

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
( Н И У « Б е л Г У » )

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Кафедра дошкольного и специального (дефектологического)  
образования**

**ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРОЙ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ДОСУГОВОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Выпускная квалификационная работа**  
обучающегося по направлению подготовки 44.03.01  
Педагогическое образование, профиль Дошкольное образование  
заочной формы обучения, группы 02021352  
Осетровой Ирины Васильевны

Научный руководитель  
Старший преподаватель  
Галимская О.Г.

**БЕЛГОРОД 2018**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Введение</b> .....	3
<b>Глава 1. Теоретические основы формирования интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности</b> .....	7
1.1. Сущность понятия «интерес» в психолого-педагогической литературе .....	7
1.2. Особенности формирования интереса у детей старшего дошкольного возраста к занятиям физической культурой .....	14
1.3. Педагогические условия формирования интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности .....	20
<b>Глава 2. Практическая работа по изучению сформированности интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности</b> .....	32
2.1. Изучение уровня сформированности интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой .....	32
2.2. Методические рекомендации по формированию интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности .....	37
<b>Заключение</b> .....	43
<b>Список использованной литературы</b> .....	45
<b>Приложения</b> .....	52

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования обусловлена тем, что в современных социально-экономических условиях развития общества проблема оптимизации здоровья и физического развития детей в условиях дошкольных образовательных учреждений стоит наиболее особенно остро. Серьезной проблемой является неудовлетворительное состояние здоровья и физического развития значительной части детей дошкольного возраста.

Анализ исследования ряда ученых (В.Н. Андросовой, Л.И. Божович, Н.Ф. Виноградовой, Л.А. Гордон, В.Г. Ивановой, Л.М. Маневцовой, Н.Г. Морозовой, Г.И. Щукиной и др.) по проблеме воспитания детей дошкольного возраста показывает, что важное значение в формировании личности дошкольника принадлежит развитию у них интересов. Л.И. Анцыферова, Л.И. Божович, Г.И. Щукина и др. подчеркивали значимость формирования у дошкольников интереса как важнейшего элемента их мотивационной сферы можно объяснить возрастными особенностями детей дошкольного возраста: произвольностью внимания, непреднамеренным характером запоминания, высокой эмоциональностью, недостаточной сформированностью волевых качеств.

Появляющийся интерес обостряет внимание, возбуждает творческое воображение, интенсифицирует логическую и эмоциональную память. Интерес способствует более быстрому, плодотворному восприятию материала, снимает утомление и тем самым способствует более эффективному усвоению знаний, умений, способов действий. Дети, усваиваются легче, быстрее и прочнее тот материал, который им интересен и понятен. Интерес к содержанию разучиваемых двигательных упражнений вызывает у детей эмоциональный подъем. В связи с этим повышается внимание, усиливается стремление выполнять задание качественно.

Позитивное отношение к деятельности, в том числе спортивной, рассмотрено в работах Л.Н. Волошиной, Е.П. Ильина, Л.В. Карамановой, В.И. Лазоренко, М. И. Лисиной, С.О. Филипповой и др.

Особенности развития интереса к занятиям физической культурой в дошкольном возрасте представлена в работах следующих исследователей: Л.Н. Волошиной, Н. Н. Кожуховой, Л.И. Лубышевой, Т.Л. Ощепковой, Н.К. Смирнова и др.

Влияние физической культуры на процесс формирования и развития личности признается специалистами педагогики физической культуры (В.К. Бальсевич, Л.Д. Глазырина, П.А. Виноградов, Л.Н. Волошина и др.). Физкультурная деятельность определяется ими как процесс, обеспечивающий удовлетворение потребности детей в активном движении, направленный на развитие физических сторон личности, в том числе и на социальное развитие детей.

В связи с этим обращение к развитию интереса к физической культуре – является важной социально-педагогической задачей воспитания детей дошкольного возраста. Актуальность разрабатываемой проблемы вполне очевидна. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования показывает, что существует **противоречие** между необходимостью использования физкультурных досугов, как эффективной формы работы по формированию интереса у дошкольников к занятиям физической культурой и тем, что отсутствует теоретическое обоснование организации различных форм досуговой деятельности физкультурно-оздоровительной направленности, направленных на решение этих задач.

**Проблема исследования:** поиск педагогических условий, способствующих формированию интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности. Решение данной проблемы является **целью** нашего исследования.

**Объект исследования:** процесс формирования интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников.

**Предмет исследования:** педагогические условия, способствующие формированию интереса к физической культуре у старших дошкольников в досуговой деятельности.

**Гипотеза:** формированию интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности будет способствовать реализация следующих педагогических условий:

- создание проблемных ситуаций;
- использование игровых и соревновательных приемов при организации досуговой деятельности;
- привлечение родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям.

Достижение указанной цели предопределило постановку и разрешение следующих **задач**:

- 1) Раскрыть сущность понятия «интерес» в психолого-педагогической литературе;
- 2) Охарактеризовать особенности формирования интереса старших дошкольников к занятиям физической культурой
- 3) Раскрыть педагогические условия формирования интереса старших дошкольников к занятиям физической культурой;
- 4) Определить уровень сформированности интереса старших дошкольников к занятиям физической культурой;
- 5) Разработать методические рекомендации для педагогов дошкольных образовательных учреждений, способствующих формированию интереса старших дошкольников к занятиям физической культурой в досуговой деятельности.

В работе использовался комплекс **методов исследования**, включающих: теоретические: анализ и обобщение данных научно-методической литературы; эмпирические: педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент (констатирующий этап); качественный и количественный анализ результатов исследования.

Для реализации цели и задач определена **база исследования** – Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №16 с. Весёлая Лопань Белгородского района Белгородской области». В исследовании приняли участие дети старшей группы в количестве 20 человек и их родители.

**Структура работы.** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка литературы и приложений.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1.1. Сущность понятия «интерес» в психолого-педагогической литературе

В психолого-педагогической литературе понятию «интерес» даются различные определения. Однако все авторы указывают на большую значимость его в жизни человека, понимая его как стимулятор деятельности личности.

Термин «интерес» в Толковом словаре русского языка С.И. Ожегова представлен следующим образом: «1. Особое внимание к чему-нибудь, желание вникнуть в суть, узнать, понять; 2. Занимательность, значительность; 3. Нужды, потребности» (64, 615).

В Большом энциклопедическом словаре этот термин трактуется как: «(от лат. interest – имеет значение, важно) отношение личности к предмету как к чему-то для нее ценному, привлекательному» (15, 907).

Анализ философской, психолого-педагогической литературы и практики показывает, что изучению интереса посвящены многие научные исследования, в совокупности доказавшие его разностороннюю роль как сложного и значимого фактора образования в личности. Интерес создает благоприятные условия для развития активности детей, нейтрализуя равнодушие и инертность (69, 92).

В психолого-педагогической литературе интерес – это форма проявления познавательной потребности, обеспечивающая направленность личности на основе целей деятельности (54, 26). Субъективно интерес можно обнаружить в эмоциональном плане, который приобретает процесс познания, во внимании к объекту самого интереса.

В педагогической литературе наиболее освещен познавательный интерес. Существенный вклад в разработку проблемы познавательного интереса был внесен рядом авторов (31, 43).

И.М. Цветков, Г.И. Щукина, В.Н. Мясищев, Н.Г. Морозова, определяя интерес, обратили внимание на его познавательную направленность, обращенную к области познания, к ее предметной стороне (50, 93). Это положение позволяет вычлнить познавательный интерес как область интересов вообще. Однако особенность познавательного интереса, по мнению Г.И. Щукиной, состоит не в простом ознакомлении с предметом или действительностью (69, 28).

Проблема познавательного интереса – одна из наиболее трудных в педагогике, так как, являясь индивидуально-психологической характеристикой человека, отражает сложные взаимодействия психофизиологических, биологических и социальных условий развития. Ее разработке посвятили свои труды многие ученые (60, 15).

Более того, познавательный интерес, активизируя все психические процессы человека, побуждает личность к преобразованию действительности посредством деятельности. Он представляет собою единство важнейших для развития личности психических процессов (47, 118). В интеллектуальной деятельности проявляется: поиск, догадка, исследовательский подход, готовность к решению задач. Эмоциональные проявления – это эмоции удивления, а также чувство ожидания нового, чувство интеллектуальной радости, чувство успеха. Центральным стержнем познавательного интереса является информация, поиск нового.

Подтверждение данных определений, мы находим в работе Л.И. Божович, которая видела в познавательном интересе одну из потребностей – в знаниях, которая «ориентирует человека в действительности, выделяя его субъективную (особое эмоциональное состояние) и объективную (в деятельности) стороны» (15, 29).

Развитие познавательного интереса определяется социальным



окружением, сферой и характером деятельности ребенка, обучением и воспитанием. Этот процесс во многом зависит от семьи, педагогов, от педагогических технологий.

Существует мнение, что познавательный интерес носит бескорыстный характер, но есть и другая точка зрения. Так, С.П. Манукян указывает, что в понятийном аппарате педагогики должно существовать понятие «интерес» в значении «польза», «благо», «выгода» (49, 93). Он считает, что в настоящее время вся педагогическая литература признает существование лишь познавательного интереса, слово «интерес» в ней означает только внимание, направленность, желание, и большинство исследователей не оставляют места в общей концепции мотивации учения для интереса ученика в качестве «пользы» (45, 11). Поэтому в этой концепции почти не существует теоретического положения о заинтересовывающем обучении, и в научном педагогическом обращении не существует понятия «интерес» в значении «польза».

С.П. Манукян не может согласиться и предлагает пересмотреть существующее положение в педагогической науке, опираясь на то, что в настоящее время широко распространяется идея личной заинтересованности в сочетании с общественными интересами (49, 99). Эта трактовка близка по определению к ценностным ориентациям. Так как ценности – это субъективные отражения в сознании индивида некоторых свойств, предметов и явлений окружающей действительности с точки зрения их возможности удовлетворить потребности человека (57, 102).

