

Физическая культура детей

от пяти до шести лет

Учебно-методическое пособие для педагогов учреждений дошкольного образования

*Рекомендовано
Научно-методическим учреждением
«Национальный институт образования»
Министерства образования
Республики Беларусь*



МИНСК
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ ОБРАЗОВАНИЯ
2016

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

УДК 373.2.016:796 ББК 74.100.5 ШЗ6

Рецензенты:

кафедра педагогики детства и семьи учреждения образования
«Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова»
(канд. пед. наук, доц. В. Л. Шишкина); заместитель заведующего по основной
деятельности государственного учреждения образования «Дошкольный центр
развития ребенка № 26 г. Минска» А. С. Чемко

Шебеко, В. Н.

ШЗ6 Физическая культура детей от пяти до шести лет :
учеб.-метод, пособие для педагогов учреждений дошк. об-
разования / В. Н. Шебеко. — Минск : Нац. ин-т образования,
2016. — 216 с. ISBN 978-985-559-569-5.

Содержание учебно-методического пособия обеспечивает реализацию
задач образовательной области «Физическая культура» учебной программы
дошкольного образования с воспитанниками от пяти до шести лет. В по-
собии изложены современные теоретические и методические основы фи-
зического воспитания и представлены конспекты занятий по физической
культуре.

Адресуется педагогам учреждения дошкольного образования.

УДК .373.2.016:796

ББК 74.100.5

ISBN 978-985-559-569-5

© Шебеко В.Н., 2016

Оформление НМУ «Национальный институт образования», 2016

Предисловие

Новый этап развития мировой педагогической мысли изменил
общий взгляд на образование в направлении его гуманизации,
определяющей приоритет общечеловеческих ценностей, создания
условий для свободного развития личности. Подверглись
пересмотру отношения к ребенку как объекту педагогического
воздействия, и за ним окончательно закрепился статус субъекта
образования. Педагогическая поддержка детской индивидуальности
рассматривается как главная цель образования. Важное значение
придается персонализации, стремлению к самоактуализации,
самореализации и другим внутренним механизмам
индивидуального развития.

Среди многих факторов, оказывающих влияние на фор-
мирование личности (социальных, культурных, гигиенических и
др.), физическая культура занимает одно из важных мест. Она
выполняет уникальную роль комплексного развития всех аспектов
целостной личности (психического, физического,
интеллектуального, эстетического, нравственного), постепенно
подготавливая ребенка к включению во всё усложняющиеся
системы социальных отношений.

В современном представлении *физическая культура* включает в
себя три аспекта:

- деятельностный, представленный физическим воспитанием,
— культура как процесс или способ рационально
организованной деятельности по преобразованию телесности
и воспитанию духовности;
- предметно-ценностный — культура как совокупность
предметов и специфических знаний для удовлетворения

общественных и личностных потребностей в интересах физического совершенствования человека; персонифицированно-результативный — культура как результат деятельности, воплощенный в самом человеке в виде физических качеств, освоенных двигательных навыков, знаний и убеждений в необходимости занятий физическими упражнениями. Данные подходы к пониманию физической культуры позволяют рассматривать ее как область культурных явлений, связанных с развитием человеческой плоти в человеческую телесность, включением человека в мир культуры.

Деятельная часть физической культуры представлена процессом физического воспитания. Современные представления о физическом воспитании отражают не только его прикладной характер, но и вопросы социализации личности, ее интеллектуальное, психологическое, духовное и творческое развитие.

Наиболее точное определение физическому воспитанию дано Л. П. Матвеевым. Он отмечает, что *физическое воспитание* — это педагогический процесс направленного использования факторов физической культуры, включающий обучение двигательным действиям (в результате которых формируются двигательные умения, навыки и связанные с ними знания), воспитание индивидуальных физических качеств и сопряженных с ними двигательных способностей, содействие на этой основе становлению и развитию свойств личности. Результативность физического воспитания достигается благодаря использованию всей системы средств: физические упражнения, оздоровительные силы природы (солнце, воздух, вода), гигиенические факторы и др., однако наибольший удельный вес приходится на долю физических упражнений. Общеизвестным стало положение, что физические упражнения выступают как основной признак жизни, стержень всей жизнедеятельности и поведения воспитанника дошкольного возраста и в то же время как формирующее начало в

