

ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

Система физического воспитания – упорядоченное множество взаимосвязанных компонентов (идеологических и научно-методических основ, программно-нормативных требований, организационной структуры и условий, необходимых для ее функционирования), взаимодействие которых способствует физическому совершенствованию детей.

В дошкольном учреждении система физического воспитания представляет собой единство цели, задач, принципов и форм работы, направленных на физическое и личностное развитие детей. Она одновременно является подсистемой, частью общегосударственной системы физического воспитания, в состав которой входят учреждения и организации, осуществляющие и контролируемые эту работу.

Общая цель всей системы физического воспитания – формирование физической культуры личности. Специфической целью физического воспитания дошкольников является содействие воспитанию здорового, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту двигательными умениями и навыками, знаниями о физической культуре, обладающего способностью управления собой.

Цель определяет задачи физического воспитания (оздоровительные, образовательные, воспитательные), которые конкретизируются с учетом возрастных особенностей развития ребенка.

Решение *оздоровительных задач* направлено на охрану жизни и укрепление здоровья детей, совершенствование функций организма, повышение общей активности и работоспособности. В более конкретной форме оздоровительные задачи определяются повышением сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания, укреплением опорно-двигательного аппарата и формированием правильной осанки, укреплением мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия, гармоничном развитии всех мышечных групп, развитии физических способностей (координационных,

скоростных, выносливости), помогающих ребенку овладеть жизненно важными двигательными навыками.

Образовательные задачи предусматривают формирование двигательных навыков и освоение физкультурных знаний. К концу дошкольного возраста ребенок должен уметь выполнять движения, встречающиеся в быту и жизни: ходить, бегать, прыгать, ловить, метать, лазать, плавать разными способами, ходить на лыжах, скользить по ледяным дорожкам, ездить на велосипеде, кататься на коньках. Сформированные двигательные навыки позволяют детям достигать хороших результатов в двигательной деятельности. Освоение физкультурных знаний формирует у дошкольников правильное отношение к своему здоровью. Им доступны элементарные знания о своем физическом состоянии, о простейших правилах сохранения и укрепления здоровья, о физических упражнениях, способах их использования в жизни людей. Специальные знания дошкольники получают в процессе режимных моментов (закаливание, гигиенические процедуры), а также в образовательной деятельности (физкультурные занятия).

Воспитательные задачи направлены на формирование личности ребенка средствами физической культуры. Они концентрируют внимание педагога на признании каждого участника образовательного процесса быть личностью, способной к саморазвитию. Основными характеристиками педагогического процесса выступают: признание уникальности и своеобразия каждого ребенка, отношение к ребенку как к субъекту собственного развития, опора на естественный процесс саморазвития формирующейся личности, доверие к ребенку в выборе средств достижения поставленной цели, партнерские взаимоотношения воспитателя и детей. В процессе такой деятельности развивается и формируется самосознание дошкольника, умение анализировать и оценивать собственные действия и поступки, осуществляется воспитание эмоционально-положительного отношения к

занятиям физическими упражнениями, развиваются волевые проявления, творческие способности ребенка.

Процесс физического воспитания строиться таким образом, чтобы одновременно решались все группы задач.

Действенность системы физического воспитания определяется характером принципов, лежащих в ее основе. Принципами физического воспитания выступают кратко выраженные научно-методические положения, отражающие закономерности овладения детьми двигательными навыками, развития двигательных способностей, формирования личности в процессе двигательной деятельности.

Основные принципы системы физического воспитания дошкольников можно разделить на две группы:

- принципы организации педагогического процесса по физической культуре в дошкольном учреждении (общепедагогические принципы);
- принципы построения занятий физическими упражнениями с детьми (общеметодические принципы).