Второе направление – называют социологическим, так как по определению, данному в энциклопедическом словаре, интерес – это одна из форм общественной направленности личности, и он становится «реальной причиной социальных действий, лежащей на основе непосредственных побуждений – мотивов, идей и т. п. – участвующих в них индивидов, социальных групп, классов» (23, 52).

В некоторых современных психологических словарях термин интерес рассматривается по третьему направлению – ориентационному, познавательному: «... Интерес – форма проявления познавательной потребности, обеспечивающая направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствующая ориентировке, ознакомлению с новыми фактами, лучшему отражению действительности» (14, 175). Субъективно интерес обнаруживается в эмоциональном тоне, который приобретает процесс познания, во внимании к объекту интереса. В динамике своего развития он может превращаться в склонность как проявление потребности в осуществлении деятельности, вызывающей интерес (17, 74). Удовлетворение интереса не ведёт к его угасанию, а вызывает новые «горизонты», отвечающие более высокому уровню познавательной деятельности.

Сущность интереса как общего и социального явления заложена в его объективно – субъективном основании, а именно в свойстве интереса отражать объективную действительность, из которой человек выбирает то, что является для него ценным и значительным. Через интерес устанавливается связь человека с объективным миром. «Интерес, – писал С.Л. Рубинштейн, – всегда принимает характер двустороннего отношения. Если меня интересует какой-нибудь предмет, это значит, что этот предмет для меня интересен» (59, 54). Через интерес, таким образом, реализуется коммуникативная функция в системе «человек-искусство».

С.Л. Рубинштейн отмечал, что интерес – это «сосредоточенность на определенном предмете мыслей, вызывающая стремление ближе ознакомиться с ним, глубже в него проникнуть, не упустить из поля зрения» (59, 55). Интерес является мотивом познавательной деятельности. Данными заинтересованности считаются: чувственная притягательность объекта и осмысленность важности объекта. Понимание необходимости способно спровоцировать интерес к объекту, бессознательная необходимость, таким

образом, и остается необходимостью, а никак не интересом (68, 21). Интерес выражает направленность личности, охватывает все психические процессы.

Рядом ученых подтверждено, что интерес побуждает волю и внимание, может помочь наиболее лёгкому и прочному запоминанию. Именно благодаря интересу, как знания, так и процесс их приобретения могут стать движущей силой развития познавательной деятельности и важным фактором воспитания всесторонне развитой личности. В этой связи, изучая вопрос о влиянии интереса на развитие интеллекта, известный психолог А.Н. Леонтьев цитирует следующее суждение Л. Фейербаха: «То, для чего открыто сердце, не может составить тайны и для разума» (44, 52).

С точки зрения педагогической науки, интерес не всегда включает «потребность познания», а является «...одной из форм направленности личности», заключающейся в сосредоточенности внимания, мыслей на определенном предмете, и является проявлением не только познавательной, но и других потребностей» (33, 102).

Психологи Ананьев Б.Г., Ковалев А.Г., Мясищев В.Н. и другие считают интерес врожденным личностным качеством, которое во многом управляет личностным развитием и социализацией индивида (39, 55).

Существует несколько классификаций интересов. По содержанию интересы подразделяют на три группы:

- материальные интересы, которые проявляются в стремлении к жилищным удобствам, гастрономическим изделиям, к одежде и т.п.;
- духовные интересы: познавательные интересы к математике, физике, химии, биологии, философии, психологии и т.п.; интересы к литературе и разным видам искусства (музыке, живописи, театру) (36, 41).
- общественные интересы, которые включают интерес к общественной работе, к организационной деятельности (3, 47).

По направленности можно говорить о таких интересах:

- широкие интересы (разнообразие интересов при наличии основного, центрального интереса);

- узкие интересы (наличие одного-двух ограниченных и изолированных интересов при полном равнодушии ко всему остальному (32, 103);
- глубокие интересы (потребность основательно изучить объект во всех деталях и тонкостях);
- поверхностные интересы (скольжение по поверхности явления и нет интереса к объекту по-настоящему) (39, 43).

По силе проявления интересы относят к двум группам:

- устойчивые интересы. Длительно сохраняются, играют существенную роль в жизни и деятельности человека и являются относительно закрепленными особенностями его личности.
- неустойчивые интересы. Сравнительно кратковременны: быстро возникают и быстро угасают (31, 99).

Интерес, являясь базой активности субъекта в процессе деятельности, играет основную роль в решении главных задач воспитания и образования подрастающего поколения. В последние годы утверждается тенденция рассматривать несколько стадий интереса: любопытство; любознательность; познавательный интерес; теоретический интерес (63, 97).

Любопытство – элементарная стадия избирательного отношения, которая обусловлена чисто внешними, часто неожиданными обстоятельствами, привлекающими внимание детей. На стадии любопытства дети довольствуются лишь ориентировкой, связанной с занимательностью того или иного предмета, той или иной ситуации (9, 64). Эта стадия ещё не обнаруживает подлинного стремления к познанию.

Любознательность характеризуется стремлением человека проникнуть за пределы увиденного. Для этой стадии развития интереса характерны достаточно сильное проявление эмоций (удивление, радость познания, удовлетворённость деятельностью). В появлении загадок, их расшифровке и заключается сущность любознательности, как активного видения мира, которое развивается не только на занятиях, но и в труде (4, 38).

Познавательный интерес проявляется в выявлении причинно-следственных связей и закономерностей, в установлении общих принципов явлений, действующих в различных условиях. Стадия познавательного интереса обычно связывается со стремлением детей к разрешению проблемного вопроса (23, 55).

Теоретический интерес продиктован как стремлением к познанию сложных теоретических вопросов и проблем конкретной науки, так и их использованием как инструмента познания. Это – стадия активного воздействия человека на мир, на его переустройство, которая непосредственно связана с мировоззрением человека, с его убеждениями в силе и возможностях науки. Теоретический интерес характеризует не только познавательное начало в структуре личности, но и человека как деятеля, субъекта, личность (46, 51).

Исходя из анализа философских и педагогических исследований, при изучении проблемы, мы должны опираться на следующие принципиальные положения:

- интерес, как личностное образование носит конкретный, направленный характер;
- личностные интересы, их ценность возрастает, если они гармонируют с общественным интересом (46, 49);
- интерес, как личностное образование формируется и развивается в деятельности;
- интерес носит избирательный характер, что зависит от особенностей мотивов и потребностей личности (25, 311);
- развитие интереса зависит от характера эмоционального подкрепления;
- особенность познавательного интереса состоит в том, что он сопутствует всем другим видам интереса (22, 211);
- интерес выступает как фактор духовного и физического развития;
- интерес – начальная форма организации личности для тех или иных

ценностей (17, 97).

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы, в которой рассматривается проблема интереса, показал, что одни авторы трактуют интерес очень широко и отождествляют с направленностью личности в целом. Другие понимают интерес более узко и практически сближают его с отдельными потребностями, мотивами, входящими в мотивационную сферу личности. Ряд авторов отождествляет интерес с активностью человека. Однако на основании исследований можно считать, что наиболее целесообразно рассматривать интерес как одно из интегральных проявлений сложных процессов мотивационной сферы.

## **1.2. Особенности формирования интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой**

Анализ исследований Н.Г. Морозовой, Г.И. Щукиной, М.И. Лисиной, посвященных особенностям формирования интересов в дошкольном возрасте, дают основание признать интерес сложным психофизиологическим качеством, которое является динамичным, формируемым и социально обусловленным (52, 111).

Интерес следует рассматривать как ценное свойство личности, содействующее ее творческой активности, целостному развитию, самодвижению. Последнему придавал большое значение П. Лесгафт (47). Он отмечал, что «...если ребёнок усвоит какой-нибудь механический метод, не понимая совершенно какой смысл, имеют его отдельные приемы, то действовать он будет механически – он не сумеет применить данный метод к частному случаю» (47, 220).

В системе интересов ведущей является интерес к двигательной активности. Например, исследования М.П. Голощекиной (26) и

Л.Д. Глазыриной (27) показали, что для умственного развития детей дошкольного возраста на занятиях по физической культуре необходимо формировать устойчивый интерес к двигательной деятельности, вызвать чувство радостного ожидания.

Старший дошкольный возраст – это наиболее решающий возраст для становления ведущих базовых оснований психики личности, которые обуславливают особенность и успешность к любой деятельности, включая занятиям физической культурой (27, 25).

Внимание старшего дошкольника привлекают уже не столько предметы окружающей среды, сколько люди и отношения между ними. Ребенок старшего дошкольного возраста отличается повышенной восприимчивостью к окружающим его взрослым, ко всему, что помогает ему формировать свое отношение к жизни (26, 29). Именно в этом возрасте происходит интенсивное формирование и осознание понятий добра и зла и педагог принимает в этом непосредственное участие. Главный результат этого возрастного периода развития – это становление системы мотивов, которая помогает дошкольнику овладеть произвольным поведением, появление внутреннего единства личности (7, 167).

В дошкольном возрасте важным является осознание дошкольниками потребности в занятиях физической культурой, только осознание потребности позволяет сформировать направленность личности, и как следствие установку на занятия физической культурой. Принятие наиболее значимого на данный момент мотива является основой, позволяющей ребенку идти к намеченной цели, оставляя без внимания возникающие желания (11, 61). В этом возрасте одним из наиболее действенных мотивов является оценка действий взрослыми.

Большое значение приобретает также познавательная мотивация. Дети начинают осознавать особенности своего поведения, а по мере усвоения общепринятых норм и правил использовать их в качестве мерок для оценки себя и окружающих людей (8, 118).