его развитии. При выполнении физических упражнений объектом воли и сознания ребенка является его собственное тело, его моторика, так называемое физическое «Я». Регулярные физические нагрузки требуют постоянных волевых усилий. Выполнение упражнений сопровождается насыщенными эмоциональными переживаниями, вызванными борьбой за лучший результат. Ребенок знакомится с разнообразными двигательными умениями, навыками, идеомоторными образами физических упражнений, познает свои «темные мышечные чувства», учится управлять своими «живыми движениями» (Н. А. Бернштейн). Происходит переход от утилитарного упражнения к культуре движений. И совершенно не случайно в современных исследованиях сущность физического упражнения определяется как двигательное действие с его моторной и духовной сторонами (В. Т. Кудрявцев, Ю. М. Николаев, Г. П. Позднякова). Это создает условия для разработки новых программ и педагогических технологий, цель которых — использование средств физической культуры как предпосылок не только физического, но и личностного развития детей. Данное учебно-методическое пособие «Физическая культура детей от 5 до 6 лет» позволяет педагогу решать такие задачи.

В теоретической части пособия представлены современные приоритеты теории и практики физического воспитания детей, нацеливающие педагога не только на физическое (моторное), но и личностное развитие ребенка, описаны педагогические условия, способствующие этому. С учетом современных позиций раскрыты теоретические аспекты организации физкультурных занятий — основной формы физического воспитания в учреждении дошкольного образования, показаны возможные варианты их проведения: учебно-тренировочное, спортивно-тематическое, сюжетно-игровое (занятие-игра). Отражены основы безопасности при выполнении детьми физических упражнений, методы диагностики физической подготовленности и личностных качеств ребенка.

Филиппова, С. О. Мир движений мальчиков и девочек : метни пособие для руководителя физ. восп. дошк. учреждений / С. О. Филиппова. — СПб. : ДЕТСТВО-пресс, 2001.

Чекунова, Е. А. Сохранение здоровья детей и педагогом и условиях детского сада : учеб.-метод. пособие / Е. А. Чекупова Т. П. Колодязная. — М. : УЦ «Перспектива», 2010.

Шебеко, В. Н. Занятия по физической культуре в детски > саду : обучение и творчество : ст. дошк. возраст : пособие для педагогов дошк. учреждений / В. Н. Шебеко. — Минск : Универ ситетское, 2001.

Шебеко, В. Н. Физкульт-ура! : авторская программа по фи зическому воспитанию детей и методические рекомендации ш> организации дополнительных образовательных услуг в дошкош. ном учреждении : пособие для педагогов и руководителей учрежд г ний, обеспечивающих получение дошк. образования / В. Н. Шебеко В. А. Овсянкин ; под ред. В. Н. Шебеко. — Мозырь : Белый Ветер 2006.

Шебеко, В. Н. Физкультурные праздники в детском саду творчество в двигательной деятельности дошкольника : книга дл и воспитателей дет. сада / В. Н. Шебеко, Н. Н. Ермак. — 3-е изд., стер. — М. : Просвещение, 2003.

Шишкина, В. А. В учреждение дошкольного образования — ;ш здоровьем : пособие для педагогов дошк. образования / В. А. Шит кина. — Минск : Зорны верасень, 2006.

Шишкина, В. А. Двигательное развитие дошкольника : пособи для педагогов учреждений дошк. образования / В. А. Шишки на. — Минск : Нац. ин-т образования, 2011.

Шпак, В. Г. Элементы спортивных игр в детском саду : по собие для педагогов дошк. учреждений, обеспечивающих получе ние дошк. образования. — Минск : ИВЦ Минфина, 2004.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	3
Современные приоритеты теории и практики физического воспитания детей	7
Психолого-педагогические условия, способствующие физическому и личностному развитию ребенка в процессе физического воспитания	19
Физкультурное занятие — основная форма организации физического воспитания в учреждении дошкольного образования	51
Основы безопасности при выполнении детьми физических упражнений на физкультурном занятии	66
Изучение физической подготовленности и личностных качеств детей, обеспечивающих успех в деятельности	73
Знания, умения и профессионально значимые функции руководителя физического воспитания в учреждении дошкольного образования	78
<i>Практический материал.</i> Содержание физкультурных занятий в старшей группе учреждения дошкольного образования	
Сентябрь	82
Октябрь	102
Ноябрь	120
Декабрь.....	139
Январь	155
Февраль	171
Март	186

Апрель	198
Май	209

<i>Список литературы</i>	212
--------------------------------	-----

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