

**В.Н. Шебеко**

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА  
ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Допущено  
Министерством образования  
Республики Беларусь  
в качестве учебного пособия  
для студентов высших учебных заведений  
по специальностям «Дошкольное образование»,  
«Дошкольное образование. Дополнительная  
специальность»

\*

Минск  
(Вышэйшая школа»

Рецензенты: кафедра физического воспитания Мозырского государственного педагогического университета им. И.П. Шамякина; кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики детства и семьи Могилевского государственного университета им. А.А. Кулешова *В.А. Шишкина*

*Все права на данное издание защищены. Воспроизведение всей книги или любой ее части не может быть осуществлено без разрешения издательства.*

Шебеко, В. Н.

ШЗ 6 Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб. пособие / В.Н. Шебеко. - Минск : Выш. шк., 2010. — 288 с.: ил.  
ISBN 978-985-06-1821-4.

Изложены теоретические и методические основы физического воспитания детей дошкольного возраста. Раскрыты современные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении. Показаны основы формирования личности дошкольника средствами физической культуры.

Для студентов педагогических вузов. Будет полезно магистрантам, аспирантам, преподавателям колледжей и вузов, а также педагогам дошкольных учреждений и родителям.

УДК 373.2.016:796(075.8)

ББК 74.100.5я73

Учебное издание Шебеко

Валентина Николаевна

## ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Учебное пособие

Редактор *Е.В. Мальшева*. Художественный редактор *Е.Э. Агунович*. Технический редактор *НА. Лебедевич*. Корректоры *В.И. Аверкина, Т.К. Хваль, Е.З. Липень*. Компьютерная верстка *Ю.Л. Шибяевой*.

Подписано в печать 26.05.2010. Формат 84x108/32. Бумага офсетная. Гарнитура «Нimbus». Офсетная печать. Усл. печ. л. 15,12. Уч.-изд. л. 17,8. Тираж 1200 экз. Заказ 1707.

Республиканское унитарное предприятие «Издательство "Вышэйшая школа"».

ЛИ № 02330/0494062 от 03.02.2009. Пр. Победителей, 11, 220048, Минск.

E-mail: [info@vshph.by](mailto:info@vshph.by) <http://vshph.by>

Филиал № 1 открытого акционерного общества «Красная звезда». ЛП № 02330/0494160 от 03.04.2009. Ул. Советская, 80, 225409, Барановичи.

ISBN 978-985-06-1821-4

© Шебеко В.Н., 2010

© Издательство «Вышэйшая школа», 2010

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Современное образование акцентировано на то, чтобы помочь человеку осознать и обогатить свое «Я», найти свое место и определить социальную роль в отношениях с внешним миром, активизировать личностное самосозидание. При таком подходе любые формы, методы, технологии образования не являются самоцелью, а рассматриваются в контексте одной из основных задач образования — обеспечить наилучшие условия для саморазвития личности. Высоко нравственная, духовно богатая гармонично развитая личность, способная постоянно саморазвиваться, является той целью, на достижение которой направлены сегодня все усилия педагогики как науки.

Изменение требований, предъявляемых обществом к качеству профессиональной подготовки специалистов высшей квалификации, и корректировка самих целей обучения вызывают необходимость создания новых учебных пособий, в которых с помощью всей системы дидактических средств, форм и методов моделируется предметное и социальное содержание профессиональной деятельности будущего специалиста. Данное учебное пособие адресовано студентам педагогических вузов, изучающим дисциплину «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста». Его цель — помочь будущим специалистам освоить свою профессию, развить познавательную и профессиональную мотивацию, личностную позицию в решении задач физического воспитания детей, вооружить необходимым объемом знаний и навыков, обязательных для методической и организаторской деятельности.

Объективная необходимость написания пособия обусловлена стремлением к целостному осмыслению разнообразных научно-практических знаний о теории и методике физического воспитания детей дошкольного возраста, освещению накопленного в Республике Беларусь за последние годы научно-практического опыта в данном направлении.

При подготовке учебного пособия были использованы основные теоретические положения учебной и учебно-методической литературы прошлых лет: «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» (В.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева, 1978 и др.).

*Степаненкова, Э.Я.* Теория и методика физического воспитания и рачий тия ребенка / Э.Я. Степаненкова. М., 2001.

*Холодов, Ж.К.* Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М., 2000.

*Шебеко, В.Н.* Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях / В.Н. Шебеко, В.А. Шишкина, Н.Н. Ермак. Минск, 1998.

