

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра методологии образования

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В  
УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 5 курса 522 группы

направления 44.03.01 Педагогическое образование

профиля «Дошкольное образование»

факультета психолого-педагогического и специального образования

**БОГАТЫРЕВОЙ МАРИНЫ ВИТАЛЬЕВНЫ**

Научный руководитель  
канд. пед. наук, профессор \_\_\_\_\_

Н.П. Лукашенко

Зав. кафедрой  
доктор пед. наук, профессор \_\_\_\_\_

Е.А. Александрова

Саратов 2018

**Введение. Актуальность исследования.** Воспитание здорового поколения, с гармоничным развитием физических и психологических качеств - одна из основных задач современного общества. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, формируются двигательные навыки, расширяются функциональные возможности. Важность занятий спортом, для каждого ребенка, ни у кого не вызывает сомнений.

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, который не только отражает настоящую ситуацию, но и дает прогноз на будущее. Специалисты считают, что задача повышения качества образования неразрывно связана с решением проблемы охраны и укрепления здоровья детей. Только здоровая личность может качественно усвоить знания, максимально полно реализовать их и эффективно адаптироваться в динамично развивающемся обществе.

Физические нагрузки оказывают самое разностороннее воздействие на психическую, физиологическую и двигательную функции ребенка. Выполняя большое количество разнообразных движений в различном темпе, направлениях, с различным напряжением, ребенок получает благотворное воздействие на внутренние органы и системы организма. Поэтому работа по физическому развитию детей дошкольного возраста не теряет своей актуальности на протяжении многих десятилетий.

Однако к решению проблемы развития физических качеств дошкольников как основы физической подготовленности отечественные специалисты подошли только в последние десятилетия благодаря научным разработкам Е. И. Геллер, Е. Н. Вавиловой, Н. Б. Каданцевой, Ю. К. Чернышенко, В. А. Баландина и др. Разработка вопроса развития физических качеств дошкольников, как основы физической подготовленности, если и затрагивалась в ряде работ, то только фрагментарно.

В современной педагогике все больше внимания акцентируется на физическом развитии дошкольников, как основном средстве формирования

здорового и гармонически развитого человека путем разработки нестандартных и нетрадиционных методик проведения занятий, организации физкультурного досуга и физкультурных праздников. Авторами подобных программ являются: В. Н. Зимонина, К. К. Утробина, Л. Г. Горькова, О. Б. Казина, М. Ю. Картушина, О. М. Литвинова, Т. Н. Образцова, Ю. А. Антонова, Л. Д. Глазырина, В. А. Овсянкин, Л. В. Гаврючина, М. А. Рунова, Е. Н. Вареник, С. Г. Кудрявцева, Н. Н. Сергиенко, Л. А. Обухова.

В связи с вышеизложенным очевидна актуальность данной работы, которая основывается на потребностях родителей и детей старшего дошкольного возраста в занятиях физической культурой, на базе учреждения дополнительного образования, обеспечивающего образовательную деятельность непосредственно по месту жительства ребенка и заключающаяся в разработке и поиске новых подходов к физическому развитию детей.

Дополнительное образование создает особые возможности для физического развития и образования в целом. Оно становится инновационной площадкой для отработки образовательных моделей и технологий будущего. Выполняя функции «социального лифта» для значительной части детей, компенсирует, таким образом, их недостатки, и предоставляет альтернативные возможности для физических, образовательных и социальных достижений, в том числе таких категорий, как дети с ограниченными возможностями здоровья, дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации. Работая рядом со взрослыми, беря от них лучшее, дети становятся их партнерами и помощниками.

Актуальность изучаемой проблемы обусловила выбор темы исследования: **«Физическое развитие старших дошкольников в учреждениях дополнительного образования».**

**Цель исследования** – раскрыть теоретические и практические аспекты физического развития старших дошкольников в учреждениях дополнительного образования

**Объект исследования** – физкультурно-оздоровительная работа с детьми в учреждениях дополнительного образования

**Предмет исследования** – процесс физического развития детей старшего дошкольного возраста в учреждениях дополнительного образования

**Гипотеза исследования:** физическое развитие детей старшего дошкольного возраста в учреждениях дополнительного образования будет эффективной, если выявить оптимальные формы, методы и приемы физкультурно-оздоровительной работы, основанной на индивидуальных особенностях, состоянии здоровья и уровне физического развития детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи исследования:**

1. Исследовать проблему физического развития старших дошкольников в учреждениях дополнительного образования
2. Провести индивидуальную диагностику физического развития старших дошкольников.
3. Разработать и экспериментально проверить программу физкультурно-оздоровительных мероприятий.
4. Проанализировать и обобщить результаты исследования.