К принципам организации педагогического процесса по физической культуре в дошкольном учреждении относятся:

- *принцип природосообразности.* Он предполагает воспитание ребенка с учетом возрастных и индивидуальных психофизических особенностей. Реализация данного принципа проявляется в учете педагогом индивидуальных особенностей каждого в различных формах работы по физической культуре, учете специфики мотивации деятельности дошкольника, особой значимости игровых мотивов, потребности в самоутверждении, в принятии во внимание чуткости дошкольников к эмоционально-образным воздействиям (яркость восприятия, образность мышления, богатство воображения и др.);
- *принцип непрерывности развития.* Он обеспечивается преемственностью между целями, содержанием и организацией

физкультурной деятельности при развитии физической культуры личности ребенка на каждом возрастном этапе дошкольного детства;

- *принцип развивающего характера образования* - предполагает вовлечение ребенка в различные виды деятельности, использование игр и упражнений, что способствует обогащению воображения, мышления, памяти и речи дошкольника. В развивающем обучении педагогические воздействия опережают, стимулируют, направляют и ускоряют развитие наследственных данных личности ребенка, который является полноценным субъектом деятельности;

- *принцип единства обучения и развития.* В двигательной деятельности этот принцип проявляется во взаимосвязи овладения ребенком двигательными навыками с состоянием и развитием опорно-двигательного аппарата, вегетативных функций организма и двигательных качеств. На занятиях физическими упражнениями этот принцип обязывает педагога вести обучение во взаимосвязи с обеспечением физической подготовленности и развития двигательных качеств;

- *принцип оздоровительной направленности.* Этот принцип означает, что при выборе средств и методов физического воспитания педагог должен руководствоваться, прежде всего, их оздоровительной ценностью. Целесообразность проведения любого физкультурного мероприятия рассматривать с позиции здоровья ребенка, соответствия физических нагрузок возможностям детей. Осуществлять педагогический и медицинский контроль;

- *принцип гармонического развития личности* означает связь физического воспитания с другими видами воспитания (умственным, нравственным, эстетическим и т.д.), согласованное и соразмерное развитие физических способностей, разностороннее формирование двигательных умений и навыков и освоение специальных знаний;

- *принцип субъектности,* включает гуманистический тип взаимоотношений участников образовательного процесса, в котором ребенок

выступает как субъект собственной деятельности. Данный принцип означает направленность педагогической деятельности на выявление, сохранение и развитие индивидуальности, самобытности ребенка, учет этих качеств и индивидуального опыта детей в процессе физического воспитания;

- *принцип сотрудничества.* Предусматривает объединение целей детей и взрослых, общую деятельность и согласованность действий, общение и взаимопонимание, общую устремленность в будущее и взаимную поддержку. Данный принцип предполагает также взаимопонимание педагога и родителей, согласованность действий, их сотрудничество в физическом развитии ребенка.

При построении занятий по физической культуре необходимо руководствоваться следующими общеметодическими принципами:

- *принцип научности* – предполагает построение физического воспитания дошкольников в соответствии с закономерностями их социализации, психического и физического развития;

- *принцип доступности* – определяет постановку детям двигательных заданий, которые соответствуют уровню их психофизического развития;

- *принцип систематичности* – обуславливает необходимость регулярности, последовательности и преемственности при формировании у дошкольников физкультурных знаний и двигательных умений;

- *принцип сознательности и активности* предполагает, что педагог в процессе физического воспитания поддерживает интерес у детей к занятиям, формирует сознательное отношение ко всему тому, что составляет содержание занятий. Осознавая оздоровительное воздействие физических упражнений на организм, ребенок приучается самостоятельно решать двигательные задачи;

- *принцип наглядности* – базируется на предрасположенности ребенка к чувственному восприятию окружающего мира. Использование данного принципа позволяет успешно формировать у детей представления об осваиваемых движениях, их ритмическом рисунке, пространственных,

временных и динамических характеристиках, рациональной технике и тактике двигательных действий;

- *принцип развития детского творчества*, ведет к интенсификации развития новых мотивов деятельности дошкольников, что существенно перестраивает их мотивационно-эмоциональную сферу, способствуя формированию эвристической структуры личности в целом. Воплощение данного принципа в процессе физического воспитания означает широкое использование игры, сказки как источника детского творчества, детского экспериментирования;

- *принцип системного чередования нагрузок и отдыха* определяет суммарный эффект физкультурного занятия. Для сохранения повышенного уровня функционирования различных систем организма нужны повторные нагрузки через строго определенные интервалы отдыха. Систематическое повторение нагрузок на фоне недовосстановления приведет к снижению работоспособности организма;

- *принцип индивидуализации* предполагает организацию физкультурно-оздоровительного процесса, при котором выбор способов, приемов, методов обучения и оздоровления обуславливается индивидуальными особенностями здоровья, физического и двигательного развития детей.

Индивидуализацию обучения можно рассматривать и в качестве самостоятельной педагогической технологии.