Специфическая особенность предметов, приобретающих для человека мотивационное значение, состоит в том, что они не имеют ни наследственно осознаваемых ключевых признаков, ни прямого отношения к безусловно рефлекторным подкреплениям, что могло бы обеспечить спонтанное, не нуждающееся ни в каких специальных усилиях формирование этого значения, подобно тому, как это происходит на уровне биологической мотивации (18, 23).

Идеалы, интересы личности, убеждения, социальные установки, ценности могут в данном случае выступать в качестве мотивов. У дошкольника одним из ведущих мотивов деятельности является интерес, или любопытство. В развитии интереса у дошкольников к какой-либо деятельности, в том числе к спортивно-игровой, большое значение имеет эмоциональная насыщенность деятельности (28, 54). Эмоциональное развитие дошкольника связано прежде всего с появлением у него новых интересов, мотивов и потребностей. Возрастные изменения в эмоциональной сфере связаны с развитием не только мотивационной, но и познавательной сферы личности.

К естественной любознательности дошкольников, их озабоченности одобрением со стороны взрослых людей в старшем дошкольном возрасте добавляются новые мотивы общения – деловые и личные. Деловые мотивы побуждают ребенка к общению с людьми ради решения какой-либо задачи, а личные связаны с волнующими ребенка внутренними проблемами (как он поступил, как к нему относятся, как его оценивают). Они приходят на смену естественному любопытству (56, 28).

Занятия физической культурой и общение в группе со сверстниками приводит к появлению многочисленных детских игр, дают толчок к совершенствованию средств, форм и видов общения (40, 44). В этих играх и занятиях складываются и осознаются детьми их непосредственные взаимоотношения друг с другом, здесь дети учатся понимать характер взаимоотношений с другими детьми, приобретают необходимые



коммуникативные умения и навыки. В дошкольном возрасте действенными становятся стимулы, связанные со стремлением выиграть в соревновании с другими детьми, получить публичное одобрение, привлечь внимание.

Как отмечают ряд исследователей (Ш.А. Амонашвили, В.А. Гелло, И.В. Имедадзе, В.К. Рушника, Г.Т. Хоментаскас) дети старшего дошкольного возраста могут сознательно регулировать свое поведение и деятельность, но это не показатель социальной зрелости, а лишь особенности психологического развития ребенка, которые можно успешно использовать в работе (41, 74).

Интерес, особенно у дошкольников, как отношение, как мотив оказывает воздействие не только на развитие мышления, памяти, воображения и других сторон сознания человека. Его действие проявляется в воспитании морально-волевых черт, в развитии целостной личности (71, 105).

Анализ ряда работ показывает (37, 89), что основной формой познавательного интереса в дошкольном возрасте является ситуативный интерес. Его особенность заключается в насыщенности эмоциональными переживаниями. Он имеет тенденцию к углублению, приобретению устойчивости и значимости еще в дошкольном возрасте (48, 77).

В.И. Мишанина, отмечает, что характер интересов детей дошкольного возраста носит неустойчивый характер. В отдельных случаях интересы ситуативны. Чаще всего интерес возникает на эмоциональной основе. Однако ей удалось зафиксировать случаи спонтанного возникновения устойчивого познавательного интереса, который отличался активностью и действенностью (57, 37).

В дошкольном возрасте у ребенка активно развиваются способности, в том числе и физические. Любая специальная способность включает основные составляющие: определенный уровень развития, умения, эмоциональная отзывчивость и восприимчивость. Особенности проявляются и формируются лишь в деятельности (52, 101). Значит, только правильно организовав

деятельность ребенка, можно выявить, а затем и развить его способности.

Формирование установки детей к занятиям физической культурой через стимулирование интереса заключается в том, что становится важен не только результат, но и процесс переживаний, связанных с обучающими действиями (49, 33). Важен сам опыт переживания положительных чувств человеком. Через переживания только и можно воспитать познавательный интерес и позитивное отношение к деятельности.

Анализ психолого-педагогической литературы (60, 126) показывает, что интересы дошкольников граничат с любопытством, потребности еще не определены, духовная направленность не носит осмысленного характера. Ребенок не в состоянии заниматься каким-либо делом, изучать какой-либо предмет, если он не вызывает в нем интереса. Именно эмоции интереса и радости деятельности образуют мотивационную основу творческой, созидательной деятельности (59, 55).

Развитие интереса как у взрослых, так и у детей происходит в два этапа: первичном и вторичном. Первичная стадия характеризуется импровизацией и вдохновением, на этой стадии человеком движет интенсивная эмоция интереса – возбуждения. Вторичная стадия – это развитие исходного вдохновения, идеи, озарившей человека в момент сильного возбуждения (71, 220).

Дошкольники нуждаются в помощи при формировании установки на занятия физической культурой (21, 48). Заинтересованность физической культурой у детей дошкольного возраста напрямую зависит от интересов, потребностей, мотивов, ценностей. В связи с тем, что у 5-6 –летних детей интерес еще находится на стадии любопытства, ребенок будет хотеть заниматься тем видом деятельности, которая ему безумно нравится, интересна, а интерес подогревается огромным количеством видео-, теле-, печатной продукции (44, 68).

Весьма увеличивает интерес ребенка к занятиям соревновательные формы деятельности. Однако они обязаны непременно отвечать овладению

детьми данными движениями. В обратном случае могут появиться нежелательные эмоции, нервное напряжение, разрушаться навыки.

Г.Д. Бабушкин и М.Г. Горский также отмечают, что для поддержания устойчивого интереса у дошкольников к занятиям физической культурой важно использование игрового метода (9, 109). По определению А.В. Запорожца, подвижные игры представляют собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение навыка движений (34, 287).

Многие исследователи: Т.И. Осокина, Т.П. Тимофеева, – констатируют тот факт, что подвижная игра является средством гармонического развития ребенка, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния, школой управления собственным поведением (65, 26).

В этом возрасте дети отличаются достаточно высоким уровнем умственного развития, включающим расчлененное восприятие, обобщенные нормы мышления, осмысленное запоминание (55, 89). В это время формируется определенный объем знаний и навыков, интенсивно развивается произвольная форма памяти, мышления, воображения, опираясь на которые можно побуждать ребенка слушать, рассматривать, запоминать, анализировать. Старший дошкольник умеет согласовывать свои действия со сверстниками, участниками совместных игр или продуктивной деятельности, регулируя свои действия с общественными нормами поведения. Его собственное поведение характеризуется наличием сформированной сферы мотивов и интересов внутреннего плана действий, способностью к достаточно адекватной оценке результатов собственной деятельности и своих возможностей (68, 189).

Таким образом, с целью физического развития ребенка старшего дошкольного возраста, следует вовремя развивать интерес к физическим упражнениям и физической культуре в целом.

Анализируя проблемы современных дошкольников, нами выделены следующие типичные особенности: старший дошкольный возраст – это наиболее решающий возраст для становления ведущих базовых оснований психики личности, которые обуславливают особенность и успешность к любой деятельности, включая занятия физической культурой. Главный результат этого возрастного периода развития – это становление системы мотивов, которая помогает дошкольнику овладеть произвольным поведением, появление внутреннего единства личности (5, 67). Основной формой познавательного интереса в дошкольном возрасте является ситуативный интерес. Его особенность заключается в насыщенности эмоциональными переживаниями. Он имеет тенденцию к углублению, приобретению устойчивости и значимости еще в дошкольном возрасте.

### **1.3. Педагогические условия формирования интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности**

Одной из приоритетных задач ФГОС ДО является забота о здоровье подрастающего поколения, начиная с самого раннего возраста. Физическое воспитание дошкольников представляет собой единую, целостную систему воспитательно-оздоровительных мероприятий и играет существенную роль в режиме дня (67). Это ежедневная утренняя гимнастика, организация совместной деятельности по физической культуре педагогов и детей, проведение подвижных игр, физкультурных досугов и спортивных праздников.

А.В. Кенеман дает определение: «Физкультурный досуг – одна из форм активного отдыха детей» (38). Введение в практику дошкольного учреждения подобных мероприятий позволяет реализовать натуральную необходимость детей в движении, восполнить дефицит двигательной активности (38, 218).

Целью проведения физкультурного досуга является воспитание здорового, физически совершенного, жизнерадостного, жизнестойкого, гармонически и творчески развитого ребенка (43, 110).

Как отмечает ряд авторов Г.П. Богданов (12), И.А. Гуревич (30), Т.В. Курилова, В.Я. Лысова (50), Т.И. Осокина (54), Э.Я. Степаненкова (64), Е.П. Щербаков (70) и др., на данный период существует множество форм для совершенствования двигательных умений и навыков, одним из которых являются физкультурные досуги.

Физкультурные досуги содействуют всестороннему развитию ребенка: увеличивают его интерес к окружающему миру, расширяют кругозор интересов, воспитывают любовь к Родине и труду, уважение к людям (5, 21). В игре дошкольник с удовольствием придумывает, легко и с радостью выражает собственные творческие способности, фиксирует приобретенные ранее знания и навыки и осваивает новейшие, развивает внимание, память, наблюдательность, координацию движений, обучается самостоятельному принятию решений, накапливает опыт преодоления препятствий и трудностей, при этом приобретая ценный опыт общения с ровесниками. Важно то, что каждый досуг основан на играх, которые являются естественным средством развития ребенка.

Одним из педагогических условий, способствующих формированию интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой в досуговой деятельности является создание доступных для детей проблемных ситуаций (50, 29).

Проблемная ситуация – это способ приобретения нового опыта, стимулирование собственной деятельности детей.

При внедрении проблемной ситуации в физкультурный досуг у детей накапливаются знания в области творчества; обогащается художественный кругозор; знакомятся с историей спорта и др.; наконец, исполняется вооруженность досуговыми видами деятельности (61, 57). Обучение движениям приобретает специфическую направленность: не подражать, а

сотворят: видоизменять, придумывать, выбирать наиболее целесообразный способ действия, передавать эмоциональное состояние, входить в воображаемую ситуацию (20, 44).