В работе были использованы следующие **методы:** теоретический (анализ литературы по проблеме исследования), изучение и обобщение педагогического опыта, наблюдение, анкетирование, диагностика психофизических качеств, анализ результатов диагностики физического развития, констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент.

**База исследования:** Дом детского творчества «Солнечный» Ленинского района города Саратова. Дети старшего дошкольного возраста (6 – 7 лет), воспитанники спортивного кружка «Восточные единоборства» муниципального учреждения дополнительного образования. Количество детей – 15 человек.

**Структура работы:** Дипломное исследование состоит из введения, двух основных разделов, заключения, списка использованных источников и приложений.

**Основное содержание работы.** Во введении обосновывается актуальность, обозначается цель, задачи, объект и предмет исследования, степень изученности данной проблемы; гипотеза исследования; охарактеризованы методологические основы, методы экспериментальной работы.

В первой главе **«Теоретические аспекты физического развития старших дошкольников в учреждениях дополнительного образования»** раскрыты понятия анатомио-физиологические и психологические особенности детей старшего дошкольного возраста, рассматриваются вопросы сущности физического развития старших дошкольников, анализируются формы организации деятельности по физическому развитию старших дошкольников в учреждениях дополнительного образования.

Существенной особенностью дошкольного возраста является взаимосвязь и взаимозависимость состояния здоровья, физического и нервно-психического развития детей. Крепкий, физически полноценный ребенок не только меньше подвергается заболеваниям, но и лучше развивается психически. Физические упражнения развивают и укрепляют опорно-двигательный аппарат, предупреждают нарушение осанки и деформацию скелета. Занятия физическими упражнениями имеют не только оздоровительное, но и воспитательное значение. У детей воспитывается внимание и наблюдательность, развиваются волевые качества, вырабатывается характер.

Одним из эффективных методов повышения уровня работы по физическому воспитанию детей является внедрение новых педагогических технологий. Сегодня разработка и внедрение технологий во многом обусловлены поиском путей совершенствования здоровьесберегающей деятельности. Это связано не только с увеличением числа детей с

функциональными отклонениями в здоровье и попытками общества противостоять негативному влиянию на здоровье подрастающего поколения социально-экономических потрясений и экологических катастроф. Скорее, здоровье-сберегающая деятельность в настоящее время становится основой для интеграции образовательных областей.

Во второй главе **«Опытно-экспериментальная работа по физическому развитию старших дошкольников в учреждении дополнительного образования»** описана опытно-экспериментальная работа на базе спортивного кружка «Восточные единоборства» муниципального учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества «Солнечный» Ленинского района города Саратова. Количество детей – 15 человек.

Работа по физическому развитию старших дошкольников должна проводиться целенаправленно и систематически. Для этого, на этапе планирования эксперимента мы разработали программу физического развития старших дошкольников в учреждении дополнительного образования.

Основное отличие работы с детьми в учреждении дополнительного образования заключается в самой природе объединения дополнительного образования - это заинтересованность учащихся в получении знаний, добровольность, а также возможность занятий для детей с различным уровнем начальной физической подготовленности, отсутствие конкурсного отбора для поступления в объединение.

Основная сложность в реализации программы физического развития дошкольников в учреждении дополнительного образования заключается в том, что посещение кружка не является обязательным. И здесь главное заинтересовать ребенка, повысить у него мотивацию и стремление к занятиям спортом. Это достигается за счет организации занятий с учетом индивидуальных психологических и физических качеств ребенка и за счет проведения занятий в интересной для детей форме. Также проводится

систематическая работа с родителями и вовлечение их в работу по физическому развитию их ребенка.

Принципы образовательной программы:

- принцип наглядности и последовательности;
- принцип повторений;
- принцип доступности;
- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип соревновательной деятельности.

Педагогическая целесообразность программы определена необходимостью вовлечения детей в социально-активные формы деятельности, а именно в занятия физической культурой и спортом.

Цель программы – создание условий для всестороннего физического и личностного развития ребенка дошкольного возраста посредством занятий спортом.

Задачи программы.

Образовательные:

- обучение двигательным умениям и навыкам;
- обучение правилам поведения на занятиях.

