проектная деятельность основана на личностно-ориентированном и системно-деятельностном подходе. Проекты направлены на исследование, творчество и имеют характер образовательного события. Дети, начиная с первого этапа работы, являются полноправными его участниками (табл. 1).

Таблица 1

Этапы реализации проектов

Задачи	Длительность	Периоды проекта						
		1	2	3	4	5	6	7
1 этап «Подготовительный»								
Задача: изучение и анализ проблемы	3-5 дней							
Задача: разработка проекта	1-3 дня							
2 этап «Основной»								
Задача: реализация проекта	14 дней – 1 уч. год							
3 этап «Заключительный»								
Задача: оформление продуктов проекта	3-5 дней							
Задача: защита продуктов проекта	1 день							
Задача: анализ результатов	1 день							

Исследовательские проекты зарождаются с детских вопросов, например, «Что такое здоровье?». На такие вопросы воспитанники получают встречный вопрос: «Как мы это можем узнать?». Начинается обсуждение, размышление, высказываются предположения, зарождается поиск, таким образом, обозначается цель.

На следующем этапе совместного планирования обсуждается, что нужно сделать, чтобы прийти к цели:

- Что мы уже знаем?
- Что мы хотим узнать?
- Как мы будем это узнавать?

Все высказывания, предположения, идеи детей фиксируются в карте проекта, которая заполняется с каждым этапом. Визуализация проекта помогает детям отслеживать ход проекта. На этом же этапе происходит распределение ответственных за каждый пункт плана.

В ходе непосредственной реализации проекта дети исследуют, экспериментируют, организуются выставки, экскурсии, встречи с представителями различных профессий в соответствии с планом проекта [1, 7].

Презентация проекта, ещё один этап работы над проектом. Презентация может проходить в различных формах, зависит от предложений детей и темы проекта: оформление презентаций, фотовыставок, книг, праздников [1, 7].

На последнем этапе рефлексии проводится анализ работы:

- Что мы узнали нового?
- Чему научились?
- Что больше всего понравилось?
- Что вызвало трудности?

Проектная деятельность делает образовательную систему детского сада открытой для активного участия родителей. Они могут помогать обнаруживать проблемную ситуацию или даже провоцировать ее возникновение, вызвать к ней интерес. На практике используются следующие приемы привлечения родителей:

- создание информационного стенда, размещение анонсов и отчетов в сети Интернет;
- сбор предложений и идей реализации проекта;
- выполнение «домашнего задания» (помощь детям в сборе материалов и выполнении творческих заданий проекта);
- фото и видеосъемка;
- участие в защите продуктов проекта;
- опрос мнения о результатах проекта.

Нельзя не сказать о влиянии проектной деятельности на самого педагога. Оно заставляет постоянно находиться в пространстве ежедневного творческого, личностного роста, поиска новых деятельностных форм работы с детьми.

Взаимодействие всех участников образовательных отношений позволяет решать самые сложные задачи, например, сформировать жизненные установки осмысленного отношения к ценностям «жизнь» и «здоровье», соответственно выбора здорового образа жизни (табл. 2).

Таблица 2

Паспорт проекта «Где живёт здоровье»

Вид проекта	По продолжительности – долгосрочный (от нескольких месяцев до года, зависит от инициативы и предложений детей). По составу участников проекта – групповой. По направленности деятельности участников проекта – познавательно-практический и исследовательский.
Основные исполнители проекта	Воспитанники подготовительных групп, педагоги, родители (законные представители).
Цель проекта	Формирование у детей основ здорового образа жизни, осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения к собственному здоровью.
Задачи проекта	1. Активизировать желание детей искать пути разрешения проблемных ситуаций, совершенствовать навыки исследовательской деятельности. 2. Продолжать формировать у детей позиции признания ценностей «жизнь» и «здоровье». 3. Формировать знания о здоровых и вредных продуктах питания. 4. Прививать интерес, желание к физической культуре и спорту. 5. Воспитать у детей целеустремленность, организованность, инициативность. 6. Привлекать родителей в непосредственный образовательный процесс ДОУ. 7. Осуществлять просвещение родителей по вопросам формирования привычки к здоровому образу жизни.
Ожидаемые результаты реализации проекта	1. Усвоение детьми основ здорового образа жизни; понимание детьми значимости здоровья в жизни каждого человека; проявление заботы и уважения к своему здоровью.

	2. Повышен интерес к физкультурным занятиям и спорту.
Риски реализации проекта	Низкая активность взрослых. Отсутствие обратной связи.
Продукт проекта	Книга рецептов «Здоровый завтрак»; книга «Рецепты Здоровья», видеоролик «Где живёт здоровье», видеоролик «Здоровый образ жизни»

Таким образом, организация проектной деятельности по направлению «Физическое развитие» детей занимает достойное место в системе дошкольного образования. Она позволяет повысить самостоятельную активность детей, развивать творческое мышление, умение разными способами находить информацию об интересующем предмете или явлении и использовать эти знания в своей жизнедеятельности.

Библиографический список

1. Щербак А. П. Организация учебно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» : методические рекомендации / А. П. Щербак. Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2019. 64 с.
2. Щербак А. П. Организация физического развития детей в системе дошкольного образования : методическое пособие. Москва: СФЕРА, 2024. 112 с.
3. Щербак А. П. Основные подходы и возможные ошибки при написании научного аппарата исследования : методические рекомендации. Ярославль: Издательство ЯГПУ, 2010. 39 с.
4. Щербак А. П. Технология передачи общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка // Инструктор по физической культуре. 2023. № 8. С. 6-13.
5. Щербак А. П. Целеполагание в организации физкультурно-досуговой деятельности дошкольников // Инструктор по физкультуре. 2018. № 6. С. 6-10.

6. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Законодательство // Дошкольное воспитание. 2023. № 4. С. 8-11.

7. Щербак А. П., Филимонова А. В. Организация проектной деятельности инструктора по физкультуре // Инструктор по физкультуре. 2020. № 6. С. 6-13.

УДК 373.21; 797.2

Психологические аспекты сопровождения обучения плаванию детей дошкольного возраста

Кракосевич Яна Сергеевна,
инструктор по физической культуре,
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский /с сад № 113,
г. Рыбинск, Ярославская область, Россия

Аннотация: Статья посвящена вопросам реализации государственной политики по всеобщему обучению граждан России плаванию. Перечислены возможные причины водобоязни детей. Описаны подготовительные упражнения начального обучения плаванию. Сделан акцент на психологических аспектах сопровождения этого образовательного процесса.

Ключевые слова: дошкольный возраст, начальное обучение, плавание, психологическое сопровождение, страхи

Psychological aspects of supporting preschool children's swimming training

Krakosevich Yana Sergeevna,
physical education instructor,
Municipal preschool educational institution
kindergarten № 113,
Rybinsk, Yaroslavl region, Russia

Abstract: The article is devoted to the issues of implementing state policy on universal training of Russian citizens in swimming. Possible causes of hydrophobia in children are listed. Preparatory exercises for initial swimming training are described. Emphasis is placed on the psychological aspects of supporting this educational process.

Keywords: preschool age, initial training, swimming, psychological support, fears

Плавание является жизненно необходимым навыком для каждого человека. Ежегодно во всем мире происходят несчастные случаи на воде, связанные с неумением людей плавать. Поэтому обучение плаванию – это наиважнейшая социальная задача [1, 3, 4].

Правительство России утвердило межведомственную программу «Плавание для всех» (распоряжение Правительства Российской Федерации от 7.02.2024 г. N 263-р), реализация которой запланирована до 2030 года. Всеобщее обучение детей плаванию, а также создание условий для этого в детских садах – одна из основных задач программы.

К тому же, утвержденная Министерством просвещения Российской Федерации Федеральная образовательная программа дошкольного образования предполагает внедрение модуля «Плавание» по обучению детей плаванию с трех лет [2].

Дошкольный возраст является наиболее благоприятным для начального обучения и оптимальным для быстрого и качественного освоения техники плавания. Пловцы, научившиеся плавать в этом возрасте, добиваются наибольших результатов, среди них высокий процент спортсменов высокого класса (по сравнению с детьми, начавшими плавать в более позднем возрасте).

Работа с детьми дошкольного возраста крайне важна и требует от педагога использования индивидуального подхода, поиска новых средств, методов и приемов обучения.

Водная среда является новой и непривычной для занимающихся. Она может вызывать негативные реакции, страхи и неприятные ощущения. Педагогу важно помочь ребенку

справиться со всеми негативными эмоциями, которые может вызвать водная среда.

Некоторые страхи возникают неосознанно, другие же могут быть внушены детям родителями. Все это может негативно сказываться при начальном обучении плаванию. Понимание этой проблемы и умение найти психолого-педагогический подход к детям, страдающим водобоязнью, значительно увеличит продуктивность занятия. Чтобы нейтрализовать детские страхи педагогу стоит обратить внимание на повышение самооценки у занимающихся. Важно не допускать сравнения детей друг с другом. На начальном этапе обучения желательно избегать соревновательного элемента на занятии. Кроме того, педагогу важно установить с ребенком доверительный контакт.

Огромную роль в начальном обучении плаванию играют подготовительные упражнения на ознакомление с водной средой. Выполнение подготовительных упражнений позволяет новичку ознакомиться с физическими свойствами воды (плотностью, вязкостью, температурой), испытать выталкивающую подъемную силу воды и чувство опоры о воду. В результате устраняется инстинктивный страх перед водой, вырабатываются умение ориентироваться в пространстве и уверенность поведения в непривычных условиях [1].

Начинать ознакомление с водой стоит с самых элементарных упражнений, которые позволят занимающимся постепенно и без страха освоить новую для себя среду. Такими упражнениями являются «Умывание» и постепенное погружение лица в воду. Важно придерживаться постепенности в выполнении упражнений (погружение в воду до уровня подбородка, до уровня носа, до уровня глаз, полное погружение лица в воду). Постепенно дети избавятся от страха погружаться в воду с головой. На данном этапе педагогу важно отслеживать возникновение негативных реакций у занимающихся, искать индивидуальный подход к тем детям, которым данные упражнения даются с трудом, а также обеспечить дисциплину исполнения, избегая ситуаций, когда другие занимающиеся могут напугать воспитанников с негативной реакцией на водную среду. Таким детям нужно время,

чтобы освоиться, привыкнуть к температуре воды, нельзя стыдить боязливых детей и сравнивать их с более успешными воспитанниками. Дети с водобоязнью нуждаются в поддержке и похвале (сравнивать их успехи можно только с их же прошлыми успехами).

Далее вводятся упражнения, предполагающие хождение по дну, держась за поручень бассейна, в парах, в одиночку, со сменой направления, с гребковыми движениями руками. К упражнениям, помогающим познакомиться с плотностью и сопротивлением воды относятся: «Полоскание белья», «Восьмерки руками», а также гребковые движения руками в различных положениях.

Особая роль в подготовительных упражнениях отведена выполнению упражнений на задержку дыхания, что позволяет детям ощутить, что они способны держаться на воде без поддержки и избавиться от своих страхов.

Для нейтрализации страха отсутствия опоры в воде используют упражнения на всплытие и лежание на воде («Звезда», «Поплавок»). Они являются важной частью подготовительных упражнений, помогают научиться находиться в воде в горизонтальном положении, почувствовать состояние невесомости в воде и обрести уверенность в своих силах. При постепенном освоении с водой можно вводить новые упражнения и включать в них небольшие соревнования («Кто выше выпрыгнет из воды?», «У кого самые большие брызги?», «Кто дольше пролежит на воде?»).