Решение ребенком проблем в подвижных играх и упражнениях: рождает веру в свои силы, переживание радости самостоятельных маленьких «открытий», делает обучение более интересным и увлекательным; создает предпосылки для творчества; предполагает не только индивидуальные, но и коллективные действия (49, 33). А значит, позволяет повысить двигательную активность детей на физкультурных занятиях.

Реализации творческих замыслов способствует решение проблемных ситуаций, основой которых является двигательное воображение (В.Т. Кудрявцев). «Двигательное воображение обеспечивает воодушевление (и одухотворение) детских движений, что делает их по – настоящему управляемыми» (44, 67). Согласно теории А.В. Запорожца, движение, прежде чем превратиться в управляемое, должно стать ощущаемым (34, 227).

С этой целью психолог В.Т. Кудрявцев (44, 69) предлагает специальные проблемные ситуации:

- на придумывание новых способов применения предметов;
- на преодоление стереотипа действия с предметом;
- на придумывание названий выполняемым движениям.

При этом авторы отмечают, что наиболее эффективным средством развития двигательного воображения, выступают подвижные игры, в процессе развертывания которых, они предлагают создавать «ситуации разрыва двигательной деятельности детей, которая нарушает ее привычное течение» (50, 39).

Двигательная и интеллектуальная активность детей – определяющий фактор и главное условие результативной творческой работы по физическому развитию (2, 39). Жизненный процесс современных детей предельно насыщен и относительно строго регламентирован, требующий больших физических и психических затрат, а также интеллектуальных сил.

В согласовании с анатомо-физиологическими и психологическими особенностями дошкольников, а кроме того учетом возрастных особенностей физкультурные досуги решают оздоровительную, образовательную и воспитательную задачи (24, 22). Решение проблемных ситуаций дает возможность совершенствовать у ребенка рациональные, экономные, осознанные движения; накопление им двигательного опыта и переноса его в повседневную жизнь (29, 94).

Сущность физкультурного досуга – это физические упражнения, с которыми дети познакомились заранее, предлагаемые им в игровой форме, в виде аттракционов, веселых забав, что создает положительный эмоциональный фон, производящий хорошее действие на организм ребенка. На физкультурных досугах фиксируются навыки детей, двигательные умения и развиваются физические качества (быстрота, ориентировка в пространстве и др.) (33, 47). Следовательно, следующим педагогическим условием при организации физкультурного досуга, способствующим развитию интереса дошкольников к занятиям физической культурой будет использование игровых и соревновательных приемов.

Структура физкультурного досуга зависит от темы, поставленных задач и условий проведения. В старшем дошкольном возрасте в содержание физкультурных досугов должны входить игры соревновательного характера, требующие ловкости, сноровки, координированности движений, эстафеты, где дети разбиваются на команды, выбирают капитанов (33, 47). Которые бы стимулировали детей к творческому использованию своего двигательного опыта, к поискам самостоятельного решения поставленной задачи. Игры и упражнения нужно чередовать таким образом, чтобы в одних участниками являлись команды в полном составе, а в других – представители от команд. При этом игры должны вызывать интерес у детей, желание принимать в них активное участие (10, 59). Чередование физических упражнений с предметами и игр соревновательного характера, эстафет с хороводами и обще групповыми подвижными играми, дает положительный эффект.

Необходимо добиваться того, чтобы все дети участвовали в играх и упражнениях.

Физкультурный досуг, исполняющийся в большей степени на основе игровой деятельности, способен снять напряжение. Игровой прием, по мнению Д.В. Хухлаевой, близкий к ведущей деятельности детей дошкольного возраста – наиболее специфичный и эмоционально – эффективный в работе с ними, учитывающий элементы наглядно образного и наглядно действенного мышления (69, 81). «Он дает возможность одновременного совершенствования разнообразных двигательных навыков, самостоятельности действий, быстрой ответной реакции на изменяющиеся условия, проявление творческой инициативы» (69, 85).

«Используя игровой прием с соответствующими установками, – считает В.А. Зобков, – можно довольно точно дозировать нагрузку, как по объему, так и по интенсивности, и, что очень важно, в игре на фоне положительных эмоций даже самая высокая двигательная интенсивность, переносится детьми без значительных волевых усилий (36, 41).

Соревновательный прием «используется, – указывает Д.В. Хухлаева, преимущественно в старших группах ДОУ в целях совершенствования уже приобретенных двигательных навыков (но не состязания в борьбе за первенство). Обязательное условие соревнования, по ее мнению, – соответствие его физическим силам детей, воспитание морально-волевых качеств, а также правильная оценка своих достижений и других детей на основе сознательного отношения к требованиям» (69, 85).

Н.А. Козленко (42) отмечает, что элементы соревнования и творческие задания способствуют выработке прочных, осознанных, достаточно гибких двигательных навыков, умения применять их в новых условиях, самостоятельно придумывать и проводить игры со сверстниками, подводят к самостоятельной организации досуга, что необходимо для подготовки ребенка к школе.



Применение соревнования в работе с детьми в целях их всестороннего развития возможно, по мнению Н.А. Козленко, лишь при соблюдении ряда условий:

- достаточное овладение детьми движениями;
- учет уровня развития движений, физиологической, психологической и эмоциональной характеристики формирующегося навыка;
- строгое соблюдение принципа постепенности;
- воспитание чувства ответственности перед своими товарищами, дружбы и взаимовыручки, уважения к достижениям команды «соперника» (42, 54).

Также в досуг могут быть включены подвижные игры, аттракционы, эстафеты. Интересны для детей дидактические игры с разрезными картинками, на которых изображены физические упражнения (72, 57). Дети могут также отгадывать загадки, содержание которых связано с физическим воспитанием. Дети должны добежать до стола, найти вторую часть картинки, выполнить упражнение, которое нарисовано на ней, и вернуться на свое место. Вечер может начаться с загадок, ходьбы, общеразвивающих упражнений. Затем проводится 1-2 игры большой подвижности, после этого 2-3 аттракциона. Завершается вечер спокойной игрой и ходьбой (35, 12).

Подвижные игры с элементами спорта требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентировки в пространстве. Они являются высшей формой обычных подвижных игр. Ребенок в кратчайшие промежутки времени должен увидеть создавшуюся обстановку (расположение партнеров и противника, положение мяча, шайбы), оценить, выбрать наиболее правильные действия и применить их (68, 49). Все это требует от играющих развития определенных умений и навыков.

Использование в дошкольном возрасте подвижных игр с элементами спорта, как средства и формы формирования интереса к физической культуре, обеспечивает единство личностного, физического и психического

развития ребенка, создает условия для гуманизации педагогического процесса, превращает ребенка из объекта социально-педагогического воздействия в субъект активной творческой деятельности на основе развития внутренних мотивов к самосовершенствованию (62,79). Естественно, что достичь этих результатов возможно при условии ненасильственного стимулирования моторного развития. Обучение этим играм обеспечивает всем детям равные права в овладении ценностями физической культуры и каждому ребенку право выбора, предоставляет возможности для проявления личных интересов и способностей (1, 25).

Физкультурный досуг наполняет жизнь ребенка эмоциональной, веселой двигательной деятельностью (68, 24). Дети индивидуально и коллективно участвует в веселых играх с элементами соревнования, подобных небольшой спартакиаде. В содержание досуга включаются интересные аттракционы, знакомые ребенку танцы и пляски.

Задачей педагога при проведении физкультурного досуга является: создание бодрого, радостного настроения, стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, дифференцированный подход к оценке результатов его действий, предоставление возможности испытать приятное ощущение удовольствия от выполняемых им и другими детьми движений, радости от успехов товарища, а также развитие интереса к занятиям физической культурой.

При подборе заданий следует учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его возможности, двигательную подготовленность. С целью создания радостного настроения у детей, интереса к досуговой деятельности необходимо при проведении физкультурного досуга, помещение или спортивную площадку эстетически оформить. Для этого не нужно много времени (20, 49). Ленточки и флажки, развешанные вокруг площадки, помогут создать праздничное настроение. Для поддержания интереса детей к физкультурному досугу, важно провести с ними беседу о прошедшем празднике, предложить нарисовать то, что им больше всего

понравилось, провести на последующих прогулках игры и аттракционы, вызвавшие наибольший интерес (62, 17).

Для детей старшего дошкольного возраста можно также проводить досуги в сюжетной (тематической) форме с введением литературного (сказочного) героя или без него. Эти средства, по мнению Э.Я. Степаненковой, способствуют развитию интереса у дошкольников к занятиям физической культурой (64, 57).

Для повышения интереса детей к занятиям физической культурой возможно планирование физкультурного досуга на свежем воздухе. Несомненно, важным компонентом для формирования у дошкольников интереса к занятиям физической культурой является награда победителей, а также детей, судий, оказавших активную помощь в проведении физкультурного досуга (5, 45). Награда может быть разной: отдельный подарок каждому участнику, вкусный пирог, интересные игры или спортивное оборудование для всей группы. Можно наградить детей и медалями, которые приготовит группа детей, не принимавшая участие в физкультурном досуге.

При проведении досуга ребенок выполняет различные двигательные задания. Он ведет себя более непосредственно, чем на физкультурных занятиях (69, 54). Раскованность и естественность использования двигательных умений и навыков обеспечивает выразительность, артистизм, эстетичность его движений. Физические нагрузки – лучший способ формирования раскованности и красоты движений (49, 34). Умеренная мышечная нагрузка улучшает самочувствие и поднимает настроение, способствует развитию интереса к физической культуре.

Важную роль в поддержании радостного настроения, создании положительных эмоций, развитии интереса к физической культуре играет атрибутика: эмблемы, медали, вымпелы, табло и т.д.

