

**В. Н. ШЕБЕКО
В. А. ШИШКИНА
Н. Н. ЕРМАК**

**МЕТОДИКА
ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ
В ДОШКОЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЯХ**

Утверждено Министерством образования
Республики Беларусь в качестве учебника
для учащихся педагогических колледжей
и училищ по специальности
"Дошкольное воспитание"

5

Минск
"Універсітэцкае"
1998

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

УДК [37.037.1:373.2](075.32)
ББК 74.100.5я723

Ш 36

Рецензенты: Л. Д. Глазырина, доктор педагогических наук, профессор; Л.Н.Кравченко, преподаватель методики физического воспитания Минского педагогического колледжа № 2 имени М.Танка

Шебеко В.Н. и др.

Ш 36 Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: Учеб. для учащихся пед. колледжей и училищ / В.Н.Шебеко, В.А.Шишкина, Н.Н.Ермак. - Мн.: Універсітэцкае, 1998. - 184 с.
ISBN 985-09-0319-8.

Учебник написан в соответствии с программой курса для педагогических училищ и колледжей. Он предусматривает изучение общих вопросов теории физического воспитания и методики физического воспитания детей. Материал базируется на результатах современных исследований и передовом опыте работы дошкольных учреждений.

Может быть полезен студентам педагогических вузов и работникам дошкольных учреждений.

УДК [37.037.1:373.2(075.32)
ББК 74.100.5я723

Учебное издание

Шебеко Валентина Николаевна
Шишкина Валентина Адриановна
Ермак Нина Николаевна

Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях

Редактор *Т.Л.Писаренко*. Художественный редактор *Д.Е.Дивин*
Технический редактор *В.П.Безбородова*. Корректор *Е.З.Липень*.

Компьютерная верстка *Н.В.Шабуня*. Подписано в печать 05.11.98. Формат 84x108/32. Бумага газетная. Офсетная печать. Гарнитура школьная. Усл.печ.л. 9,66. Уч.-изд.л. 9,68. Тираж 10 000 экз.

Заказ 5453. Государственное предприятие издательство "Універсітэцкае" Государственного комитета Республики Беларусь. Но печати. Лицензия ЛВ № 9 от 31.12.97. 220048,

Минск, пр.Машерова, 11.

Отпечатано с оригинала-макета издательства "Утверсітэцкае" в типографии "Перамога". 222310, Молодечно, ул. Тавлая, 11.

© Шебеко В.Н., Шишкина В.А.,

ISBN 985-09-0319-8

Ермак Н.Н. 1998

ПРЕДИСЛОВИЕ

Правильное физическое воспитание детей — одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека.

Современная система профессионально-педагогической подготовки воспитателя в основном дает студентам необходимый объем знаний и навыков для методической, преподавательской и организаторской работы.

В то же время с учетом изменений, произошедших в последние годы (повышение внимания к индивидуальной работе с детьми, к выявлению психологических особенностей дошкольников и др.), стоит задача улучшения качества профессиональных знаний и умений будущих специалистов, что требует совершенствования всех сторон учебно-воспитательного процесса.

Теоретический материал, представленный в учебном пособии, поможет студентам освоить принципиальные положения курса, облегчит усвоение конкретных знаний. Это будет способствовать формированию у будущего педагога личностной позиции в решении задач физического воспитания детей.

Данное пособие предусматривает изучение общих проблем теории физического воспитания и проблем методики физического воспитания детей от 3 до 7 лет.

Содержанием учебного пособия являются: теоретические основы методики физического воспитания детей; основы обучения, воспитания и развития в процессе физического воспитания; система физического воспитания в детских садах; методика обучения физическим упражнениям и индивидуальный подход к детям; эффективность использования физкультурного оборудования; планирование как прогнозирование конечных результатов здоровья, физического и двигательного развития детей; врачебно-педагогический контроль за организацией физического воспитания в детском саду.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	3
Глава 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста	5
§ 1. Место и роль физической культуры в общей системе воспитания детей дошкольного возраста.....	5
§ 2. Основные понятия теории физического воспитания	7
§ 3. Система физического воспитания в дошкольных учреждениях....	8
Глава 2. Основы обучения, воспитания и развития в процессе физического воспитания.....	15
§ 1. Формирование личности дошкольника в процессе занятий физическими упражнениями.....	15
§ 2. Двигательные умения и навыки.....	19
§ 3. Физические качества	21
§ 4. Двигательные способности	25
Глава 3. Методика обучения физическим упражнениям	28
§ 1. Гимнастика	28
§ 2. Подвижные игры.....	77
§ 3. Спортивные игры.....	84
§ 4. Спортивные упражнения	92
§ 5. Спортивный танец	99
Глава 4. Формы организации физического воспитания в детском саду	101
§ 1. Физкультурные занятия.....	102
§ 2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	126
§ 3. Активный отдых	133
§ 4. Самостоятельная двигательная деятельность.....	130
§ 5. Домашние задания по физической культуре	138
§ 6. Единство форм физкультурной работы в детском саду	138
Глава 5. Диагностика физического состояния дошкольника.....	139
§ 1. Диагностика физического развития	140
§ 2. Диагностика физической подготовленности	141
§ 3. Диагностика двигательной активности.....	148
§ 4. Диагностика функционального состояния.....	151
Глава 6. Индивидуальный подход в физическом воспитании детей	155
§ 1. Индивидуальный подход к детям с учетом состояния здоровья	156
§ 2. Индивидуальный подход к детям с учетом уровня физической подготовленности	160
§ 3. Индивидуальный подход к детям с учетом характера двигательной активности	165
Глава 7. Контроль за организацией физического воспитания в детском саду.....	167
§ 1. Врачебно-педагогический контроль на физкультурных занятиях	168
§ 2. Анализ и оценка состояния физического воспитания в дошкольных учреждениях.....	170
§ 3. Использование физкультурного оборудования	174
§ 4. Планирование, как программирование содержания и форм физкультурной работы, направленной на конечный результат	179
Литература	183