Важнейшей частью обучения плаванию детей дошкольного возраста является игра. Игровой метод всегда положительно воспринимается детьми. С помощью игры также можно решить задачи борьбы со страхами, связанными с нахождением в воде:

- повышения эмоциональной окраски занятия;
- вовлечения в процесс занятия неактивных детей;
- умение применять ранее полученные навыки в заданной ситуации;
- воспитание решительности и настойчивости.

При всех плюсах игрового метода есть моменты, которые должен учитывать педагог, если в группе есть тревожные дети.

1. Игра должна бы простой и знакомой ребенку, педагог должен максимально четко и просто объяснить правила. Допускается вовлечение ребенка в игру после просмотра на игру других детей. Присоединиться к игре ребенок должен по своему желанию.

2. Соревновательная направленность игры может восприниматься тревожными детьми негативно. Необходимо соблюдать принцип постепенности при введении новых игр. В каждой игре есть задача, помогающая осваивать технику плавания. Игра должна быть подобрана соответственно подготовленности воспитанников.

3. Необходимо правильно дозировать игру и следить за эмоциональной обстановкой. Игра должна закончиться, раньше, чем дети устали, при этом дети должны получить удовольствие от игры. Рекомендуется заблаговременно сообщать об окончании игры.

4. Важно следить за выполнением правил и психологическим комфортом всех занимающихся.

Нельзя недооценивать роль мотивации при обучении плаванию. Для большинства детей дошкольного возраста первоначально занятия плаванием это приятное времяпрепровождение, игровая атмосфера, общение в коллективе сверстников. Данные мотивы постепенно заменяются желанием быть здоровым, овладевать новыми навыками, заниматься престижным видом спорта. Инструктору по плаванию важно способствовать смене мотивации по мере взросления ребенка, побуждать в нем интерес к физической культуре и спорту, использовать обучающие видеоматериалы, разнообразное физкультурно-спортивное оборудование и инвентарь.

При формировании навыков плавания целесообразно использовать прием психологического сопровождения при обучении плаванию «Личный пример педагога». Непосредственное участие педагога в мастер-классах, игровых,

физкультурных мероприятиях вызывают у детей повышенный интерес к двигательному материалу, дают возможность реализовать свой двигательный опыт, решает задачи снятия эмоционального напряжения при обучении плаванию.

В заключение отметим, научить ребенка умению держаться на воде – значит привить ему жизненно необходимый навык. Чем раньше начать приучение к воде, тем лучше. Кроме того, важно, чтобы в процессе приучения к плаванию ребенок получал положительные эмоции. Страх может надолго, а то и навсегда, отбить желание научиться плавать. Поэтому педагогу важно создать благоприятную обстановку на занятиях по обучению плаванию. Личный пример – это пример для подражания, который придаст ребенку сил и уверенности.

Библиографический список

1. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Богина Т. Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей дет. сада и родителей. Москва : Просвещение, 1991. 159 с.
2. Щербак А. П. Организация физического развития детей дошкольного возраста в образовательных организациях : методические рекомендации. Электрон. текстовые дан. (1,03 Mb). Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО. 2023. 74 с.
3. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Плавание // Дошкольное воспитание. 2021. № 3. С. 47-52.
4. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Спорт // Дошкольное воспитание. 2021. № 2. С. 37-45.

УДК 373.2

Дворовые игры как средство формирования личности ребенка

Лапташкина Оксана Александровна,

педагог-психолог,

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 179» г. Чебоксары, Россия

Иванова Анисия Алексеевна,

инструктор по физической культуре,

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 179» г. Чебоксары, Россия

Аннотация. В статье обсуждается вопрос использования дворовых игр для всестороннего развития дошкольника и формирования его личности. Отмечается, что, осознавая важность проблемы, многие родители и педагоги стремятся вернуть дворовые игры в жизнь детей. В ДОУ организовываются специальные мероприятия, тематические фестивали, где дети знакомятся с играми прошлых поколений.

Ключевые слова: дворовые игры, формирование личности, ребенок, дошкольный возраст.

Yard games as a means of forming a child's personality

Lapdashkina Oksana Alexandrovna,

educational psychologist,

*Municipal budgetary preschool educational institution
«Kindergarten № 179» Cheboksary, Russia*

Ivanova Anisiya Alekseevna,

physical education instructor,

*Municipal budgetary preschool educational institution
«Kindergarten № 179» Cheboksary, Russia*

Annotation. The article presents the issue of using yard games for the comprehensive development of a preschooler and the formation of his personality. It is noted that, realizing the importance of the problem, many parents and teachers strive to return yard games to children's lives. Special events and themed festivals are organized in the preschool, where children get acquainted with the games of past generations.

Keywords: yard games, personality formation, child, preschool age.

XXI век ознаменовался не только технологическим прогрессом, но и угасанием культуры дворовых игр, той самой, что десятилетиями служила неотъемлемой частью детства, кузницей социальных навыков и физического развития. Сегодня дети все больше погружены в виртуальный мир компьютерных игр, проводят время в организованных детских клубах или под бдительным присмотром взрослых на игровых площадках. Возможность свободно играть со сверстниками, придумывать собственные правила и решать возникающие конфликты уходит в прошлое, оставляя после себя пугающий вакуум в развитии современных детей.

И.И. Елагина отмечает дефицита дворовых игр [1]:

1. Физическое здоровье: отсутствие естественной ежедневной активности, свойственной дворовым играм, приводит к ослаблению мышечного корсета, снижению выносливости и ловкости. Дети, лишённые возможности бегать, прыгать, лазать, становятся более подвержены травмам, у них замедляется развитие координации движений.

2. Психологическое благополучие: дефицит живого общения со сверстниками негативно сказывается на формировании коммуникативных навыков и социализации в целом. Дети испытывают трудности в установлении контакта, решении конфликтных ситуаций, работе в команде. Наблюдается рост тревожности, эмоциональной неустойчивости, проблем с концентрацией внимания.

3. Социальная адаптация: дворовые игры – это настоящая школа жизни, где дети учатся взаимодействовать в коллективе, отстаивать свои интересы, соблюдать правила, проявлять инициативу, брать на себя ответственность. Отсутствие такого опыта затрудняет социальную адаптацию, делает детей беспомощными в незнакомых ситуациях.

Осознавая важность проблемы, многие родители и педагоги стремятся вернуть дворовые игры в жизнь детей. В ДОУ организовываются специальные мероприятия, тематические фестивали, где дети знакомятся с играми прошлых поколений.

К примеру, рамках инициативы по возрождению культуры дворовых игр можно разработать в ДОУ мини-проект «Дворовые игры – наше детство»:

1. Пополнение игровой деятельности дошкольников дворовыми играми предыдущих поколений. Дети познакомятся с такими играми, как «Казачьи разбойники», «Вышибалы», «Классики», «Резиночки» и многими другими.

2. Систематизация дворовых игр с учетом возрастных особенностей детей. Будут разработаны методические рекомендации для родителей и педагогов по организации и проведению дворовых игр с детьми разного возраста.

3. Приобщение родителей к играм с детьми. Совместные игры способствуют укреплению эмоциональной связи между родителями и детьми, формированию доверия и взаимопонимания.

4. Развитие инициативы и самостоятельности дошкольников. В процессе игры дети учатся самостоятельно организовывать свой досуг, распределять роли, договариваться друг с другом, решать возникающие споры.

5. Развитие уверенности в себе и своих действиях. Успехи в игре, признание сверстников, возможность проявить свои способности – все это повышает самооценку ребенка, формирует у него уверенность в своих силах.

6. Воспитание умения договариваться друг с другом, решать конфликты мирным путем, работать в команде.

Дворовые игры – это еще и школа жизни, где дети учатся находить компромиссы, справляться с эмоциями, уважать чужое мнение.

Роль педагога в организации дворовых игр для детей 4-7 лет также имеет большое значение. Дворовые игры – это неотъемлемая часть счастливого детства, кладезь радости и веселья, а также важный инструмент развития ребенка. Роль педагога в организации этого вида деятельности сложно переоценить, ведь от его чуткости, внимания и профессионализма зависит не только удовольствие от процесса, но и эффективность развития малышей.

А.В. Лукина предлагает этапы организации дворовых игр [2]:

1. Анализ и адаптация: прежде всего, педагог тщательно анализирует выбранную игру с точки зрения ее доступности и безопасности для детей 4-7 лет. Он оценивает сложность правил, физическую нагрузку, наличие потенциально опасных моментов и при необходимости адаптирует игру под возраст дошкольников.

2. Подготовка игрового пространства: педагог заботится о создании комфортной и безопасной игровой среды. Он определяет оптимальную площадь игровой зоны, учитывая количество участников и специфику игры. Важно, чтобы всем хватало места для активных действий, не создавая риска столкновений и травм.

3. Распределение ролей и формирование команд: грамотное распределение детей – залог дружеской атмосферы и равных возможностей для каждого участника. Педагог учитывает индивидуальные особенности детей: уровень физического развития, коммуникативные навыки, темперамент. Он старается создать сбалансированные команды, где каждый ребенок сможет проявить себя, а застенчивым малышам поможет освоиться и включиться в игру.

4. Равноправное участие: педагог не выступает в роли строгого контролера, а становится полноправным участником игры наравне с детьми. Это позволяет создать доверительную атмосферу, снять напряжение и стимулировать естественное проявление детских эмоций.

Примеры популярных дворовых игр для детей 4-7 лет [3]:

1. Игры с бегом и ловкостью: «Лягушка», «Свечки», «Классики», «Вышибалы», «Тише едешь, дальше будешь», «Горячая картошка», «Чай-чай выручай», «Цепи кованные», «Цвета», «Светофор» и др.

2. Игры на внимание и сообразительность: «Платочек», «Чей башмачок?», «Клубочек», «Фанты», «Прятки», «Прятки с домиком».

3. Словесные игры: «Золушка», «Колечко», «Съедобное – несъедобное», «Море волнуется раз», «Я садовником родился» и др.

Использование в работе воспитателя дворовых игр, это не просто ностальгическое возвращение к детству, а эффективный педагогический инструмент, обладающий массой преимуществ:

1. Физическое развитие: дворовые игры – это всегда движение, которое укрепляет здоровье, развивает ловкость, координацию, быстроту реакции.

2. Социально-коммуникативное развитие: игры учат детей взаимодействовать друг с другом, работать в команде, соблюдать правила, разрешать конфликты, проявлять инициативу и лидерские качества.

3. Эмоциональное развитие: дворовые игры дарят детям яркие эмоции, радость общения, чувство сопричастности, учат справляться с проигрышем и ценить победу.

4. Развитие творчества и воображения: многие дворовые игры не имеют жестких рамок, позволяя детям импровизировать, фантазировать, самостоятельно придумывать новые правила и сюжеты.

Библиографический список

1. Елагина И. И. Использование дворовых игр в игровой деятельности с дошкольниками // Образование и воспитание. 2020. № 4 (30). С. 13-15.

2. Лукина О. В. Дворовые игры как элемент формирования личности ребенка. URL: <https://www.art-talant.org/publikacii/1430-dvorovye-igry-kak-element-formirovaniya-lichnosti-rebenka->

[annotaciya-igra-kak-sposob-kommunikativnogo-vzaimodeystviya-cheloveka](#) (дата обращения: 09.07.2024).

3. Невмержицкая А. А. Дворовые игры в семейном воспитании детей дошкольного возраста. URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2014/01/14/dvorovye-igry-v-semeynom-vospitanii-detey> (дата обращения: 09.07.2024).

УДК 373.21

Поддержка детской инициативы детей на занятиях по физической культуре

Мелешко Анна Викторовна,
*инструктор по физической культуре,
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 3 г. Выборга», Россия*

Аннотация. В статье поднимаются вопросы создания условий для развития детей дошкольного возраста на занятиях по физической культуре, при которых физические и духовные возможности ребят раскроются полностью. Сделан анализ подготовительной, основной и заключительной части занятия с точки зрения возможностей проявления ребенком инициативы и самостоятельности. Представленный материал может быть использован на практике для формирования у детей ценностей «жизнь» и «здоровье».