По содержанию и композиции физкультурный досуг может быть разным: он строится на знакомых играх и игровых упражнениях, на

элементах спортивных игр (баскетбол, хоккей, футбол, теннис и т.д.), на упражнениях в основных движениях (беге, прыжках, езде на велосипедах, самокатах, роликовых коньках, прыжках через короткую скакалку) (28, 51). Такой вариант досуга является для ребенка своеобразным зачетом по овладению им перечисленных видов движений и освоению правильной техники движений (28, 55). Физкультурный досуг может строиться в основном на играх-эстафетах типа «Веселые старты» или «Зов джунглей». Этот досуг включает разученные на физкультурных занятиях движения.

Без сотрудничества педагогов с родителями, невозможно осуществить процесс формирования формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям. Семья традиционно является институтом воспитания ребенка. Это микроколлектив, который играет в воспитании основную роль, поскольку в семье у ребенка закладываются основы личности. Поэтому, включение родителей в проведение досугов способствует повышению личного интереса к спортивным играм не только у детей, но и у родителей.

При подготовке к физкультурному досугу дошкольники совместно с родителями разучивают стихи, совместно изготавливают костюмы и реквизиты. Это позволяет детям и родителям проявить творческую фантазию, учить взаимодействию друг с другом. Совместное разучивание игр или выполнение небольших домашних заданий на развитие физических качеств или улучшение техники владения (например мячом), включение в досуг эстафет, игр, конкурсов, где возможно совместное участие детей и их родителей, а также проведение эстафет или веселых конкурсов только среди родителей, способствует формированию интереса к занятиям физической культурой, удовлетворению двигательной активности ребенка, дополнительному эмоциональному сближению семьи.

Таким образом, мы считаем, что формированию интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой в досуговой деятельности будет способствовать реализация следующих педагогических условий:

создание проблемных ситуаций; использование игровых и соревновательных приемов при организации досуговой деятельности; привлечение родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям.

### **Выводы по первой главе:**

Анализ литературы по проблеме формирования интереса показал, что можно выделить несколько направлений в определении понятия «интерес». За основу в исследовании было взято определение, данное С.Л. Рубинштейном, который отмечал, что интерес – это «сосредоточенность на определенном предмете мыслей, вызывающая стремление ближе ознакомиться с ним, глубже в него проникнуть, не упустить из поля зрения» (61, 51).

Из приведенных мнений ученых об интересе, был сделан вывод, что формирование и развитие интереса к окружающему, к деятельности, к себе самому является важной психолого-педагогической проблемой, которая предполагает поиск средств, форм, методов его пробуждения (а в случае необходимости – коррекции). Решать ее важно уже в дошкольном детстве, в период формирования и развития эмоционально-интеллектуальной сферы ребенка.

Анализируя проблемы современных дошкольников, нами выделены следующие особенности развития интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой: старший дошкольный возраст – это наиболее решающий возраст для становления ведущих базовых оснований психики личности, которые обуславливают особенность и успешность к любой деятельности, включая занятия физической культурой. Главный результат этого возрастного периода развития – это становление системы

мотивов, которая помогает дошкольнику овладеть произвольным поведением, появление внутреннего единства личности.

Анализ ряда работ показывает, что основной формой познавательного интереса в дошкольном возрасте является ситуативный интерес. Его особенность заключается в насыщенности эмоциональными переживаниями. Он имеет тенденцию к углублению, приобретению устойчивости и значимости еще в дошкольном возрасте. В развитии интереса у дошкольников к какой-либо деятельности, в том числе к спортивно-игровой, большое значение имеет эмоциональная насыщенность деятельности (19, 54).

Использование физкультурных досугов с учетом педагогических условий (создание проблемных ситуаций; использование игровых и соревновательных приемов при организации досуговой деятельности; привлечение родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям) способствует формированию интереса дошкольников к физической культуре.

Они позволяют педагогу, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребенка, с учетом его индивидуальных особенностей; дифференцированно подходить к оценке результатов его действий; не разочаровывать излишними замечаниями и критикой, а дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполняемых им и другими детьми движений; радоваться успехам другого.

## **ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ СФОРМИРОВАННОСТИ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **2.1. Изучение уровня сформированности интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой**

С целью выявления уровня сформированности интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой нами был проведен педагогический эксперимент, который проводился на базе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №16 с. Весёлая Лопань Белгородского района Белгородской области». В исследовании приняли участие дети старшей группы в количестве 20 человек и их родители.

Цель констатирующего этапа – выявить уровень сформированности интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой.

Задачи констатирующего эксперимента:

1. Подобрать диагностические материалы для изучения уровня сформированности интереса к занятиям физической культурой у детей старшего дошкольного возраста.
2. Определить уровень сформированности интереса к занятиям физической культурой у детей старшего дошкольного возраста.
3. Проанализировать полученные результаты.
4. Разработать методические рекомендации по формированию интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности.

На констатирующем этапе педагогического эксперимента для изучения сформированности интереса к занятиям физической культурой применяли такие методы, как: беседа, анкетирование (автор Е.Г. Еделёва) (Приложение 1).

Для получения необходимых данных о результате сформированности интереса у дошкольников к занятиям физической культурой мы провели беседу с детьми по вопросам анкеты Е.Г. Еделёвой, адаптировав ее под дошкольный возраст (Приложение 1). Беседа состояла из нескольких блоков:

1. Предпочтение видов деятельности по образовательной программе дошкольного образовательного учреждения.

Вопрос формулировался следующим образом: «Назови по порядку занятия, которые проходят в вашем детском саду. Только сначала назови занятия, которые тебе больше всего нравятся» (первым ставится тот предмет, который нравится больше, вторым - меньше и т.д.). Вычислялось значение места занятий физической культурой и % детей, отдающих предпочтение занятиям физической культурой (таблица 2.1.)

Таблица 2.1.

Результаты предпочтений старших дошкольников в выборе образовательной деятельности

	1 место	2 место	3 место
Физическая культура	6 (30%)	5(25%)	2(10%)
Музыка	4(20%)	2(10%)	4 (20%)
Рисование	8(40%)	6(30%)	6(30%)
Лепка	1(5%)		1(5%)
Аппликация		2(10%)	
Познавательное развитие			
Исследовательская деятельность		3(15%)	2(10%)
Математика	1(5%)	1(5%)	4(20%)
Развитие речи		1(5%)	1(5%)

Как видно из результатов беседы, предпочтения дети отдают в большей степени такой деятельности, как рисование (40%); занятия физической культурой на 1 место поставили лишь 30% воспитанников.

2. Исследование мотивов посещения занятий по физической культуре.

Дошкольникам предлагалось ответить на один вопрос - почему вы посещаете занятия физической культурой?

Необходимо было выбрать один ответ из предложенных ответов (таблица 2.2.)



Таблица 2.2.

## Мотивы занятий физической культурой старших дошкольников

№ п/п	Мотивы	К-во ответов
1.	Потому, что занятие проходит весело	0
2.	Чтобы стать сильными и умелыми	4(20%)
3.	Нравится играть на занятии физической культурой	2(10%)
4.	Чтобы быть здоровыми	5(25%)
5.	Получаю хорошее настроение	2(10%)
6.	Нравится соревноваться друг с другом	4(20%)
7.	Быть похожим на кого-нибудь	1(5%)
8.	Стать красивыми и стройными	1(5%)
9.	Потому, что хороший преподаватель	1(5%)

Подсчитывалось процентное содержание каждого из названных дошкольниками мотивов посещения занятий.

Анализируя полученный материал, можно выделить следующие стороны проявления интереса дошкольников к занятиям физической культуры. Дошкольники понимают, что в первую очередь, занимаясь физической культурой, можно укрепить здоровье, стать сильными и умелыми.

Понимание и осмысление этих ценностей на занятиях по физическому развитию идет через соревнования детей друг с другом, через игры, в которых ярко проявляется дух соревнования и важна роль, которую исполняет ребёнок. К сожалению, на одном из ведущих мест дошкольники не выбрали ответ: «Занятие проходит весело», следовательно, нет заинтересованности детей занятиями физической культурой.

### 3. Выявление значимости занятий физической культурой.

Для выявления значимости занятий физической культурой дошкольников, были заданы следующие вопросы. На вопрос: «Любите ли вы физическую культуру?» были получены следующие результаты: из 20 опрошенных ребят выявили заинтересованность в физической культуре – 13детей (65%).

На вопрос: «Занятия физической культуры помогают вам в укреплении

здоровья?», ответили «да» – 14 детей (70%); «нет» – 1 ребенок (5%); «не знаю» – 5 дошкольников (25%).

Был предложен вопрос «Твои родители занимаются спортом?», получили следующие результаты: «да» – 6 детей (30%); «нет» – 13 (65%); «не знаю» – 1 (5%) (таблица 2.3.)

Таблица 2.3.

## Показатели значимости занятий физической культурой

	да	нет	не знаю
Любите ли вы физическую культуру?	13(65%)	2(10%)	5(25%)
Занятия физической культуры помогают вам в укреплении здоровья?	14(70%)	1(5%)	5(25%)
Твои родители занимаются спортом?	6(30%)	13(65%)	1(5%)

По проведенным диагностическим методикам мы выделили три уровня сформированности интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой: низкий, средний, высокий.

Низкий уровень характеризуется отсутствием интереса к физической культуре вообще, отсутствием мотивации к занятиям физической культурой, непониманием ребенком значимости физической культуры.

Средний уровень сформированности интереса определяется общей заинтересованностью к занятиям физической культурой, дети отмечают несколько 2-3 значимые мотивации для занятий физической культурой, понимают значимость физической культуры.

Высокий уровень отмечается, сформированностью устойчивого интереса проявляется конкретным интересом к занятиям не только физической культурой, но и одним из видов спорта, отмечают несколько 4-5 значимых мотиваций для занятий физической культурой, понимают и объясняют значимость физической культуры.

