

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБЪЕДИНЕНИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF PRESCHOOL  
CHILDREN IN THE CONTEXT OF THE ACTIVITIES OF A PHYSICAL  
EDUCATION AND HEALTH CLUB

**Р. А. Лазовская**

R. A. Lazouskaya

Государственное учреждение образования «Детский сад № 414 г. Минска», Республика Беларусь

**Аннотация:** представленный опыт раскрывает сущность проблемы формирования двигательных навыков и физических качеств воспитанников через сочетание современных средств и методов работы, которые повышают интерес у детей к разнообразным видам двигательной деятельности, способствуют развитию способностей и укреплению здоровья.

**Annotation:** the presented experience reveals the essence of the problem of developing motor skills and physical qualities of pupils through a combination of modern means and methods of work that increase children's interest in various types of motor activities, contribute to the development of abilities and health promotion.

**Ключевые слова:** Физическая подготовленность; физические качества; циркачи; способности; творчество.

**Key words:** Physical fitness; physical qualities; Tsirkachi; opportunity; Creation.

Одной из приоритетных задач дошкольного образования наряду с сохранением и укреплением здоровья, является и задача физического развития детей. И несмотря на то, что в нашем учреждении с воспитанниками систематически проводились различные формы физкультурно-оздоровительной работы, предусмотренные учебной программой, были дети с недостаточным диапазоном двигательных умений и ослабленным здоровьем. Одни и те же педагогические средства оказывали разное воздействие на них. Передо мной возникла проблема: найти такую форму работы, благодаря которой у воспитанников улучшилась физическая подготовка, учитывался весь комплекс соматических, интеллектуальных и физических особенностей развития, а также была возможность осуществления дифференцированного и индивидуального подхода, с учетом возможностей и способностей, одновременному обучению всех, но по-разному.

Ребята занимались с желанием и легко воспринимали тот программный материал, который давал яркие эмоции. Это меня подтолкнуло к использованию в работе цирковой темы, и организации объединения по интересам «Маленькие циркачи». Работа в нашем кружке «Маленькие циркачи» была рассчитана на восемь месяцев, в которые входили три этапа.

Целью первого этапа являлось знакомство с понятием «цирк», его жанрами, артистами и способами выражения образов через движения. Этот этап работы с детьми длился две недели. Занятия в кружке начинались с бесед о цирке, воспитанники знакомились с видеозаписями номеров белорусского, российского и китайского цирков, прошлогодних цирковых представлений в исполнении детей нашего учреждения с последующим обсуждением. Было организовано рассматривание иллюстраций, фотографий, детских рисунков о цирке.

Мы активно экспериментировали со способами выполнения движений, как под музыку, так и без нее, используя картинки, загадки, игры и игровые двигательные задания. Разыгрывали цирковые сюжеты без предварительной подготовки, где дети учились передавать через мимику, жесты, движения не только животных и их повадки, но и артистов цирка: «смелых дрессировщиков», «сильных акробатов», «эквилибристов», обращающих на себя внимание «веселых клоунов» и др. Таким образом, на этом этапе воспитанники являлись активными наблюдателями, собеседниками и фантазерами.

Целью второго этапа являлось создание условий для формирования физических качеств, способностей и развития творчества воспитанников. Этот этап был самым продолжительным по времени и занимал шесть месяцев.

Большое значение придавалось физической подготовке средствами акробатики, ритмопластики, а также цирковыми жанрами: элементарной эквилибристке, клоунаде, фокусами с обязательной оценкой не только результатов, но и качества выполнения упражнений. Не было ориентации на физически среднеразвитого ребенка, задания давались со значительной степенью трудности для каждого воспитанника. На одном занятии дети могли выполнять совершенно разные задания. Одни – учились делать «мост» из исходного положения лёжа, другие – «мост» из исходного положения стоя на коленях, а некоторые уже выполняли мост из основной стойки. Осуществлялся строгий контроль за самочувствием детей во время физической нагрузки. Большое внимание уделялось страховке воспитанников и обучению их само страховке.

Для стимулирования интереса воспитанников, создания ситуации успеха, использовались поощрения и сюрпризы, не только за умения, но и за старания.

На этом же этапе осуществлялся подбор музыкальных материалов, придумывание цирковых номеров, а также выступление детей с отдельными композициями на мероприятиях детского сада, района.

К концу второго этапа ребята показывали результаты высокого уровня в развитии силы и гибкости, выносливости и координации движений. Появились воспитанники с двигательными способностями, что показали результаты мониторинга.

Целью третьего этапа являлась подготовка и проведение циркового представления – демонстрации возможностей воспитанников. Длительность – четыре – пять недель.

Здесь составлялся сценарный план циркового представления. По желанию детей, согласно их возможностям и способностям распределялись роли в цирковых номерах, шла их отработка. С помощью педагогов и родителей шились костюмы, готовился реквизит, необходимые атрибуты и афиши.

Завершался третий этап ярким, красочным цирковым представлением, демонстрацией того, чему научились за время посещения циркового кружка.

Для всех участников праздника, как детей-«артистов», так и зрителей, цирковое представление на долгое время оставило незабываемые впечатления радости, восторга, счастья.

Таким образом, благодаря активному воздействию на познавательные и двигательные способности воспитанников, создания психологически комфортных условий для их развития, за короткий промежуток времени они достигли высоких результатов.

Многие выпускники нашего учреждения продолжают свои занятия в спортивных секциях, показывая хорошие результаты: побеждали и принимали участие на Международных соревнованиях и Чемпионатах по художественной и спортивной гимнастике, футболу, в Международных турнирах по борьбе тазквондо, выполняя нормативы взрослых разрядов. Некоторые дети продолжают заниматься в цирковой студии.

Таким образом, можно сделать вывод, что работа с детьми была направлена не только на укрепление здоровья и физическое развитие, но и привитие интереса к разнообразным видам двигательной деятельности.

#### *Список использованных источников*

1. Кирченко, Н. А. Развитие основных физических качеств и координационных способностей детей: практическое пособие для педагогов / Н. А. Кирченко. – Мозырь: Белый ветер, 2011. – 150 с.
2. Шебеко, В. Н. Занятия по физической культуре в детском саду. Обучение и творчество: ст. дошк. возраст: пособие для педагогов дошкольных учреждений / В. Н. Шебеко. – Мн.: Университетское, 2001. – 88 с.
3. Шебеко, В. Н. Физическая культура детей от пяти до шести лет: учеб. – метод. Пособие для педагогов учреждений дошкольного образования / В. Н. Шебеко. – Минск: Нац. ин-т образования, 2016. – 216 с.