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, занятие, инициатива, самостоятельность физическая культура.

Supporting children's initiative in physical education classes

Meleshko Anna Viktorovna,
*physical education instructor,
Municipal budgetary preschool educational institution
«Kindergarten № 3 of Vyborg», Russia*

Annotation. The article raises the issues of creating conditions for the development of preschool children in physical education classes, in which the physical and spiritual capabilities of the children will be fully revealed. An analysis of the preparatory, main and final parts of the lesson is made from the point of view of the child's ability to demonstrate initiative and independence. The presented material can be used in practice to develop the values of "life" and "health" in children.

Key words: preschool children, class, initiative, independence, physical education.

Формирование у детей ценностей «жизнь» и «здоровье» – одна из актуальных задач современной дошкольной педагогики. Чем активнее вовлечение ребенка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Движения необходимы ребенку, так как они способствуют совершенствованию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма.

В процессе физического воспитания дошкольника необходимо создать такие условия для развития, в которых его физические и духовные возможности раскроются полностью. Для этого необходимо решить вопросы:

Как организовать образовательную деятельность дошкольников, чтобы дать каждому ребёнку оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья?

Как развивать интерес воспитанников к занятиям физическими упражнениями, потребность в здоровом образе жизни?

Как сделать привлекательным занятие физкультуры для всех детей?

Как развить детскую инициативу?

Как достичь в процессе занимательного дела оптимального сочетания оздоровительного, тренировочного, образовательного компонентов физкультурной деятельности?

Вопросам детской активности и самостоятельности всегда уделялось много внимания в отечественной педагогике [1, 2, 3]. В настоящей статье акцент сделан на занятиях по физической культуре (основной форме организации двигательного режима в работе с детьми дошкольного возраста), которые должны:

- вызвать искренний интерес и радость успеха,
- помочь преодолеть трудности и неудачи,
- доставить не только мышечную, но и эмоциональную радость.

Для каждого занятия необходимо предусмотреть наиболее удобные способы организации детей и расположение спортивного инвентаря и оборудования [11, 12]. Это позволит более эффективно использовать время, отведенное для непосредственного выполнения физических упражнений, повысить двигательную активность детей. Структура физкультурных занятий общепринятая: занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной частей [5].

Для разнообразия в подготовительную часть включают различные варианты ходьбы, бега, прыжков, несложные игровые задания. Интерес детей могут вызвать различные строевые упражнения (построение в колонну и шеренгу, перестроения с самостоятельным выбором направляющего) [13]. Также необходимо помнить о музыкальном сопровождении. Смена темпа музыки или ее остановка служат сигналом для выполнения какого-то задания, что развивает внимательность, выдержку, осознанность выполнения движения.

В основную часть занятия включаются упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств личности. Для проведения общеразвивающих упражнений в зависимости от комплекса можно предложить мячи разных размеров, массажные мячики или цилиндрики, ленточки на палочках или на колечках, где дети могут выбрать инвентарь, с которым хотелось бы им поработать. Организация упражнений может быть в рассыпную, в колонны или парами [8].

Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным движениям (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, метание), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности [4, 6, 7, 9, 10, 14].

Основные виды движений могут выполняться индивидуально и в парах, фронтальным, групповым, поточным или круговым методом с проявлением детской инициативы. Например, «не повтори движение впереди идущего», показ ребенком, какого-либо упражнения. Перед тем как что-либо показывать дети должны уметь владеть своим телом, движения должны быть осознанны и осмысленны. Выбор ширины и высоты наклонной доски, которые прикреплены на гимнастической стенке или самостоятельно всем вместе выстроить свою полосу препятствий. Эти приемы помогают развитию инициативы, творческого воображения, ориентировки в различной ситуации. Ситуация, когда детям предоставляется возможность выбирать, является началом их творческих, еще не осознанных поисков, поддерживает интерес к процессу, стремление многократно повторить движение и самое главное в некоторых упражнениях преодолению своих страхов. Задача педагога в этой ситуации – индивидуально корректировать движения, время от времени делать предметом общественного внимания, действия отдельных детей, создавать ситуацию успеха, поощрять малейшее проявление самостоятельности. К тому же, необходимо обратить внимание детей на осмысление их движений и действий:

- что делаешь,
- почему так,
- как можно по-другому,
- с каким еще предметом можно выполнить данные движения,
- как по-разному можно расставить предметы для движений.

Заключительная часть занятия традиционно содержит упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания, дыхательную, пальчиковую

гимнастику может. Все эти упражнения дети старшего дошкольного возраста могут предложить и показать сами. Обсуждение итогов можно провести в общем кругу с включением, например, психоэмоциональной игры «Поддержи товарища».

Многолетняя практика показала, что работа над проблемой создания устойчивого интереса к занятиям по физической культуре позволяет добиться 99% успеха в освоении детьми двигательных заданий и 100% успеха в решении задачи по формированию желания выполнять физические упражнения ежедневно.

Библиографический список

1. Микляева Н. В. Несколько слов о развитии и поддержке детской активности и самостоятельности // Детский сад от А до Я. 2018 № 17. С. 23-30.
2. Смирнова Е. О. Детская психология. Москва : Дрофа, 2018. 253 с.
3. Цукерман Г. А., Елизаров Н.В. О детской самостоятельности // Вопросы психологии. 1990. № 6. С. 10-21.
4. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Бег // Дошкольное воспитание. 2020. № 8. С. 44-49.
5. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Занятие физической культурой // Дошкольное воспитание. 2020. № 3. С. 57-63.
6. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Лазанье // Дошкольное воспитание. 2020. № 11. С. 37-42.
7. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Метание // Дошкольное воспитание. 2020. № 12. С. 49-55.
8. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Общеразвивающие упражнения // Дошкольное воспитание. 2020. № 6. С. 56-62.
9. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Ползание // Дошкольное воспитание. 2020. № 10. С. 51-55.

10. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Прыжки // Дошкольное воспитание. 2020. № 9. С. 57-63.

11. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Спортивное оборудование // Дошкольное воспитание. 2021. № 10. С. 29-35.

12. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Спортивный инвентарь // Дошкольное воспитание. 2021. № 11. С. 49-54.

13. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Строевые упражнения // Дошкольное воспитание. 2020. № 5. С. 47-52.

14. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Ходьба // Дошкольное воспитание. 2020. № 7. С. 56-61.

УДК 373.2

Возможности сложноорганизованной двигательной среды для формирования физической культуры детей

Норкина Анастасия Николаевна,
инструктор по физической культуре,
Тимошкина Вера Мяликгулыевна,
методист,

Пересыпкина Оксана Константиновна,
заведующий

*СП «Детский сад «Семицветик»
ГБОУ СОШ «ОЦ «Южный город» пос. Придорожный
Самарской области*

Аннотация. В статье представлен опыт использования спортивного инвентаря и оборудования, образующего сложноорганизованное двигательное пространство в дошкольной образовательной организации. Данный подход обеспечивает комплексное достижение целей формирования физической

культуры ребенка. Акцент сделан на развитии детей в условиях решения ими жизненно важных двигательных задач.

Ключевые слова: двигательная задача, дети дошкольного возраста, спортивный инвентарь, спортивное оборудование, физическая культура

Possibilities of a complexly organized motor environment for the formation of physical education of children

Norkina Anastasia Nikolaevna,

physical education instructor,

Timoshkina Vera Myalikgulyevna,

methodologist,

Persypkina Oksana Konstantinovna,

head of SP «Kindergarten «Semitsvetik»

GBOU secondary school «OC «Yuzhny Gorod» Pridorozhny

settlement Samara region

Annotation. The article presents the experience of using sports equipment and equipment that form a complexly organized motor space in a preschool educational organization. This approach ensures the comprehensive achievement of the goals of forming a child's physical education. The emphasis is on the development of children in the context of solving vital motor problems.

Keywords: motor task, preschool children, sports equipment, sports equipment, physical education

Формирование физической культуры предполагает достижение четырех взаимосвязанных целей [2]:

- развитие физических и умственных способностей;
- совершенствование двигательной активности;
- формирование здорового образа жизни;
- социальной адаптации ребенка.

Таким образом, организация процесса физического развития детей в дошкольной образовательной организации может способствовать формированию саморегуляции ребенка, включая

способности к сотрудничеству и адаптации с окружающим миром, осознанием себя в этом мире.

По нашему мнению, такой процесс физического развития будет наиболее эффективен при решении воспитанниками двигательных задач в условиях сложноорганизованного пространства спортивного зала. Опыт показал, что данная практика позволяет детям:

- осуществлять контроль над своим телом, своими чувствами;
- уметь держать себя в определенных границах;
- иметь знания действовать в непредсказуемых обстоятельствах.

Сложноорганизованное пространство – это комплекс переносного спортивного инвентаря и оборудования, включая мягкие модули [1, 2]. Оно предоставляет детям свободу и выбор:

- двигаться куда хочешь, самостоятельно определяя сложность пути;
- сотрудничества друг с другом;
- испытать радость и уверенность в своих силах.

На занятиях с воспитанниками используется ряд упражнений-задач, связанных с преодолением внутренних психологических зажимов и напряжений.

Упражнение «Путешественники» (на физкультурном комплексе). В путешествие отправляются несколько команд (двойки, четверки). Путешествуя (в открытом космосе, например), участники команд отбивают нападения космических пиратов (в игроков можно метать мячи), чинят корабль (держат веревку, которая выполняет роль страховочного каната или кислородного шланга...) Игра решает задачи взаимодействия, коммуникации, учит действовать сообща.

Упражнение «Хаотический бег». На первых порах, когда без столкновений не обойтись, детям предоставляется пространство всего спортивного зала. После того, как количество столкновений уменьшилось, усложняем задачу, предлагая бегать только на одной половине зала. Уменьшая территорию для бега, детям приходится контролировать себя, чтобы не сталкиваться.

Упражнение «Пауки с мячом» Двигательные задачки на ловкость и быстроту: кто быстрее перенесет мяч из точки А к точке В, передвигаясь при этом необычным способом (в горизонтальном положении). Используем приемы «Зверобатики» (акробатики) – освоение неожиданных способов передвижения, которые могут быть включены в любую спортивную игру или тренировку.

Упражнение «Медведи на бревне». Педагог ставит задачу преодолеть препятствие (бревно), двигаясь, как медведи (прием «Зверобатики»): на четвереньках, головой вперед. Задача может усложняться: у медведя заболела передняя (задняя) лапа, нужно передвигаться на трех лапах. Также можно определять этапы пути: «половина», «вторая половина», при этом тренируя память, внимание воспитанников.

Игровое упражнение «Космос». Дети и тренер встают так, чтобы все видели друг друга. Педагог объясняет последовательность движений или задает ритм, подает команды. Упражнение направлено на развитие физических качеств и работу в команде.

Игра-задача «Салки». До начала игры с помощью считалки или жребия выбирают водящего. Затем детвора договаривается о границах территории, за которую нельзя выходить. Водящий должен догнать и коснуться ладонью (гимнастической палкой) убегающего ребенка. Выигрывает тот, кого не смогли осалить. Усложнить игру можно, определив, до какой части тела можно дотрагиваться (рука, плечо и пр.). Игра на развитие физических качеств, внимания и взаимодействие.

По нашим наблюдениям, выполняя эти упражнения в дальнейшем, ребенок самостоятельно выбирает удобный для себя спортивный инвентарь и оборудование, например, по высоте, своим возможностям. Такое постепенное понимание и оценка своих ресурсов, безусловно, способствует саморегуляции, умению анализировать, сокращению количества конфликтов, которые возникают при игре. Все это отражает эмоционально-волевою сторону физкультурных занятий.