Анализ полученных результатов показал, что лишь 6 детей (30%) имеют высокий уровень сформированности устойчивого интереса к занятиям физической культурой; 9 детей (45%) – средний; 5 (25%) дошкольников – низкий. Полученные результаты представлены на рисунке 2.1.



Рис.2.1. Изучение сформированности интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой

С целью выявления места физической культуры в жизни семьи, интересов семьи среди родителей было проведено анкетирование (Приложение 2). Анализ ответов родителей на вопросы анкеты показал, что лишь в 6 (30%) семьях родители занимаются спортом. В 1 семье – папа занимается футболом; мамы 3-х семей посещают занятия фитнесом; папы из 2-х семей регулярно посещают тренажерный зал.

Спортивные снаряды имеются в доме 8 семей (гантели, велотренажер, штанга). Секцию футбола посещает лишь 1 ребенок из группы. Родители не играют дома с ребенком в подвижные игры. Для ребенка режим дня установлен лишь в 7 (35%) семьях, они стараются его соблюдать.

Делают дома утреннюю гимнастику в 10 семьях (50%).

Соблюдают правила личной гигиены дети из 17 семей (85%)

Смотрят вместе с ребенком спортивные передачи 4 семьи (20%).

На осанку ребенка обращают внимание тоже не в каждой семье – лишь в 11 семьях (55%).

Дома с детьми закаливающие мероприятия проводятся в 6 семьях (30%).

После детского сада гуляют – 8 семей (40%); иногда – 7 (35%); не гуляют – 5 (25%), чаще всего гуляет с ребенком мама.

После прихода из детского сада и в выходные дни в подвижные игры, спортивные игры родители с детьми не играют; в настольные игры играют в 7 семьях; читают книги в 3 семьях; смотрят телепередачи, играют в

компьютерные игры в 8 семьях; рисуют, конструируют и т.п. лишь в 2 семьях.

Подводя итог анкетированию родителей мы видим, что в семьях не достаточно уделяется внимание физической культуре.

Таким образом, итоги констатирующего эксперимента подтвердили необходимость разработки методических рекомендаций, направленных на формирование устойчивого интереса дошкольников к занятиям физической культурой в досуговой деятельности.

## **2.2. Методические рекомендации для педагогов по формированию интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности**

Результаты констатирующего этапа педагогического эксперимента определили необходимость разработки методических рекомендаций для педагогов, направленных на формирование интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности. В процессе разработки, которых были учтены педагогические условия формирования интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности:

- создание проблемных ситуаций;
- использование игровых и соревновательных приемов при организации досуговой деятельности;
- привлечение родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям.

При организации работы по формированию интереса к занятиям физической культурой у старших дошкольников в досуговой деятельности можно выделить три этапа. На первом этапе работы с целью повышения у детей интереса к занятиям физической культурой необходимо разработать

перспективный план физкультурных досугов для детей старшей группы в соответствии с тематическим планированием.

На следующем этапе работы разрабатываются конспекты физкультурных досугов (Приложение 3-5). В ходе любого досуга осуществляется комплексное решение целого ряда задач, способствующих гармоничному развитию ребенка, но одновременно ставится задача воспитания интереса, в соответствии с которой подбирается тематика и содержание, определяются средства, методы и приемы работы.

Примерные схемы построения физкультурного досуга представлены ниже.

Первый вариант:

1. Приветствие команд.
2. Соревнование команд (игры с элементами соревнования или игры упражнения соревновательного характера).
3. Соревнование капитанов
4. Показательные выступления команд (обще развивающие упражнения с мелкими предметами).
5. Подведение итогов.

Второй вариант:

1. Сюрпризный момент (письмо с приглашением на спортивную площадку, участок, зал)
2. Показательные выступления (упражнения с цветами, снежинками, листьями).
3. Общегрупповая подвижная игра.
4. Эстафета.
5. Малоподвижная игра.

Третий вариант:

1. Танцевальные упражнения, хоровод.
2. Обще групповая подвижная игра.
3. Атракционы.
4. Эстафета.

## 5. Сюрпризный момент.

В старшем дошкольном возрасте, в отличие от младшего, физкультурные досуги следует строить на играх соревновательного характера, эстафетах, где дети разбиваются на команды, выбирают капитанов и т.д.. Такие игры требуют ловкости, сноровки, координированности движений. Они побуждают детей к творческому использованию своего двигательного опыта, к поискам самостоятельного решения поставленной задачи. Целесообразно чередовать физические упражнения с предметами и игры соревновательного характера, эстафеты с хороводами и обще групповыми подвижными играми. При подборе заданий необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его возможности, двигательную подготовленность. Важно, чтобы все дети участвовали в играх и упражнениях.

Для формирования интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой детям можно предложить решать проблемные ситуации с использованием презентаций, такие как «Умеешь сам, научи другого». В ходе которых дети делятся на подгруппы по интересам к спортивным играм (футбольные, теннисные и баскетбольные мячи, воланы, кегли и др.). Перед каждой подгруппой ставится задача - научить детей других подгрупп упражнению со спортивным инвентарем. Дошкольникам нужно договориться, какое игровое упражнение будет демонстрироваться. Поупражняться в выполнении избранного упражнения, продемонстрировать свои умения другим детям, а затем, во взаимодействии с другими подгруппами передать свой двигательно-игровой опыт. Обсудить, что получилось, какие игры – упражнения понравились, что можно делать, чтобы освоить то, что не получается.

Для воспитания стойкого интереса к физической культуре и спорту, к личным достижениям, к спортивным событиям нашей страны и всего мира можно провести такие досуги, как «Спортивная семья – здоровая Россия», «Малые зимние олимпийские игры» Зимняя спартакиада» и др. (Приложение

5). Подобные мероприятия могут совмещаться с сезонными изменениями: например, конец зимы и т.п. Характерными особенностями этих мероприятий является включение в их программу игр с элементами командного и личного соревнования и эстафет. Немаловажная роль должна отводиться также подбору познавательного материала, направленного на обогащение представлений детей о видах спорта, олимпийском движении, российских спортсменах и т. п.

При организации досугов нужно учитывать двигательное содержание досугов, состав участников, характер используемого оборудования.

По двигательному содержанию досуги могут быть комбинированными, интегрированными.

– Комбинированные: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», основанное на проведении оздоровительных игр, «Зимние катания» (катание на санках, ледянках, снежокатах). Строить их на основе сочетания разных видов физических упражнений: подвижных и спортивных игр, спортивных упражнений. Включать в эстафеты элементы спортивных игр (вести мяч и забросить его в корзину; дольше продержат теннисный мяч на ракетке; забить волан ракеткой в круг и т. п.). В зимнее время можно устраивать катания на санках, в летнее время – на самокатах, на велосипедах, устраивать велокросс. Мы считаем, что комбинированные досуги дают возможность привлечения старших детей к соревновательной деятельности с элементами спорта.

– Интегрированные «Рыцарский турнир». В содержании этого мероприятия наряду с двигательными заданиями включают элементы познавательной, изобразительной деятельности и т. п.

По составу участников в организации соревнований могут принимать участие родители, бабушки, дедушки, братья и сестры (например, «Мама, папа, я – дружная семья», «Вместе с папой» и др.). В эти соревнования следует включать общие и отдельные игровые задания и массовые шуточные эстафеты, в которых могут принимать участие дети (задание – проползти

между ног своих братьев и сестер) и бабушки (задание – как можно быстрее одеть своего внука).

По характеру используемого оборудования, инвентаря можно провести досуг с применением спортивного, физкультурного оборудования (например, «Спорт – это сила и здоровье» и другие; с использованием самодельного или приспособленного инвентаря – «На поиски клада» и другие). Для этого можно использовать автопокрышки разного размера, из которых сконструированы самые разные снаряды, лестница, бельевая веревка, предметы быта, детская мебель (стулья, табуреты), даже пластиковые бутылки, наполненные песком, и т. п.

Такая работа с детьми старшего дошкольного возраста ценна и тем, что создает условия для эмоционально-психологического благополучия, так как оказывает большое влияние на развитие ума, воспитание характера, воли, нравственности, создает определенный духовный настрой, пробуждает интерес к самовыражению, способствует не только лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияет на детскую психику.

С целью привлечения родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям следует разработать консультации на следующие темы: «Привлечение ребенка к спорту и организация спортивных занятий», «Формируем интерес к физической культуре», «Интересная физкультура», «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой» и др. (Приложение 6-7).

Таким образом, полагаем, что методические рекомендации, для педагогов, разработанные с учетом педагогических условий (создание проблемных ситуаций; использование игровых и соревновательных приемов при организации досуговой деятельности; привлечение родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям) будут способствовать успешному формированию у старших



дошкольников интереса к занятиям физической культурой в досуговой деятельности.

### **Выводы по второй главе:**

Целью констатирующего этапа педагогического эксперимента было выявить уровень сформированности интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой.

Для получения необходимых данных о результате сформированности интереса у дошкольников к занятиям физической культурой в досуговой деятельности была проведена беседа с детьми (автор Е.Г. Еделёвой). Анализ полученных результатов показал, что только лишь 6 детей (30%) имеют высокий уровень сформированности интереса к занятиям физической культурой; 9 детей (45%) – средний; 5 (25%) дошкольников – низкий.

Результаты анкетирования по изучению места физической культуры в жизни семьи, интересов семьи среди родителей показали, что в семьях практически не уделяется внимание физической культуре.

Далее нами были разработаны методические рекомендации для педагогов, направленные на формирование интереса к физической культуре в досуговой деятельности. При разработке рекомендации учитывались педагогические условия гипотезы (создание проблемных ситуаций; использование игровых и соревновательных приемов при организации досуговой деятельности; привлечение родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ литературы по проблеме формирования интереса показал, что можно выделить несколько направлений в определении понятия «интерес». За основу в своем исследовании мы взяли определение, данное С.Л. Рубинштейном, который отмечал, что интерес – это «сосредоточенность на определенном предмете мыслей, вызывающая стремление ближе ознакомиться с ним, глубже в него проникнуть, не упустить из поля зрения».