Развивающие:

- формирование познавательной активности;
- развитие кондиционных и координационных способностей;
- овладение двигательными умениями и навыками;
- приобретение соревновательного опыта.
- формирование социальной активности: общение в группе, навыки дисциплины.

Воспитательные:

- воспитание интереса к занятиям физической культуры и спортом;
- воспитание самостоятельности, настойчивости, выдержки, самообладания;

- воспитание уважительного отношения к товарищам по спортивной группе;

- воспитание коммуникативных навыков.

Программный материал для детей дошкольного возраста (группа раннего развития) представлен в виде тренировочных заданий, сгруппированных в отдельные блоки по принципу их преимущественной направленности: тренировочные задания для проведения разминки; блоки тренировочных заданий для развития, как отдельных физических качеств, так и комплекса качеств, а также обучению технике выполнения физических упражнений.

Каждое тренировочное занятие должно иметь определенные педагогические и воспитательные задачи; содержание занятия (комплекс упражнений и последовательность их выполнения); дозировка нагрузки и режим её выполнения (интенсивность, количество повторений, серий, длина дистанций); продолжительность и характер пауз отдыха и др.; методические указания (возможные ошибки при выполнении упражнений и способы их устранения); организационные указания (место проведения занятий, необходимый инвентарь и оборудование).

Основные принципы реализации образовательной программы в условиях учреждения дополнительного образования.

1. Построение занятия в соответствии с общими и частными задачами, основными физиологическими принципами и уровнем физического развития детей.

2. Использование разнообразных методических приемов и способов организации деятельности детей для выполнения упражнений с целью увеличения их физической активности.

3. Последовательность при обучении детей, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением уже усвоенного.

4. Дозирование нагрузки и распределение физической нагрузки на организм в течение занятия.



5. Использование разнообразного спортивного инвентаря и музыкального сопровождения при проведении спортивных игр, эстафет, выполнении спортивных упражнений.

6. Развитие физической выносливости, организаторских и волевых качеств личности.

Оценка уровня физического развития дошкольников затрудняется тем, что физическое состояние ребенка зависит от многих компонентов и факторов. Также следует отметить, что выраженность тех или иных показателей физического развития индивидуально для каждого ребенка.

По результатам констатирующего эксперимента (сентябрь 2017 года) можно сделать вывод, что психофизиологические параметры детей развиты недостаточно.

С целью изменения ситуации была разработана и апробирована программа физического развития старших дошкольников в учреждении дополнительного образования, предполагающая использование различных типов физкультурных занятий: учебно - тренировочных, сюжетно физкультурных, игровых, физкультурно-познавательных, тематических, контрольных, физкультурный досуг.

После проведения формирующего эксперимента, на основе результатов контрольного эксперимента, были сделаны выводы о том, что у всех детей улучшились показатели параметров физического развития. И это связано не только с естественным ростом и развитием организма, но и систематическими занятиями физическими упражнениями.

В целом, в экспериментальной группе были выявлены изменения в лучшую сторону параметров физического развития детей. Анализируя количественные показатели можно сказать, что темп прироста находится в диапазоне от 9,8% до 12,53% - оценка хорошо, т.е. прирост достигается за счет естественного развития и целенаправленной системы физического воспитания. Хорошие показатели были получены по параметрам скоростно-

силовых качеств детей, гибкости и ловкости. Немного ниже показатели по параметрам выносливость и сила.

Программа развития рассчитана на 2 года, а оценку мы проводили после 1 года целенаправленного физического развития детей. Поэтому показатели прироста находятся в указанном выше диапазоне. На следующий учебный год запланировано продолжение работы по физическому развитию детей с продолжением отслеживания изменения в их физическом развитии.

**В заключении** формулируются основные выводы по проведенной исследовательской и аналитической работе. Работа по комплексному развитию детей была построена на данных индивидуальной диагностики физического состояния и на использовании современных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе, динамическом контроле над их эффективностью. Эффективность комплексной программы по оздоровлению и физическому развитию старших дошкольников в условиях учреждения дополнительного образования достигнута и доказана.

Данный вывод подтверждает гипотезу: физическое развитие детей старшего дошкольного возраста в учреждениях дополнительного образования будет эффективной, если выявить оптимальные формы, методы и приемы физкультурно-оздоровительной работы, основанной на индивидуальных особенностях, состоянии здоровья и уровне физического развития детей старшего дошкольного возраста.