Для того, чтобы физкультурные занятия были наиболее интересными, в них включаются игровые сюжеты и образы.

Игра-задача «Наводнение» (рис. 1).

По команде «наводнение» спортивный зал начинает «наполняться водой». Педагог показывает до какого уровня поднимается вода. Задача детей за определенное время подняться на спортивное оборудование до такой высоты, чтобы хотя бы «голова возвышалась над водой». Дети могут не только сами спастись от наводнения, но и спасти других.



Рис. 1 Игра «Наводнение» в сложноорганизованном двигательном пространстве

Игра-задача «Пожар» (рис. 2).

По команде «пожар» ребятам нужно за определенное время спуститься со спортивного оборудования на пол и поползти вдоль стены до выхода. После выполнения команды можно обсудить с детьми, почему во время пожара нельзя прятаться, а нужно двигаться к двери, причем вдоль стены и желательно ползком.



Рис. 1 Игра «Пожар» в сложноорганизованном двигательном пространстве

В данных играх у детей развиваются не только физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), но также опыт действовать в различных жизненных ситуациях, используя мыслительную цепочку «воспринял – понял – запомнил – сделал – соотнес сделанное с предложенным».

Таким образом, Физкультурные занятия в сложноорганизованном пространстве спортивного зала открывают возможности последовательно развивать у детей жизненно важные умения и навыки. Знания и опыт, полученные детьми на занятиях, оказывают существенное влияние на раскрытие ресурсов ребенка, направлены на самосовершенствование, веру в себя и в преодоление трудностей. Это точно не спорт, но больше, чем физкультура.

Библиографический список

1. Реутский С. В., Плахотников С. В., Раух Р. Г., Парезев Е. Н. Школа диалога с препятствием. Как в движении рождается личность. Практика. Технология. Результаты. Москва : Образовательные проекты; Санкт-Петербург : Линка-Пресс, 2023. 160 с.
2. Реутский С. В. Шпаргалки по зверобатике. Санкт-Петербург : Речь, 2010. 48 с.

УДК 373.2

Организация «Маршрута к здоровому образу жизни» участников образовательных отношений

Соболева Анастасия Михайловна,
старший воспитатель,

Степанченко Ольга Владимировна,
инструктор по физической культуре,

*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 253 Краснооктябрьского района Волгограда»,
Волгоградская область, Россия*

Аннотация. В статье представлен опыт реализации программы «Маршрут к здоровому образу жизни», направленной на эффективное взаимодействие участников образовательных отношений по вопросам организации здоровьесберегающих условий сохранения физического и психологического здоровья. Описаны модули «Культура здоровья», «Психология здоровья», «Инициативы здоровья». Одним из важных аспектов реализации программы стал личный пример педагогов, как основополагающий фактор формирования здорового образа жизни у воспитанников и их родителей.

Ключевые слова: взаимодействие, дошкольное образование, здоровый образ жизни, участники образовательных отношений, формы работы

Organization of the «Route to a Healthy Lifestyle» of participants in educational relations

Soboleva Anastasia Mikhailovna,
senior educator,

Stepanchenko Olga Vladimirovna,
physical education instructor,

*Municipal preschool educational institution
«Kindergarten № 253 of the Krasnooktyabrsky District of
Volgograd»,*

Annotation. The article presents the experience of implementing the «Route to a Healthy Lifestyle» program, aimed at effective interaction of participants in educational relations on issues of organizing health-preserving conditions for maintaining physical and psychological health. The modules «Health Culture», «Health Psychology», «Health Initiatives» are described. One of the important aspects of the program implementation was the personal example of teachers, as a fundamental factor in the formation of a healthy lifestyle in students and their parents.

Keywords: interaction, preschool education, healthy lifestyle, participants in educational relations, forms of work

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет, как одну из важнейших задач, охрану и укрепление здоровья воспитанников через создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной работы [1, 4].

В настоящее время очень широкое распространение получил термин «здоровьесбережение». Под здоровьесбережением принято понимать систему мер, направленных на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса (педагогов, воспитанников, родителей).

В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях (далее – ДОУ), создание оптимальных условий для формирования потребности к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, понимания ценностей «жизнь» и «здоровье» [2, 3].

Программа «Маршрут к здоровому образу жизни» направлена на эффективное взаимодействие участников образовательных отношений по вопросам организации

здоровьесберегающих условий сохранения физического и психологического здоровья.

Одним из ведущих условий успешной реализации идей здоровьесбережения в образовательном процессе рассматривается профессиональная компетентность педагогов, их личная культура здоровья. Такая культура является важным ресурсом успешности педагогической деятельности, поскольку, только педагог, как носитель культуры здоровья, может воспитывать ответственное отношение у ребёнка к личному здоровью и здоровью окружающих.

Началом маршрута к здоровому образу жизни стала разработка и реализация корпоративной программы укрепления здоровья работников «Аксиома здоровья». Эта программа состоит из нескольких модулей.

Модуль «Диагностика здоровья».

Начало работы связано проведением анализа ситуации по состоянию здоровья работников и выбора приоритетов ДОО.

Модуль «Культура здоровья».

Реализация содержания программы осуществлялась через разнообразные формы работы с педагогами:

- консультации специалистов по здоровому образу жизни, путём формирования корпоративной культуры здоровья;
- просмотр образовательных и мотивационных спортивных видеороликов;
- проведение обучающих семинаров-практикумов, тренингов для работников «Здоровое питание», «Волшебный массаж», «Кинезиологическая гимнастика» и др.;
- проведение мастер-классов по приготовлению вкусной и здоровой пищи, проведение конкурсов рецептов блюд для здорового питания;
- организация места для самостоятельного контроля (тонометр, напольные весы, сантиметровая лента) показателей факторов риска здоровья (артериальное давление, масса тела, окружность талии);
- размещение мотивационных фотографий, плакатов (информационные стенды, мессенджеры, официальный сайт

организации, социальные сети, электронная почта).

Модуль «Психология здоровья».

Формы работы по этому модулю предполагают проведение мероприятий:

- информирование работников об основах психоэмоциональной гигиены в рамках «Часа психологии»;
- наполнение контента официального сайта и социальных сетей ДОО информацией по сохранению психологического здоровья;
- проведение психопрофилактических мероприятий (профилактика стресса на рабочем месте, повышение уровня благополучия, сопровождение по управлению эмоциями);
- профилактика депрессии, выгорания, тревожных расстройств;
- аутогенная тренировка, арт-терапевтические и проективные методики, дыхательные практики.

Модуль «Инициативы здоровья».

Предполагается проведение:

- ежедневных физкульт-брейков (производственной гимнастики);
- еженедельных пеших прогулок с применением современных диагностических технологий;
- семейных оздоровительных мероприятий: катание на коньках, лыжах, велосипедные прогулки, семейные походы выходного дня, подвижные игры;
- ежемесячные посещения спортивных учреждений (фитнесс-центры, тренажерный зал, бассейн и др.);
- проведение спартакиад среди сотрудников ДОО (шахматы, волейбол, бадминтон и др.).

Одним из важных аспектов реализации программы «Маршрут к здоровому образу жизни» стала совместная работа детского сада и семьи. Организовано взаимодействие всех участников образовательного процесса по вопросам здоровьесбережения детей. У воспитанников наблюдаются:

- стабильные результаты и положительная динамика освоения двигательных умений и навыков;

- стойкий интерес к занятиям физической культурой и спортом;
- формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Воспитанники и родители активно участвуют и побеждают в спортивных мероприятиях районного, городского, Всероссийского и Международного уровней. Педагоги принимают активное участие в мероприятиях по обмену опытом в данном направлении: районные семинары-практикумы, методические объединения, Всероссийские и Международные конференции, выступая в форме мастер-классов, стендовых докладов, открытых занятий, презентаций проектов.

Комплексный подход реализации программы позволил обеспечить:

- взаимодействие педагогов по вопросам повышения приверженности к здоровому образу жизни и сохранению психологического здоровья в процессе трудовой деятельности;
- повышение роли семьи в воспитании подрастающего поколения, в процессе пропаганды активных практик оздоровления на личном примере, что способствовало увеличению охвата лиц, ведущих здоровый образ жизни.

Корпоративная программа «Аксиома здоровья» стала победителем Всероссийского конкурса «Здоровые решения». В результате, часть коллектива стали счастливыми обладателями пятидневного обучения педагогов в тренинг-лагере «Амбассадоры здоровья» в Краснодарском крае. Это позволило обмениваться физкультурно-оздоровительными практиками на стратегических питч-сессиях, мастер-классах, разнообразных методических и лекционных треках.

Дальнейшим продолжением работы по программе «Маршрут к здоровому образу жизни» стала реализация серии педагогических проектов «Здоровый мир движений», «Многофункциональное нетрадиционное оборудование», «Правильная физкультура». Инновационная направленность реализованных проектов заключалась в оптимизации оздоровительной деятельности, применении комплекса

традиционных и инновационных здоровьесберегающих технологий в работе с детьми и родителями.

Таким образом, накопленный опыт педагогов позволил выстроить комплексную модель здоровьесбережения в ДОУ, которая дала возможность обогатить содержание физкультурно-оздоровительной работы, сделать её современной и эффективной.

Библиографический список

1. Щербак А. П. Организация физического развития детей дошкольного возраста в образовательных организациях : методические рекомендации / А. П. Щербак. Электрон. текстовые дан. (1,03 Mb). Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО. 2023. 74 с.
2. Щербак А. П. Передача общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка // Воспитатели России : дошкольное образование Заполярья : сборник материалов. Серия «Воспитатели России». Москва, 2023. С. 27-35.
3. Щербак А. П. Приобщение детей к ценностям «жизнь» и «здоровье» в рамках физического воспитания // Стратегические приоритеты развития образования: взаимодействие науки и практики : материалы научно-практической конференции / под науч. ред. И. В. Серафимович, Г. В. Куприяновой. Электрон. текстовые дан. (4,4 Mb). Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2024. С. 291-296.
4. Щербак А.П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Здоровый образ жизни // Дошкольное воспитание. 2018. № 11. с. 39-43.

УДК 373.24

Формирование у детей ценностей физической культуры с использованием электронного обучения

Суворова Светлана Владимировна,

инструктор по физической культуре,

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 40

«Сороконожка»

г. Усть-Илимск, Иркутская область, Россия

Аннотация. Статья представляет возможности использования платформы «Цифровая Образовательная Среда «Мобильное Электронное Образование Детский сад» для физического развития детей старшего дошкольного возраста. Статья содержит конкретные примеры использования электронного обучения в образовательном процессе и показывает ее положительное влияние на развитие физической культуры личности ребенка.

Ключевые слова: дошкольное образование, традиционные ценности, цифровые технологии, физическая культура, электронное обучение

Formation of physical culture values in children using e-learning

Suvorova Svetlana Vladimirovna,

physical culture instructor,

Municipal budgetary preschool educational institution

«Kindergarten of combined type №. 40 «Centipede»

Ust-Ilimsk, Irkutsk region, Russia

Annotation: The article presents the possibilities of using the platform "Digital Educational Environment "Mobile Electronic

Education Kindergarten" for the physical development of senior preschool children. The article contains specific examples of the use of e-learning in the educational process and shows its positive impact on the development of physical education of the child's personality.

Key words: preschool education, traditional values, digital technologies, physical education, e-learning

Под электронным обучением понимается «организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников» (федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с изменениями и дополнениями).

Также, в соответствии с законом, в дошкольных образовательных организациях могут быть сформированы цифровые (электронные) библиотеки, обеспечивающие доступ к профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам. Таковой «библиотекой» в нашем детском саду платформа «Цифровая Образовательная Среда «Мобильное Электронное Образование Детский сад» (далее - «МЭО Детский сад»).