Также нами были раскрыты особенности развития интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой. Мы пришли к выводу, что старший дошкольный возраст – это наиболее решающий возраст для становления ведущих базовых оснований психики личности, которые обуславливают особенность и успешность к любой деятельности, включая занятия физической культурой. Главным результатом этого возрастного периода развития является становление системы мотивов, которая помогает дошкольнику овладеть произвольным поведением, появление внутреннего единства личности. Основной формой познавательного интереса в дошкольном возрасте является ситуативный интерес. Его особенность заключается в насыщенности эмоциональными переживаниями. Он имеет тенденцию к углублению, приобретению устойчивости и значимости еще в дошкольном возрасте.

Нами отмечен ряд педагогических условий, способствующих развитию интереса у старших дошкольников к занятиям физической культурой (создание проблемных ситуаций; использование игровых и соревновательных приемов при организации досуговой деятельности; привлечение родителей к формированию интереса детей дошкольного возраста к физическим упражнениям).

Использование физкультурных досугов с учетом перечисленных выше условий способствует формированию интереса дошкольников к физической культуре.

Результаты констатирующего этапа педагогического эксперимента позволяют сделать вывод, что только 6 детей (30%) имеют высокий уровень сформированности устойчивого интереса к занятиям физической культурой; 9 детей (45%) – средний; 5 (25%) дошкольников – низкий. Анкетирование родителей воспитанников показало в семьях дошкольников практически совсем не уделяется внимание физической культуре. Затем были разработаны методические рекомендации для педагогов, направленные на формирование интереса к физической культуре в досуговой деятельности.

Таким образом, педагогические условия гипотезы доказаны, задачи исследования решены и цель исследования достигнута.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адашкявичене, Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду [Текст] : книга для воспитателей детского сада / Э.И. Адашкявичене. – М., 1992. – 158 с.
2. Аксенова, З.Ф. Спортивные праздники в детском саду [Текст] : Пособие для работников дошкольных учреждений / З.Ф. Аксенова. – М. : ТЦ Сфера, 2003. – 233 с.
3. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды [Текст] : в 2 т. / Б.Г. Ананьев; под ред. А.А. Бодалева, Б.Ф. Ломова, Н.В. Кузьминой. – М. : Педагогика, 1980; Т. 2 – 286 с.
4. Асмолов, А.Г. Психология личности [Текст] / А.Г. Асмолов. – М., 1990. – 342 с.
5. Асташина, М.П. Фольклорно-физкультурные занятия и досуги с детьми 3-7 лет [Текст] / М.П. Асташина. – М. : Издательство: Учитель, 2013. – 110 с.
6. Ашмарин, Б.А. Теория и методика физического воспитания [Текст] : учебное пособие для педагогических институтов и училищ / Б.А. Ашмарин. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 294 с.
7. Бабанский, Ю.К. Педагогика [Текст] / Ю.К. Бабанский. – М. : Просвещение, 1988. – 221 с.
8. Бабушкин, Г.Д. Психология – спорту [Текст] / Г.Д. Бабушкин. – Омск, 1998. – 231 с.
9. Бабушкин, Г.Д. Психология физического воспитания [Текст] : Учебно-методическое пособие / Г.Д. Бабушкин и др. – Омск, 1997. – 235 с.
10. Бавина, А.В. Специфика физического воспитания [Текст] / А.В. Бавина. – М., 1987. – 259 с.
11. Бальсевич, В.К. Здоровье в движении [Текст] / В.К. Бальсевич // Советский спорт. – 1988. – №2. – С. 55-67.

12. Богданов, Г.П. Школьникам здоровый образ жизни [Текст] / Г.П. Богданов. – М. : Физкультура и спорт, 1989. – 235 с.
13. Большой психологический словарь [Текст] / Сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб. : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
14. Большой энциклопедический словарь [Текст] / Ред. А.М. Прохоров; – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Большая Российская энциклопедия, 2000 . – 1456 с.
15. Божович, Л.И. Проблема развития мотивационной сферы ребенка [Текст] / Л.И. Божович // Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. – М. : Воронеж, 1995. – 209 с.
16. Вавилова, Е.Н. Укрепляйте здоровье детей [Текст] / Е.Н. Вавилова. – М. : Просвещение, 1986. – 127 с.
17. Венгер, Л.А. Психология [Текст] / Л.А. Венгер, В.С. Мухина. – М., 1988. – 225 с.
18. Волошина, Л.Н. Будущий воспитатель и культура здоровья [Текст] / Л.Н. Волошина // Дошкольное воспитание. – 2006. – № 3. – С. 23-25.
19. Волошина, Л.Н. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет. Программа «Играйте на здоровье» и технология ее применения в ДОУ [Текст] / Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. – М. : Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 165 с.
20. Воротилкина, И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном учреждении [Текст] : Методическое пособие / И.М. Воротилкина. – М. : Изд-во НЦ ЭНАС, 2004. – 144 с.
21. Выготский, Л.С. Игра и ее роль в психологическом развитии ребенка [Текст] / Л.С. Выготский // Вопросы психологии. – 1966. – №6. – С. 45-58.
22. Выготский, Л.С. Педагогическая психология [Текст] / под ред. В.В. Давыдова. – М., 1996. – 534 с.
23. Гамезо, М.В. Возрастная психология [Текст] / М.В. Гамезо. – М. : Просвещение, 1989. – 172 с.

24. Геллер, Е.М. Игры на переменах для школьников 1-3 классов [Текст] / Е.М. Геллер. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 125 с.
25. Гельвеций, К.А. О человеке, его умственных способностях и его воспитании [Текст] / К.А. Гельвицкий. – М., 1988. – 462 с.
26. Глазырина, Л.Д. Физическая культура дошкольникам [Текст] / Л.Д. Глазырина. – М. : Владос, 2005. – 206 с.
27. Голощекина, М. Активизация умственной деятельности на занятиях по физической культуре [Текст] / М. Голощекина // Дошкольное воспитание. – 1973. – № 4. – С. 81-87.
28. Григорович, И.Н. Педагогические и психофизиологические аспекты надёжности организма детей и подростков при занятиях физической культурой и спортом [Текст] / И.Н. Григорович, О.А. Романова. – Омск : Изд-во Омск. инст. физической культуры, 1990. – 152 с.
29. Гугин, А.А. Уроки физической культуры в 1-3 классах [Текст] / А.А. Гугин. – М. : Просвещение, 1977. – 299 с.
30. Гуревич, И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: практическое пособие [Текст] / И.А. Гурьевич. – М. : Физкультура и спорт, 1994. – 359 с.
31. Дуркин, П.К. Научно-методические основы формирования у школьников интереса к урокам физической культуры [Текст] / П.К. Дуркин. – М., 1995. – 234 с.
32. Дусавицкий, А.К. Формула интереса [Текст] / А.К. Дусавицкий. – М. : Просвещение, 1989. – 276 с.
33. Евтухова, Е.А. Здоровый образ жизни для детей и родителей [Текст] / Е.А. Евтухова // Физкультура и спорт. – 1995. – №4. – С. 46-48.
34. Запорожец, А.В. Значение ранних периодов детства для формирования детской личности [Текст] / А.В. Запорожец // Хрестоматия по возрастной психологии: Учебное пособие / Сост. Л.М. Семенюк; под ред. Д.И. Фельдштейна. – М. : Межд. пед. академия, 1994. – 673 с.

35. Змановский, Ю.Ф. Воспитаем детей здоровыми [Текст] / Ю.Ф. Змановский // Советский спорт. – 1991. – №5. – С. 10-14.
36. Зобков, В.А. Формирование активного положительного отношения младших школьников к физической культуре [Текст] : научное методическое пособие для учителей / В.А. Зобков. – Набережные Челны, 1991. – 141 с.
37. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания [Текст] : педагогическое пособие для студентов / Е.П. Ильин. – М., 1987. – 285 с.
38. Кенеман, А.В. Пособие для воспитателей детского сада [Текст] / А.В. Кенеман. – М., 1988. – 300 с.
39. Ковалев, В.И. Психологические особенности человека [Текст] / В.И. Ковалев, В.Н. Мясищев. – М. : Просвещение, 1957. – 139 с.
40. Ковалев, В.И. Мотивы поведения и деятельности [Текст] / В.И. Ковалев. М.: Наука, 1988. – 192 с.
41. Кожухова, Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : Схемы и таблицы [Текст] / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова. – М. : Владос, 2003. – 192 с.
42. Козленко, Н.А. Школьникам – привычку заниматься физической культурой [Текст] / Н.А. Козленко. – Киев, 1985. – 120 с.
43. Копухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях [Текст] / Н.Н. Копухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Самодурова. – М. : Издательский центр «Академия», 2002. – 231 с.
44. Кудрявцев, В. Физическая культура и развитие здоровья ребенка [Текст] / В. Кудрявцев // Дошкольное воспитание. – 2004. – № 5. – С. 66-72.
45. Кутепов, М.Е. Структура потребностей и интересов школьников и трудящихся в занятиях физическими упражнениями и спортом [Текст] : автореф. дис. ... канд. пед. наук / М.Е. Кутепов. – М., 1980. – 47 с.
46. Леонтьев, А.Н. Концептуальный подход к формированию у школьников интереса к физической культуре [Текст] / А.Н. Леонтьев, А.Б. Орлов. – М., 1990. – 142 с.