*Шебеко, В.Н.* Практикум по методике физического воспитания в дошкольных учреждениях / В.Н. Шебеко, В.А. Шишкина, Н.Н. Ермак. Минск, 1999

*Шебеко, В.Н.* Физкульт-ура!: авторская программа по физ. воспитанию детей и метод. рек. по орг. доп. образоват. услуг в дошк. учреждении / В.Н. Шебеко, В.А. Овсянкин; под ред. В.Н. Шебеко. Мозырь, 2006.

*Шишкина, В.Л.* Физическое воспитание дошкольников / В.А. Шишкина. Минск, 2007.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	3	3.2. Базисное содержание физического воспитания в комплексной программе дошкольного образования «Пралеска» .....	48
ГЛАВА 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста .....	5	3.3. Формирование физической культуры личности дошкольника в авторской программе физического воспитания «Физкульт-ура!» .....	65
1.1. История развития теории и методики физического воспитания детей .....	5	<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	69
1.2. Основные понятия теории и методики физического воспитания .....	9	ГЛАВА 4. Воспитание и развитие ребенка в процессе занятий физическими упражнениями .....	71
1.3. Средства физического воспитания .....	13	4.1. Возрастные особенности развития организма ребенка .....	71
1.4. Цель, задачи и принципы физического воспитания .....	17	4.2. Развитие двигательных способностей .....	72
1.5. Методы физического воспитания .....	22	4.3. Обучение физическим упражнениям .....	77
1.6. Методы исследования в теории и методике физического воспитания .....	26	4.4. Обучение основным движениям .....	84
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	29	4.5. Обучение общеразвивающим упражнениям .....	100
ГЛАВА 2. Современные проблемы в теории и практике физического воспитания дошкольников .....	31	4.6. Обучение строевым упражнениям .....	105
2.1. Личностно ориентированный подход в физическом воспитании детей .....	31	4.7. Подвижные игры дошкольников .....	106
2.2. Проблема развития личности дошкольника средствами физической культуры .....	35	4.8. Обучение элементам спортивных игр .....	112
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	43	4.9. Спортивные упражнения и простейший туризм в детском саду .....	121
ГЛАВА 3. Программы физического воспитания дошкольников .....	45	4.10. Основы безопасности при выполнении детьми физических упражнений .....	130
3.1. Характеристика программ физического воспитания детей .....	45	4.11. Формирование у дошкольников знаний в области физической культуры .....	135
		<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	138
		ГЛАВА 5. Формирование личности дошкольника на занятиях физическими упражнениями .....	140
		5.1. Формирование мотивов двигательной активности .....	140

5.2. Развитие творчества в двигательной деятельности .....	144
5.3. Развитие самооценки ребенка на занятиях физическими упражнениями .....	
.....	151
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	
<b>ГЛАВА 6. Формы организации физического воспитания в дошкольном учреждении .....</b>	<b>157</b>
6.1. Теоретические основы физкультурного занятия .....	157
6.2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня.....	162
6.3. Организация разных форм активного отдыха и самостоятельной двигательной деятельности детей .....	168
пИ	
6.4. Сотрудничество дошкольного учреждения с семьями воспитанников .....	174
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	177
<b>ГЛАВА 7. Индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании дошкольников .....</b>	<b>178</b>
7.1. Индивидуально-дифференцированный подход с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и пола ребенка .....	178
7.2. Физическое воспитание детей, имеющих признаки психомоторной одаренности.....	188
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	207
<b>ГЛАВА 8. Диагностико-коррекционная работа в физическом воспитании детей .....</b>	<b>208</b>
8.1. Диагностика физического развития, физической подготовленности и двигательной активности.....	208
8.2. Выявление и коррекция деформаций опорно-двигательного аппарата .....	214
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	222
<b>ГЛАВА 9. Планирование и контроль образовательной деятельности по физической культуре.....</b>	<b>223</b>
9.1. Планирование основных документов физкультурно-оздоровительной работы в детском саду .....	225
9.2. Педагогический и медицинский контроль здоровья дошкольником .....	232
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	
}}1	
<b>ГЛАВА 10. Профессиональная характеристика специалиста в области физического воспитания.....</b>	<b>233</b>
10.1. Профессионально-значимые качества и функции руководителя физического воспитания .....	233
10.2. Условия сохранения и укрепления профессионального здоровья педагога .....	239
<i>Вопросы и задания для самоконтроля</i> .....	249
<b>Приложение 1. Примерные планы семинарских и практических занятий по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» .....</b>	<b>250</b>
<b>Приложение 2. Примерная программа производственной практики по физическому воспитанию в дошкольном учреждении .....</b>	<b>269</b>
<b>Рекомендуемая литература .....</b>	<b>285</b>

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