Базы данных «МЭО Детский сад» позволяют получить яркие, эмоционально насыщенные запоминающиеся образы для формирования интереса детей, например, к символам России, которые используются спортсменами на соревнованиях.

Другим примером служит информация «Важные качества, которые нужно тренировать». Она необходима на тематическом физкультурном занятии для формирования представлений о значении двигательной активности в жизни ребёнка. Ознакомление воспитанников с физическими качествами позволяет отвечать на вопросы: «Когда нужна ловкость?»,

«Зачем гибкость нашему телу?» «Где можно проявить силу, быстроту или выносливость?». Такие занятия вызывают у воспитанников интерес «У кого хорошо развиты все эти качества сразу?». В ходе беседы выяснили, что такими качествами могут обладать спортсмены, а первым шагом к чемпионству может стать Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» [1, 2]. Ответ, как это сделать, был получен снова в «МЭО Детский сад».

Перейдя от слов к делу, на базе дошкольного образовательного учреждения был проведен зимний фестиваль «ГТО», программа которого была насыщенной, наполненная эмоциями и верой в победу. В итоге, из 15 воспитанников золотой знак отличия получили 13 детей, 2 ребёнка бронзовый знак. Пять педагогов сдали норматива «ГТО» на золотой знак отличия.

Безусловно, таковая работа создает условия патриотического воспитания детей. Наибольший воспитательный эффект оказывают физкультурные праздники, развлечения и подвижные игры. Например, при взаимодействии с Общероссийским общественно-государственным движением детей и молодёжи «Движении Первых» в детском саду прошли два грандиозных события: физкультурное мероприятие, посвящённое памяти защитников Отечества, и Военно-патриотическая игра «Зарница».

«МЭО Детский сад» позволяет наиболее эффективно участвовать во Всероссийском Проекте «ИГРА 4D»: дети, движение, дружба, двор»! Проект «ИГРА 4D» – это уникальный марафон детских дворовых игр российского масштаба, который способствует возрождению культуры детской подвижной игры. Наше дошкольное учреждение единственное в городе чью авторскую игру «Весёлые штаны» внесли в всероссийский банк «ИГРА 4D».

Благодаря использованию ресурса Цифровой Образовательной Среды «Мобильного Электронного Образования Детский сад», занятия физической культурой становятся для детей интересней, увлекательней, доступней, так как мультимедийные объекты повышают мотивацию детей к

обучению и способствуют личному продвижению ребёнка при выполнении заданий.

Таким образом, электронное обучение позволяет вместе с традиционными методами наиболее эффективно формировать ценности физической культуры. Это способствует воспитанию у детей ответственности, стремление выполнить задание не только быстро, но и правильно, формировать нравственно-волевые качества.

Библиографический список

1. Щербак А. П. Комплекс ГТО как основа взаимодействия ДОО с родителями старших дошкольников // Инструктор по физической культуре. 2023. № 3. С. 6-16.

2. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» // Дошкольное воспитание. 2023. № 2. С. 16-18.

УДК 373.2; 796

Общая выносливость как основа ценностей «жизнь» и «здоровье»

***Усманова Галина Владимировна,**
инструктор по физической культуре,
Шкитюк Ирина Петровна, старший воспитатель,
Заикина Елена Леоновна, воспитатель,
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение города Новосибирска «Детский сад № 362»,
Новосибирская область, Россия*

Аннотация. В статье обсуждается проблема формирования у детей дошкольного возраста ценностей «жизнь» и «здоровье», которые лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания. Предлагается, прежде всего, развивать общую выносливость детей посредством интервальной

тренировки по системе «Табата», адаптированной для детей старшего дошкольного возраста. Представлена краткая характеристика блоков этой системы.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, жизнь, здоровье, общая выносливость, физическое развитие

General endurance as the basis of the values «life» and «health»

Usmanova Galina Vladimirovna,
physical education instructor,
Shkituk Irina Petrovna, *senior educator,*
Zaikina Elena Levonovna, *educator,*
Municipal budgetary preschool educational institution
of the city of Novosibirsk «Kindergarten № 362»,
Novosibirsk region, Russia

Annotation. The article discusses the problem of forming the values «life» and «health» in preschool children, which underlie the physical and health direction of education. It is proposed, first of all, to develop the general endurance of children through interval training according to the «Tabata» system, adapted for older preschool children. A brief description of the blocks of this system is presented.

Keywords: preschool children, life, health, general endurance, physical development

Формирование основ здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является одной из приоритетных задач современного образования. Ценности «жизнь» и «здоровье» лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания, они закреплены в рабочих программах воспитания каждого детского сада [1, 2, 3].

Это предполагает формирование у ребёнка возрастосообразных знаний и умений в области физической культуры и безопасного образа жизни:

- факторах, положительно влияющих на здоровье;
- роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
- взаимодействия с детьми с особенностями здоровья;
- стремлении заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

Задача детского сада обеспечивать оптимальные организационно-методические и психологические условия динамики темпов развития психофизических качеств. При этом, по нашему мнению, акцент должен быть на воспитании такого личностного качества, как потребность ребенка в движении, здоровом образе жизни и на формировании некой нормы отношения ребенка к движениям, его мотивации и поведения.

Бесспорно, владение информацией о своем теле и физических качествах, развитие которых способствует укреплению здоровья, очень важна. Для реализации этого направления воспитанникам групп старшего дошкольного возраста предлагается цикл бесед и практических занятий для знакомства с упражнениями и комплексами, направленными на развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости. Дети учатся разучивать и выбирать физические упражнения, направленные на развитие того или иного физического качества. Однако приоритетным для нас является процесс развития общей выносливости (способности к длительной мышечной работе средней интенсивности) [4]. Ее развитие позволяет укрепить детский организм:

- благотворно воздействовать на сердечно-сосудистую, дыхательную, костно-мышечную системы, способствуя всестороннему гармоническому развитию;
- повысить работоспособность (как физическую, так и умственную), что особенно важно в плане подготовки детей к школе;
- развивать природные задатки (повысить уровень максимального потребления кислорода, который является важнейшим показателем аэробных возможностей);

— воздействовать на формирование волевых качеств личности (решительности, настойчивости, усердия), что содействует преодолению детьми возникающих трудностей, доводя цель до желаемого результата;

— способствовать осознанию ребенком собственных двигательных умений, развитию самооценки, целенаправленной двигательной деятельности, общению со сверстниками.

Развитие общей выносливости и возрастание аэробных возможностей детского организма происходит при организации двигательного режима ребенка с ЧСС 130-150 ударов в минуту, преимущественно при использовании циклических видов физических упражнений (ходьба, бег, прыжки и др.). Физические упражнения выполняются непрерывно, в течение длительного времени, с постоянной интенсивностью (25-75% от максимальной). Необходимо стремиться сохранить постоянный темп, ритм, величину усилий и амплитуду движений. Поэтому была разработана методика интервальной тренировки по системе «Табата», адаптированная для детей старшего дошкольного возраста.

По данной системе необходимо выполнить за небольшой промежуток времени комплекс упражнений на разные группы мышц. Подбор двигательного материала был разделен на пять блоков в каждом по пять упражнений для мышц:

- 1) плечевого пояса,
- 2) туловища в положении стоя,
- 3) туловища в положении лежа,
- 4) ног (без прыжков),
- 5) ног (прыжки).

На выполнение упражнения отводилось 20 с, затем 10 с на ходьбу на месте. Между блоками перерыв составлял 30 с, во время которого продолжалась ходьба на месте с упражнениями на восстановление дыхания. В общей сложности около 15 мин.

Дети старших дошкольных групп успешно справляются с такой нормированной двигательной нагрузкой. На пульсовой кривой ярко выделялись шесть пиков с максимальным показателем 130-140 уд./мин, продемонстрированные после

подвижной игры в подготовительной части занятия и после прыжков в каждом блоке. Время восстановления пульса 2-4 мин после окончания физической нагрузки. Общая плотность составила 100%, моторная – 90%.

Предварительная работа включала:

- беседы о развитии различных двигательных способностей человека;
- рассматривание иллюстраций, презентаций, видео по теме;
- обучение ритмичному выполнению упражнений под музыкальное сопровождение;
- знакомство с животными, обладающими выдающимися возможностями своего организма в демонстрации различных физических качеств.

Для соблюдения интервалов между блоками была подготовлена звукозапись музыкального сопровождения и звуковые уведомления-предупреждения о переходе к следующему блоку. Подбору музыкального сопровождения уделялось большое внимание: важно, чтобы музыка соответствовала возрасту, была знакомой детям, ритмичной, отвлекала от монотонности упражнений, способствовала поддержанию эмоционального подъема, помогала преодолевать усталость во время выполнения упражнений по протоколу «Табата».

Использовались приемы мотивации:

- обсуждение животных-спортсменов,
- концентрация внимания детей на преодолении трудностей, на количество оставшихся упражнений, аплодисменты по окончании комплекса,
- вручение памятных знаков

Подобраны вопросы для рефлексии в конце занятия:

- Развитие какого физического качества проходило на занятии?
- Какие изменения происходили в нашем организме, когда мы выполняли упражнения без отдыха?
- Легко быть таким выносливым?

— Зачем человеку нужна выносливость?

Полученный детьми опыт достаточно значим в понимании процессов, происходящих в организме во время выполнения физических упражнений, позволил им оценить свои возможности, преодолеть трудности и получить положительные эмоции от совместной деятельности.

Считаем, что начатую работу необходимо продолжать, совершенствовать, добиваясь осознанного отношения обучающихся к ценностям «жизнь» и «здоровье».

Библиографический список

8. Щербак А. П. Передача общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка // Воспитатели России : дошкольное образование Заполярья : сборник материалов. Серия «Воспитатели России». Москва, 2023. С. 27-35.

9. Щербак А. П. Приобщение детей к ценностям «жизнь» и «здоровье» в рамках физического воспитания // Стратегические приоритеты развития образования: взаимодействие науки и практики : материалы научно-практической конференции / под науч. ред. И. В. Серафимович, Г. В. Куприяновой. Электрон. текстовые дан. (4,4 Mb). Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2024. С. 291-296.

10. Щербак А. П. Технология передачи общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка // Инструктор по физической культуре. 2023. № 8. С. 6-13.

11. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Физические качества. Выносливость // Дошкольное воспитание. 2019. № 11. с. 56-61.

УДК 373.2

Тактика решения государственных стратегических задач физического развития детей дошкольного возраста

Щербак Александр Павлович,
кандидат педагогических наук, доцент,
заместитель председателя совета Всероссийской
общественной организации содействия развитию
профессиональной сферы дошкольного образования
«Воспитатели России», г. Москва, Россия

Аннотация. В статье представлен анализ стратегических документов, связанных с государственной политикой физического развития детей дошкольного возраста. Тактика решения поставленных задач связана со сформировавшимися у педагогов практиками воспитания и обучения детей, оценкой результативности форм, методов, средств образовательной деятельности. Акцент статьи сделан на деятельности Всероссийской общественной организации содействия развитию профессиональной сферы дошкольного образования «Воспитатели России», которая выявляет, проводит экспертную оценку и распространяет лучшие практики физического развития детей через инновационную деятельность и фестивальное движение.

Ключевые слова: дошкольное образование, нормативно-правовые акты, практика, стратегия, тактика, физическое развитие

Tactics for solving state strategic tasks of physical development of preschool children

Shcherbak Aleksandr Pavlovich,
candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

*deputy chairman of the council Russian Public Organization of
Kindergarten Teachers, Moscow, Russia*

Annotation: The article presents an analysis of strategic documents related to the state policy of physical development of preschool children. The tactics of solving the tasks set are associated with the practices of upbringing and teaching children that have been formed by teachers, an assessment of the effectiveness of forms, methods, and means of educational activities. The emphasis of the article is on the activities of the All-Russian public organization for promoting the development of the professional sphere of preschool education "Educators of Russia", which identifies, conducts an expert assessment and disseminates the best practices of physical development of children through innovative activities and the festival movement.

Key words: preschool education, regulations, practice, strategy, tactics, physical development

Одним из главных целевых показателей «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р) является увеличение доли детей в возрасте от 3 лет, систематически занимающихся физической культурой, в общей численности детей до 90% [5].

Для достижения поставленной цели в рамках «Государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» (утв. постановлением Правительства Российской Федерации от 30 сентября 2021 г. № 1661) решаются задачи:

- создания условий для привлечения граждан к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- создания эффективной системы физического воспитания различных категорий и групп населения;
- повышения доступности спортивной инфраструктуры для всех категорий и групп населения;

- развития системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадрового резерва в сфере физической культуры и спорта;
- совершенствования нормативно-правового регулирования сферы физической культуры и спорта;
- обеспечения безопасности при проведении физкультурно-массовых мероприятий.

К стратегическим нормативно-правовым актам относится также Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р). В соответствии с ней в Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) была внесена статья 30.2 «Центры раннего физического развития детей». Данные центры на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) могут быть организациями, осуществляющими образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования [5].

Двадцать восьмая статья закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» указывает, что дошкольные образовательные организации с учетом местных условий и интересов воспитанников могут самостоятельно определять формы занятий физической культурой и двигательной активности, средства и методы физического воспитания на основе федерального государственного образовательного стандарта [5, 6].

В соответствии с внесенными изменениями в Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155) к стратегическим требованиям физического развития ребенка относится:

- приобретение двигательного опыта;
- развитие психофизических качеств;
- формирование опорно-двигательного аппарата;

- овладение основными движениями;
- обучение физическим упражнениям;
- воспитание нравственно-волевых качеств;
- воспитание интереса к различным видам спорта и чувства гордости за выдающиеся достижения российских спортсменов;
- приобщение к здоровому образу жизни и активному отдыху.

Тактика реализации содержания «Физическое развитие» обозначена в Федеральной образовательной программе дошкольного образования (утв. Приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028) по разделам:

- 1) основная гимнастика: основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика, строевые упражнения;
- 2) подвижные игры;
- 3) спортивные игры: городки; элементы баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса; бадминтон;
- 4) спортивные упражнения: катание на санках; ходьба на лыжах; катание на коньках; катание на двухколесном велосипеде; плавание;
- 5) формирование основ здорового образа жизни;
- 6) активный отдых.

Ключевым положением Программы является утверждение, что формы, способы, методы и средства образовательной деятельности педагог определяет самостоятельно, что полностью соответствует вышеупомянутой статье 28 закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». К тому же, «существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей». Собственно, именно в этом и заключается тактика решения государственных стратегических задач физического развития детей дошкольного возраста.

Задачу выявления, экспертизы и распространения лучших практик, как одну из приоритетных в своей деятельности, ставит Всероссийская общественная организация содействия развитию профессиональной сферы дошкольного образования «Воспитатели России» [1].

Прежде всего, это практика ведущих специалистов в области дошкольного образования, которые щедро делятся своими материалами по реализации образовательной области «Физическое развитие», например, сотнями конспектов занятий физической для детей от трех до семи лет [7].

Благодаря организации инновационных площадок федерального уровня «Формирование физической культуры детей дошкольного возраста» (2020-2021 гг.), «Физическое воспитание детей: новые ориентиры для педагогов и родителей» (2022-2023 гг.), «Технология передачи общественных ценностей физической культуры на личностный уровень ребенка» (2023-2024 гг.) удастся обмениваться опытом наиболее эффективных форм, средств и методов работы. Например, в 2021 году было обобщено 37 практик из 19 субъектов Российской Федерации, которые стали примером реализации классической теории и методики физического воспитания детей [4]. В 2023 году в преддверии начала учебного года вниманию педагогов было представлено 87 видеороликов из 33 субъектов Российской Федерации, которые стали новыми ориентирами для педагогов и родителей для реализации содержания Федеральной образовательной программы дошкольного образования по направлению «Физическое развитие» [3].

Фестивальное движение ВОО «Воспитатели России» также позволяет выявить сформировавшиеся у педагогов практики воспитания и обучения детей и оценить их результативность. Итоги спортивного фестиваля 2023 года (36 видеозаписей из 25 субъектов Российской Федерации) были обобщены по номинациям, которые соответствуют новой стратегии развития детей [2]:

1) «Воспитание интереса детей к различным видам спорта»;

2) «Знакомство детей с действующими спортсменами и их достижениями»;

3) «Организация массового физкультурного мероприятия»;

4) «Организация сетевого взаимодействия с физкультурно-спортивными организациями, организациями культуры, спортивными объектами».

Итоги фестиваля 2024 года (68 видеозаписей из 52 субъектов Российской Федерации) позволили выявить тактику дошкольных образовательных организаций по номинациям:

1) «Воспитание ценностей «жизнь» и «здоровье» в рамках рабочей программы воспитания»;

2) «Взаимодействие с семьями воспитанников по физическому развитию детей»;

3) «Физическое развитие детей с ограниченными возможностями здоровья»;

4) «Психологическое сопровождение физического развития детей».

Проделанная работа позволила ВОО «Воспитатели России» при поддержке Фонда президентских грантов создать «Федеральный ресурсный центр» и «Территориальные ресурсные центры», в которых размещаются материалы, связанные с тактикой решения государственных задач включая направление «Физическое развитие»:

1) банк цифровых материалов (методика физического воспитания детей; методика воспитания основ здорового образа жизни);

2) аналитика (анализ нормативно-правовых актов в сфере физической культуры и спорта; анализ региональных практик физического развития детей);

3) проекты (предложения по дополнительному профессиональному образованию педагогов; предложения по представлению регионального опыта);

4) мониторинги (экспертная оценка уровня физической культуры детей дошкольного возраста);

5) консультации (консультации специалистов дошкольного образования; библиотека по теории и методике физического развития детей; ссылки на верифицированные электронные ресурсы).

Таким образом, стратегические задачи физического развития детей дошкольного возраста тактически могут и должны быть выполнены, в соответствии со сформировавшимися у педагогов практиками воспитания и обучения детей.

Библиографический список

1. Доник Д. А., Щербак А. П. Общественная организация в системе развития кадрового потенциала сферы образования: на примере деятельности «Воспитателей России» // Развитие кадрового потенциала сферы образования: перезагрузка системы непрерывного педагогического образования. Сборник научных материалов международного форума. Ярославль, 2023. С. 80-85.

2. Щербак А. П. Итоги спортивного фестиваля «Воспитатели России» - 2023 : интерактивное пособие. Электрон. текстовые дан. (5,38Mb). Москва : ВОО «Воспитатели России». 2023.

3. Щербак А. П. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: новые ориентиры для педагогов и родителей : интерактивное пособие / Электрон. текстовые дан. (2,371Mb). Москва, ВОО «Воспитатели России». 2023.

4. Щербак А. П. Формирование физической культуры детей дошкольного возраста. Методические рекомендации. Электронное издание. Москва : ВОО «Воспитатели России», 2021. 1 электрон. опт. Диск (CD-ROM) (30,2Mb). Текст: электронный.

5. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Законодательство // Дошкольное воспитание. 2023. № 4. С. 8-11.

6. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Принципы государственной политики в сфере образования // Дошкольное воспитание. 2019. № 4. С. 46-51.

7. Щербак А. П., Егоров Б. Б. Реализация образовательной области «Физическое развитие» : методические рекомендации. Электронное издание. Всероссийская общественная организация содействия развитию профессиональной сферы дошкольного образования «Воспитатели России». - Сер. ВОСПИТАТЕЛИ РОССИИ Самара : Вектор, 2020. – 117 с. 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) (13,25 Mb). Текст : электронный.

УДК 373.21; 796

Знакомство детей с видом спорта «регби» в рамках взаимодействия со спортивным клубом

***Щербакова Ирина Ивановна,**
инструктор по физической культуре
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Березовский детский сад №3»,
пгт. Березовка, Красноярский край, Россия*

Аннотация. В статье представлен опыт детского сада по знакомству воспитанников подготовительной к школе группы с одним из самых интересных командных видов спорта «регби», который любят и уважают красноярцы. Описано проведение мастер-класса с тренером регбийного клуба на профессиональном спортивном объекте.

Ключевые слова: взаимодействие, дети дошкольного возраста, детский сад, регби, спортивный клуб

Introducing children to the sport of «rugby» in the context of interaction with a sports club

***Shcherbakova Irina Ivanovna,**
physical education instructor
municipal budgetary preschool educational institution
«Berezovsky kindergarten № 3»,
Berezovka urban-type settlement, Krasnoyarsk Krai, Russia*

Annotation. The article presents the experience of a kindergarten in introducing pupils of the preparatory group to one of the most interesting team sports «rugby», which is loved and respected by Krasnoyarsk residents. The article describes the holding of a master class with a rugby club coach at a professional sports facility.

Keywords: interaction, preschool children, kindergarten, rugby, sports club

«Во что играют мальчики? Почему у них мяч странной формы?» – такие вопросы можно услышать от детей, которые видят тренировку по регби. «Регби? Нет, я не буду пробовать! Мама сказала, что там больно бьют!» – отвечают дошкольники на предложение инструктора по физкультуре поиграть в регби.

Так все-таки, что такое регби и можно ли начинать знакомство с этим видом спорта в дошкольном возрасте?

Регби – олимпийский контактный командный вид спорта. Задача каждой команды завладеть мячом и занести его за линию ворот соперника или забить гол в ворота. Мяч для регби в форме дыни, ворота напоминают букву «Н», попадание засчитывается, только если мяч пролетел между стоек над перекладиной. Игровая площадь – 100×70 м. В отличие от футбола, в регби разрешены касания мяча руками. Этот вид спорта сочетает в себе элементы футбола, баскетбола и борьбы [1].

Это один из самых интересных и элегантных видов спорта. Такое описание может удивить тех, кто не знает регби и видит только толпу людей, борющихся друг с другом, на самом деле всё намного тоньше и интереснее. Во время игры у каждого из игроков команды своя роль, при этом все они связаны в удивительно слаженное и тонкое целое с одной задачей – победить. Регби пропитан уважением: к сопернику, арбитрам и болельщикам. Именно по этой причине его называют «хулиганской игрой для джентльменов» [1].

Красноярск по праву считает себя столицей российского регби с 50-летней историей. На территории одного города

действуют два сильнейших регбийных клуба страны, в которых занимаются тысячи мальчиков и девочек:

— «Красный Яр» – 12-кратный Чемпион России и СССР, 10-кратный обладатель кубка России, обладатель Суперкубка России;

— «Енисей-СТМ» (по прозвищу «Тяжелая машина») неизменный участник всех российских чемпионатов в Высшем эшелоне.

Таким образом, для красноярских детей регби «на слуху». Воспользовавшись близостью регбийной школы «Енисей – СТМ» к нашему детскому саду было принято решение познакомить воспитанников подготовительной к школе группы с элементами спортивной игры «регби». В этом вызвался помочь выпускник нашего детского сада многократный чемпион и призёр первенств России по регби, тренер Игорь Межов.

Тренер провел мастер-класс, в ходе которого решались следующие задачи [2, 3]:

1) эмоционально – ценностная область:

— способствовать формированию умения детей принимать на себя ответственность за свое поведение;

— способствовать получению воспитанниками удовлетворения от занятий физическими упражнениями, выраженном в физическом и психологическом комфорте во время их выполнения;

2) психомоторная область:

— развитие предметных действий ребенка с целью изменить окружающую действительность;

— упражнять в выполнении сложно координационных физических упражнений (эстафетный бег, бег с передачей мяча);

3) познавательная область:

— способствовать обогащению знаний детей в области физкультуры и спорта, запоминанию и воспроизведению изученного материала;

— упражнять в умении комбинировать действия для саморегуляции собственного поведения.

Методы знакомства с элементами игры в регби [4, 5]:

- словесные (беседа, инструктирование, команды, указания);
- наглядные (непосредственной и опосредованной наглядности);
- строго регламентированного упражнения (обучения двигательным действиям);
- игровой;
- соревновательный.

Первоначально были согласованы дата и время проведения мастер-класса: стадион ДЮСШ, расположенный в пгт. Березовка, на котором проходят тренировки регбийной команды. Планируемое мероприятие было согласовано с воспитателем подготовительной к школе группы, родителями воспитанников и администрацией детского сада, которая поддержала эту идею.

Далее дети теоретически познакомились с игрой в регби. На физкультурном занятии воспитанники поделились своими знаниями об этой игре, а также посмотрели фильм, демонстрирующий основные правила игры, позиции игроков, узнали о красноярских командах «Енисей – СТМ» и «Красный ЯР».

В итоге состоялся мастер-класс по регби на стадионе ДЮСШ.

Дети познакомились с тренером, обсудили правила поведения и безопасности на занятии, выполнили разминку.

Затем перешли к упражнениям с регбийным мячом. Регби – командная игра, поэтому особое внимание на тренировках всегда уделяется умению работать в команде, слаженности действий. В группах по пять человек дети пробовали передавать мяч друг другу в движении.

Продолжили знакомство с мячом в эстафетах, направленных на развитие скоростных и скоростно-силовых качеств, координационных возможностей:

- 1) «Гонка мячей» в шеренге, в колонне;
- 2) «Добеги до фишки и передай мяч команде»;
- 3) «Доползи до фишки «как паучок» и передай мяч команде»;

4) «Цепочка» - чья команда быстрее пробежит с мячом, взявшись за руки.

Во время эстафет команды демонстрировали спортивный азарт и волю к победе, активно болели за участников.

В завершении мастер-класса дети с большим удовольствием играли в подвижную игру «Кто соберет больше фишек».

На прощание Игорь Межов похвалил детей, отметив их физическую подготовку и примерную дисциплину, подарил детскому саду настоящий регбийный мяч.

Данный мастер-класс доказал, что знакомство детей с элементами игры в регби доступно и полезно, вызывает настоящий интерес и положительные эмоции от занятий физическими упражнениями.

Фотоотчет по регби был размещен на стенде в фойе детского сада для просмотра детям и родителям.

Для того, чтобы все желающие дети, смогли продолжить заниматься регби, родителям были переданы контакты регбийной школы «Енисей – СТМ».

Благодаря проведенному мастер-классу дошколята ненадолго стали частью большой регбийной семьи «Енисей – СТМ», в которой есть место для всех. И возможно, для кого-то из них это станет началом большого спортивного пути. Ведь тот, кто играл в регби, уже никогда не останется равнодушным к этому виду спорта с сибирским характером!

Библиографический список

1. Гакаме Р. З., Коробов М. Ю. Теория и методика регби : учебно-методическое пособие. Краснодар : КГУФКСТ, 2017. 115 с.

2. Щербак А. П. Технология становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере детей дошкольного возраста: методическое пособие. Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2017. 44 с.

3. Щербак А. П. Формирование физической культуры детей дошкольного возраста. Методические рекомендации.

Электронное издание. Москва: ВОО «Воспитатели России», 2021.
1 электрон. опт. Диск (CD-ROM) (30,2Mb). -Текст: электронный.

4. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Общепедагогические методы применения физических упражнений // Дошкольное воспитание. 2019. № 3. с. 54-58.

5. Щербак А. П. Энциклопедия физической культуры ребенка. Специфические методы применения физических упражнений // Дошкольное воспитание. 2019. № 2. с. 50-54.

УДК 373.2

Эффективные практики физического развития дошкольников в рамках реализации федеральной образовательной программы дошкольного образования

Яфаева Венера Гавазовна,
*заведующий кафедрой дошкольного и начального
образования ГАУ ДПО ИРО Республики Башкортостан,
доктор педагогических наук, профессор*

Аннотация. В данной статье представлен анализ эффективных практик дошкольных образовательных организаций Республики Башкортостан по физическому развитию детей. Приведены примеры использования современного спортивного инвентаря и оборудования, фитнес-технологий, адаптированных спортивных упражнений. Отмечено целесообразное использование дистанционных и авторских образовательных технологий.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, практика, федеральная образовательная программа, физическое развитие

**Effective practices of physical development of preschoolers
within the framework of the implementation of the federal
educational program of preschool education**

Yafayeva Venera Gavazovna,
*Head of the Department
of Preschool and Primary Education State Autonomous
Institution
of Additional Professional Education of the Institute of Regional
Studies
of the Republic of Bashkortostan,
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
Ufa, Russia*

Annotation. This article presents an analysis of effective practices of preschool educational organizations of the Republic of Bashkortostan for the physical development of children. Examples of the use of modern sports equipment and facilities, fitness technologies, adapted sports exercises are given. The appropriate use of distance and original educational technologies is noted.

Keywords: preschool children, practice, federal educational program, physical development

На основании пункта IV. «Приоритетные направления развития сферы физической культуры и спорта» «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» отмечена необходимость обновления методик проведения занятий физической культурой и спортом в дошкольных образовательных организациях.

За многолетнюю историю системы дошкольного образования нашей страны создано, апробировано и активно применяется большое количество методик, методов, средств и технологий физического развития и воспитания детей дошкольного возраста. Это – методики организации и проведения физкультурминуток, динамических пауз, физических и строевых упражнений, подвижных и спортивных игр, занятий, досугов, праздников и пр. Это – разнообразные неспецифические методы слухового и зрительного восприятия информации, а также специфические методы двигательного восприятия [2, С. 28]. Это – средства физического развития, к которым относят: гимнастику,

физические упражнения, закаливание, плавание, массаж, а также материальные средства – оборудование, инвентарь, пособия, тренажеры и пр. Это – здоровьесберегающие, здоровьеукрепляющие, здоровьеформирующие, лечебно-оздоровительные, рефлексивно-игровые, проблемно-игровые, социально-коммуникативные, спортивные и прочие технологии [1, С. 24].

Для объединения на страницах данной статьи столь разных смысловых понятий «методы», «средства» и «технологии» физического развития и воспитания дошкольников в единое понятийное поле, остановимся на понятии ПРАКТИКИ, понимая под ними инструменты реализации созданных природой предпосылок гармоничного совершенствования двигательной сферы детей.

Итак, к группе игровых, рефлексивно-игровых, проблемно-игровых практик физического развития отнесем: подвижные, музыкально-подвижные игры, игры-путешествия, квест-игры, игрогимнастика, танцевально-ритмическая гимнастика, игроритмика, игротанец и пр.

К группе двигательных практик отнесем: гимнастику, общеразвивающие упражнения, основные виды движений, строевые упражнения, музыкально-ритмические движения, стретчинг, фитбол, фитнес и пр.

К группе спортивных практик отнесем: спортивные упражнения и игры, скандинавская ходьба, элементы акробатики, стэп-аэробика, чирлидинг и пр.

К группе оздоровительных и здоровьеформирующих практик отнесем: закаливание, массаж/самомассаж; корригирующие, кинезиологические и нейро-упражнения; дыхательная, зрительная, пальчиковая гимнастики; йога, горизонтальный пластический балет и пр.

При всем разнообразии перечисленных и прочих практик важно, во-первых, чтобы они не наносили вред психофизическому здоровью ребенка (важен принцип учета психофизиологических особенностей детей) и во-вторых – не противоречили федеральной образовательной программе

дошкольного образования, согласно которой «Физическое развитие» направлено на:

- овладение ОВД, элементами спортивных игр, контроль своих движений, результативное выполнение физических упражнений, овладение простейших туристских навыков, ориентация на местности;

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Остановимся на более детальном представлении некоторых практик. Как известно, одним из важнейших чувств малыша является чувство равновесия, благодаря чему он начинает сидеть, а потом и ходить, осваивая все более сложные навыки. С этой целью активно стали применяться балансиры и балансборды.

Тренажёр-балансир сибирский борд (изогнутая доска с неустойчивой опорой, изготовленная из экологически чистого материала - алтайской березы) применяется для стимуляции мозжечка, отвечающего за вестибулярный аппарат, координацию движений, равновесие и мышечный тонус, укрепления мускулатуры, мышц-стабилизаторов.

Действительно, сибборд комплексно воздействует на весь организм, развивая проприоцепцию (от лат. *capio, serio* - «принимать, воспринимать») - способность ощущать своё тело в пространстве, без которой невозможны сложные движения: она влияет на понимание расположения тела в пространстве и движения частями тела. После регулярных занятий ребенок обретает «чувство своего тела», учится к нему прислушиваться и дружит с ним. Он становится ловким, быстрым и устойчивым, походка и осанка улучшаются, а движения становятся более плавными. Мелкая моторика развивается вместе с крупной, улучшается зрительно-моторная координация и память, пространственная ориентация, совершенствуется навык письма и почерк становится ровнее. Во время игр на балансирах происходит некая сенсомоторная интеграция - мозжечковая стимуляция, которая происходит за счет одновременного участия мышц всего тела, вестибулярного аппарата и органов чувств.

Обращает на себя внимание значение сибборда не только с физиологической стороны. Помимо существенной пользы для здоровья, игры с балансирами - источник хорошего настроения и веселья. Концентрация на выполнении упражнений снимает эмоциональное напряжение и тревожность, т.е. психологическое состояние становится гармоничнее. Более того, чувство равновесия помогает улучшить силу воли, выносливость, закаляет характер, помогает обрести смелость и уверенность в себе. Следовательно, упражнения с сиббордом тесно связывают физическое, психическое и личностное развитие, способствуя разностороннему развитию ребенка.

Успешный опыт работы с сиббордом был представлен на республиканском профессиональном конкурсе «Педагог года Республики Башкортостан - 2023» инструктором по физической культуре МАДОУ «ЦРР - д/с №4» ЗАТО Межгорье Республики Башкортостан Густяковой Оксаной Ильдусовной, лауреатом данного конкурса.

Фитнес-технологии:

1. Нейрофитнес - это научно обоснованная гимнастика для тренировки мозга и наращивания нейронных связей. Занятия

по нейрофитнесу – это веселые, доступные любому малышу упражнения. Занятия часто проходят с использованием специальных тренажеров.

2. Антигравити йога – это комплекс упражнений на базе классической йоги, который выполняется в специальных гамаках, подвешенных к потолку.

3. Воздушная йога помогает ребенку развить отличное чувство равновесия за счет возможности двигаться в разных направлениях и ориентациях (даже вниз головой!) Кроме того, постоянно испытывая ощущения сжатия и растяжения в разных суставах, ребенок развивает осознанность тела и положение в пространстве. Это улучшает кровоснабжение мозга, влияет на выработку гормонов, и, как следствие, на работу мозга и развитие интеллекта.

Многие позы, которые преподаются в воздушной йоге, улучшают осанку. Занятия даже со стороны выглядят захватывающе и интересно, а участвовать в них увлекательно вдвойне. Дети выполняют упражнения, раскачиваясь на качелях, подвесной платформе, залезают в игровой туннель или на бревно. Такие тренажеры выполнены из мягкого материала, на них можно стоять, сидеть или лежать, не боясь удариться.

Как правило, на тренировках по нейрофитнесу дети много двигаются, сочетая физические и умственные упражнения. Например, балансируют на опоре, выполняя при этом интеллектуальные задания.

Наука и практика применения вариантов нейрофитнеса доказывает возможность___применения их в работе с дошкольниками с целью:

- синхронизации правого и левого полушария мозга, повышения нейропластичности (в век многозадачности и необходимости быстро реагировать на изменения, это особенно нужно);
- тренировки правильного дыхания;
- формирования физических качеств (скоростные, силовые, гибкость, выносливость за счет воздействия на тонус

мышц и регулировки напряжения и расслабления, координация, равновесие и баланс);

— концентрации внимания, восприятия, памяти, скорости мышления и других когнитивных функций);

— развития эмоционально-волевой сферы, эмоционального интеллекта;

— накопления и обогащения двигательного опыта детей;

— развития мягких навыков через 4К компетенции (коммуникация, командная работа (или кооперация), критическое мышление, креативность);

— привития/культивирования мотивации здорового образа жизни и занятий спортом.

В статье вполне осознанно сделан акцент на слове возможность_применения в работе с дошкольниками, поскольку занятия в гамаках стоит отложить, если у ребенка имеются серьезные проблемы со здоровьем или он находится в фазе обострения любого заболевания.

Антигравити-тренировки противопоказаны детям и взрослым, имеющим в анамнезе гипертонию 2-3 стадии, атеросклероз, тромбофлебит, тромбоз.

Работа со всеми остальными детьми строится с учетом главного принципа – это работа в системе от простого к сложному, при постоянном изменении простых шаблонных действий, т.е. давать мозгу возможность решать привычные задачи непривычным образом.

Весьма успешно эти практики активно применяет в своей профессиональной деятельности инструктор по физической культуре МБДОУ Детский сад №257 Елена Евгеньевна Нургалеева, лауреат республиканского профессионального конкурса «Педагог года Республики Башкортостан - 2023», руководитель педагогического кампуса в Республике Башкортостан «Калейдоскоп Детства» от Университета Детства Рыбаков Фонд, инструктор по физической культуре года столицы Башкортостана 2023, лауреат Спортивного фестиваля «Воспитатели России» в 2023 г., победитель Международного конкурса им. Л.С Выгодского «Большая игра Трек Лидер 2024».

Важно отметить, что данное учреждение является инновационной площадкой НИИ ДПО «Воспитатели России», под научным руководством А.П. Щербака.

Фитбол-игра. Игровая практика применения опыта предков по сохранению и укреплению своего здоровья.

На основе изучения башкирских народных традиций по воспитанию физически здоровых детей, с целью приобщения детей дошкольного возраста к опыту предков по сохранению и укреплению своего здоровья, инструктором по физическому воспитанию МАДОУ детский сад «Толпар» г. Баймак Республики Башкортостан Зимфирой Ризовной Мухаметкуловой была разработана спортивная игра «Ылак» на фитболах для обучения приемам «верховой» езды дошкольников. С опорой на башкирские народные традиции также была внедрена практика проведения «Конного биатлона» на фитболах со стрельбой из лука «Мэргэн уксы».

Практика применения народных традиций с использованием фитбола - замечательного тренажера, массажера, помогающего осваивать новые виды движений, укрепляя при этом мышцы туловища, развивая координацию движений и равновесие, апробирована в рамках инновационной деятельности коллектива дошкольной образовательной организации и кафедры дошкольного и начального образования института развития образования Республики Башкортостан (науч. рук. З.Г. Нафикова, к.п.н, доцент), активно реализуется и позиционируется на уровне региона.

Чир-спорт, чирлидинг – сложнокоординированный вид командного спорта, включающий в себя элементы гимнастики, акробатики, поддержек, танца. Это эффектный, яркий, зрелищный командный спорт. Это дисциплина, которая признана олимпийским видом спорта в России.

Преимущество чирлидинга в том, что он помогает с 5 лет раскрыть в ребенке не только спортивные, но и творческие способности. Дети получают спортивные навыки, учатся работать в команде, выполнять элементы синхронно и ценить работу каждого участника. На занятиях дети учатся находить общий

язык с другими учениками и наставниками, общаться без стеснения, быть уверенным, дружелюбным, самостоятельным и раскованным в общении – все это очень полезные навыки, которые помогут ребенку во взрослой жизни. Художественно-акробатические тренировки развивают у ребенка чувство ритма, ловкость, выносливость, гибкость и качества лидера.

Отмечается положительное влияние на суставы, сердце и систему кровообращения. Дети, которые регулярно занимаются, не страдают искривлением позвоночника, и вся их мышечная система развивается пропорционально. Разучивание акробатических движений и танцевальных связок отлично тренирует память и очень важное в жизни качество – настойчивость, необходимость потрудиться на занятиях для достижения цели формируют дисциплинированность. Танцы развивают ребенка, радуют его, снимают стресс и помогают выплеснуть негативную энергию, аккумулировать ее в позитив.

Более того, произведены некоторые изменения, которые коснулись государственного стандарта начального образования. В частности, в программе учебного предмета «Физическая культура» расширили количество модулей по отдельным видам спорта, которые могут быть реализованы в 2-х вариантах – самостоятельное планирование учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала, либо в виде дополнительных часов, выделенных на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности и/или за счет посещения спортивных секций. Чир-спорт в числе этих модулей.

Наиболее успешен опыт чир-спорта в детском саду у Зориной Светланы Ивановны, музыкального руководителя МАДОУ, Д/с «Ромашка» с. Михайловка Уфимского района Республики Башкортостан, Лауреата республиканского профессионального конкурса «Педагог года РБ - 2022», Победителя (2 место) XI Всероссийского конкурса «Воспитатели России».

Инновационным средством развития координационных способностей дошкольников является *«МАГ поле» - развивающее игровое пособие.*

Пособие разработано на основе современных научных представлений о закономерностях физического и психического развития ребенка в дошкольном возрасте, где ведущая роль отводится игровой деятельности и общению со взрослым. «МАГ поле» – многофункциональное, мобильное, активное, гибкое развивающее пособие, состоящее из тренажера, поля и куба «Помогатор», картотеки подвижных игр, дидактических материалов, нацеленных на активные физические упражнения.

Тренажер «МАГ поле» позволяет улучшить владение телом, увеличить скорость движений нижних конечностей, координировать движения за счет поэтапного усложнения заданий, синхронизировать двигательные и мыслительные процессы: анализ, синтез, обобщение, классификация и пр. «МАГ поле» предполагает постоянное наращивание различных спортивных возможностей, позволяет развивать крупную и мелкую моторику.

Игры и упражнения с использованием «МАГ поле» позволяют в недирективной форме общения поддерживать индивидуальность и инициативу, развивать творческий потенциал детей в разных видах деятельности (игровой, двигательной, музыкальной, познавательной и др.).

Активно применяет «МАГ поле» - развивающее игровое пособие Зайцева Евгения Андреевна, инструктор по физической культуре МАДОУ «Детский сад №36» ГО г. Стерлитамак Республика Башкортостан, Призер республиканского профессионального конкурса «Педагог года РБ - 2023».

Горизонтальный пластический балет - это эффективное средство профилактики и коррекции нарушений осанки у старших дошкольников, эстетико-оздоровительная технология, сочетающая в себе элементы физической культуры, хореографии, ритмики, пантомимы, художественной гимнастики, аэробики, аква-аэробики, йоги, пилатеса (автор Н.Н. Ефименко).

Для горизонтального пластического балета характерны относительно медленные, спокойные, плавные движения, приближающиеся к естественным ритмам функционирования основных систем организма (частоты дыхания, сердечных сокращений в спокойном состоянии, ритмичных сокращений желудка и кишечника и др.).

Стартовые позы: позы «эмбриона» (лежа на боку, сгруппировавшись), позы «полуэмбриона» (то же самое, только несколько раскрыв туловище и конечности; похожа на типичную позу сна), лежа на спине, лежа на животе, в позе на низких четвереньках (в собранном коленно-локтевом положении). Большинство поз и упражнений в ГПБ осуществляется в лежаче-горизонтированных, четырехопорных («животных») положениях – можно вести речь о партерной гимнастике, выполняемой в кошачьем стиле.

Данная форма работы с детьми используется в качестве гимнастики пробуждения, в подготовительной части физкультурного занятия, как фрагмент музыкального занятия, занятия по хореографии, театрализованного представления, а также применяется для коррекции нарушений осанки у детей и психокоррекции.

Северная/скандинавская ходьба - это вид ходьбы на свежем воздухе с использованием специальных палок, похожих на лыжные, является вполне реальным средством борьбы с начинающимся сколиозом у детей. При регулярной ходьбе с палками сама собой изменяется походка ребенка, регулируется его дыхание, выправляется осанка, снижается нагрузка на суставы. Благодаря особому распределению нагрузок повышается выносливость ребят и увеличивается длительность их тренировки, ходьба держит в тонусе мышцы верхних и нижних конечностей одновременно.

Дистанционные образовательные технологии - многофункциональный инструмент, возможности которого далеко не ограничиваются простой визуализацией или дублированием пройденного материала. Дистанционные образовательные технологии стали одним из средств

взаимодействия с воспитанниками и их семьями, предоставления воспитанникам возможности освоения образовательных программ непосредственно по месту их жительства или временного пребывания (к примеру, видео комплексов упражнений утренней гимнастики, разминок для каждой возрастной группы в веселой игровой форме, мастер-классов по профилактике нарушения плоскостопия, организации подвижных игр в домашних условиях и пр.). Важным условием подобного взаимодействия является обоюдная активность и заинтересованность сторон.

Для достижения цели становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере ребенка дошкольного возраста разработана *педагогическая технология «Маленький дом большого здоровья»*. Автор данной технологии - Александр Павлович Щербак. Вызывает интерес творческий подход в наименовании самой технологии, так и ее этапов [3, С. 80-92]:

- развивающая среда: спортивный зал и площадка на улице (Площадка под строительство);
- знания из области физической культуры (Фундамент дома);
- двигательный опыт на репродуктивном уровне (Каркас дома);
- способность справляться с возникающей двигательной задачей (Стены дома);
- саморегуляция собственных действий для сохранения физического, социального и душевного благополучия (Крыша дома).

Резюмируя вышеизложенное важно отметить, результативностью применения различных практик физического развития и воспитания дошкольников является положительная динамика состояния здоровья и показателей физического развития каждого ребенка, повышение его уровня двигательных навыков, выросший интерес к занятиям по физической культуре и спорту.

Библиографический список

1. Кузнецова Н. Л., Панова Л. Х., Яфаева В. Г. Формирование профессиональной компетенции педагогов в сфере здоровьесбережения дошкольников. Уфа: Издательство ИРО РБ, 2013. 72с
2. Малозёмова И. И. Физическое воспитание дошкольников: теоретические и методические основы [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов педагогических вузов. Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург, 2018.
3. Щербак А. П. Технология физкультурного образования дошкольников «Маленький дом большого здоровья» // Инструктор по физкультуре. 2013. № 3. С. 80-92.

Научное издание

**«ВОСПИТАТЕЛИ РОССИИ: физическое
развитие детей дошкольного возраста»**

Сборник материалов в 2-х частях. Ч. 2

Электронное издание

Издается в авторской редакции

Компьютерная верстка Е.В. Змановская

Подписано к использованию 07.10.2024

13,3 Mb, 50 электрон. опт. диск. CD-ROM. Заказ 219.

Систем. требования: ПК 486 или выше; 8 Mb ОЗУ;
Windows95 или выше; 640 × 480; 4-CD-ROM дисковод.

ВОО «Воспитатели России»

129110, Россия, Москва, Банный переулок, 3

Тел: +7 (495) 146-68-46