47. Лесгафт, П.Ф. Изб. пед. соч. [Текст] / П.Ф. Лесгафт / Сост. И.Н. Решетень. – М. : Педагогика, 1988. – 400 с.
48. Лисина, М.И. О механизмах смены ведущей деятельности у детей [Текст] / М.И. Лисина // Вопросы психологии. – 1978. – № 5. – С. 76–79.
49. Лубышева, Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью [Текст] / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 32-35.
50. Лысова, В.Я. Спортивные праздники и развлечения [Текст] / В.Я. Лысова, Л.А. Яковлева. – М. : АРКТИ, 2000. – 216 с.
51. Манукян, С.П. Актуальные проблемы современной педагогики [Текст] / С.П. Манукян. – М., 2003. – 165 с.
52. Морозова, Н.Г. Учителю о познавательном интересе [Текст] / Н.Г. Морозова. – М., 1979. – 251 с.
53. Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс] : Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 07.03.2018) // Собрание законодательства Российской Федерации. – 2012. – 31 декабря. – №53 (ч.1). – Ст. 7598. – Режим доступа: <http://www.pravo.gov.ru>
54. Осокина, Т.И. Организация и проведение физкультурных праздников в детском дошкольном учреждении [Текст] / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева. – М. : Издательский центр «Академия», 1987. – 211 с.
55. Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду [Текст] / Т.И. Осокина – М. : Просвещение, 1986. – 289 с.
56. Островская, Л. О детских интересах [Текст] / Л. Островская // Дошкольное воспитание. – 1979. – № 7. – С. 24-28.
57. Пилюян, Р.А. Мотивация спортивной деятельности [Текст] / Р.А. Пилюян. – М. : Просвещение, 1984. – 154 с.
58. Прохоров, А.М. Советский энциклопедический словарь [Текст] / А.М. Прохоров. – М., 1981. – 1600 с.



59. Пуни, А.Ц. Психология : учебное пособие для техникумов физической культуры [Текст] / А.Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 255 с.
60. Романова, О.А. Методика физического воспитания в школе [Текст] / О.А. Романова. – М., 1990. – 135 с.
61. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – М., 1976. – 211 с.
62. Семейкин, А.И. Формирование мотиваций спортивной направленности детей младших школьников [Текст] / А.И. Семейкин, Г.П. Воробьёва. – Омск, 1996. – 179 с.
63. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] / Э.Я. Степаненкова. – М. : АСАДЕМА, 2006. – 324 с.
64. Степаненкова, Э.Я. Физическое воспитание в детском саду [Текст] : Программа и методические рекомендации / Э.Я. Степаненкова. – М. : Мозаика-Синтез, 2006. – 218 с.
65. Тимофеева, Е.А. Больше внимания подвижным играм [Текст] / Е.А. Тимофеева // Дошкольное воспитание. – 1972. – № 10. – С. 26-28.
66. Толковый словарь русского языка [Текст] : около 100 000 слов, терминов и фразеологических выражений / С.И. Ожегов; под ред. Л.И. Скворцова. – 28-е изд., перераб. – Москва : Мир и Образование, 2017. – 1375 с.
67. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования : Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования [Электронный ресурс] : Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 № 30384) // Российская газета. – 2013. – 25 ноября. – № 265.
68. Фомина, Н.А. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду [Текст] / Н.А. Фомина. – М., 1984. – 240 с.

69. Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях [Текст] / Д.В. Хухлаева. – М. : Просвещение, 1984. – 208 с.

70. Щербаков, Е.П. Формирование интереса к спорту у школьников [Текст] : Учеб. пособие / Е.П. Щербаков. – Омск, 1978. – 56 с.

71. Щукина, Г.И. Педагогические проблемы формирования познавательных интересов учащихся [Текст] / Г.И. Щукина. – М. : Педагогика, 1988. – 348 с.

72. Эльконин, Д.Б. Игра. Ее место и роль в жизни и развитии детей [Текст] / Д.Б. Эльконин // Дошкольное воспитание. – 1976. – №5. – С. 56-68.

### **Модифицированная беседа «Изучение сформированности интереса к занятиям физической культурой у детей старшего дошкольного возраста» (по Е.Г. Еделёвой)**

Цель: изучение сформированности интереса к занятиям физической культурой у детей старшего дошкольного возраста.

Беседа состоит из нескольких блоков:

1 блок. Изучение предпочитаемых видов деятельности по образовательной программе дошкольного образовательного учреждения.

Дошкольникам предлагалось ответить на вопрос: «Назови по порядку занятия, которые проходят в вашем детском саду. Только сначала назови занятия, которые тебе больше всего нравятся» (первым ставится тот предмет, который нравится больше, вторым - меньше и т.д.). Вычислялось значение места занятий физической культурой и % детей, отдающих предпочтение занятиям физической культурой.

2. блок. Изучение мотивов посещения старшими дошкольниками занятий по физической культуре.

Дошкольникам предлагается ответить на один вопрос: «Почему вы посещаете занятия физической культурой?». Дошкольники называли варианты ответов, которые фиксировались.

3.блок. Изучение значимости занятий физической культурой для детей старшего дошкольного возраста.

Дошкольникам предлагается ответить на вопросы:

1. Любите ли вы физическую культуру?
2. Занятия физической культуры помогают вам в укреплении здоровья?
3. Твои родители занимаются спортом?

Анкета для родителей

«Какое место занимает физкультура в Вашей семье»

1. Количество детей в семье \_\_\_\_\_
  2. Кто из родителей занимается или занимался спортом?  
Каким? \_\_\_\_\_
  3. Есть ли в доме спортивные снаряды?  
Какие? \_\_\_\_\_
  4. Посещает ли Ваш ребенок спортивную секцию?  
Какую? \_\_\_\_\_
  5. В какие подвижные игры любит играть ваш ребенок?  
\_\_\_\_\_
  6. Установлен ли для Вашего ребенка режим дня? (ДА, НЕТ) \_\_\_\_\_
  7. Соблюдает ли ребенок этот режим? (ДА, НЕТ) \_\_\_\_\_
  8. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику? (подчеркнуть)  
Мама (да, нет) . Папа(да, нет) . Дети(да, нет).  
Взрослый вместе с ребенком (да, нет). Регулярно, не регулярно.
  9. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены?  
(моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит  
зубы). \_\_\_\_\_
  10. Смотрите ли вы вместе с ребенком спортивные передачи? \_\_\_\_\_
  11. Обращаете ли вы внимание на осанку ребенка? \_\_\_\_\_
  12. Проводите ли Вы дома с детьми закаливающие мероприятия? \_\_\_\_\_
  13. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? (ДА, НЕТ, ИНОГДА)
  14. Кто из членов семьи чаще всего гуляет с ребенком? \_\_\_\_\_
  15. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:
    - чтение книг
    - просмотр телепередач, компьютерные игры
    - рисование, конструирование
    - подвижные игры, спортивные игры
    - настольные игры
    - другое: \_\_\_\_\_
- Благодарим за сотрудничество!!!

### Конспекты занятий, праздников, развлечений с детьми старшего дошкольного возраста

#### Конспект спортивного досуга

#### «Про то, как Баба Яга внука в армию провожала»

Задачи:

- Закрепить двигательные умения, полученные на физкультурных занятиях.
- Развивать ловкость, быстроту, координацию движений.
- Воспитывать чувство патриотизма, любви к родине.
- Расширять представления детей об армии, воинах - защитниках отечества.

Материал: Украшения для физкультурного зала: плакат «Поздравляем с Днем защитника Отечества», гроздь разноцветных воздушных шаров, флаги. Репродукция картины В. М Васнецова «Богатыри». Иллюстрации боевой техники. Спортивный инвентарь для проведения соревнований. (Дети разделены на две команды)

Предварительная работа: Беседа « Воинами – защитниками отечества». Рассмотрение иллюстраций: оружие и одежда русских богатырей – кольчуга, шлем, меч, палица, щит, лук, колчан.

Чтение: Былины «Подвиги Ильи Муромца», «Никита – Кожемяка». Заучивание пословиц и поговорок о доблести воинов.

ИЗО: Рассмотрение картины И. Васнецова «Богатыри», «Витязь на распутье».

Ход досуга:

Дети под звуки военного марша входят в зал, садятся.

Ведущий: Ребята, сегодня мы будем отмечать праздник нашей армии - День защитника отечества. Ведь сегодня день особый для мальчишек и

мужчин.

Здравствуй, праздник.

Здравствуй, праздник,

Праздник мальчиков и пап.

Всех военных поздравляет

Наш веселый детский сад.

В зал входит печальная Баба яга.

Посмотрите, ребята, кто это к нам пожаловал.

Дети. Баба Яга!

Ведущий: Здравствуй, Бабушка - Яга.

Яга: Здравствуйте, ребятки!

Ведущий: Бабушка Яга, почему вы такая грустная?

Яга: Со мной такая беда приключилась - внук мой единственный, Леший, в армию должен идти. А он у меня такой непутевый - на коне скакать не умеет, меч в руках сроду не держал, из лука стрелять не может. Как он служить будет? Ой, горе - горькое!

Ведущий: Ну что ты, Баба – Яга! Это в древние времена войны стреляли из лука и сражались на конях. Защищали тогда русскую землю богатыри.

Ребята, кто такие богатыри? (силачи, воины, борцы).

Откуда мы с вами о них знаем? (из сказок, былин, поэм). В каких русских народных сказках и былинах рассказывается о богатырях? С кем они боролись? ( дети отвечают). Какое оружие, одежда были у богатырей?

Как вы думаете, они любили свою Родину? А какие пословицы и поговорки вы знаете о любви к родине, о доблести? («Сам погибай, а товарища выручай!», «С родной земли – умри, не сходи», «Жить – Родине служить!», «За край свой насмерть стой!», « Не тот герой, кто награду ждет, а тот герой, кто за народ идет!»).

Молодцы, ребята, вы много знаете о древних защитниках Родины. Много времени прошло с тех стародавних времен. Теперь на вооружении у

Российской Армии стоит современная сложная техника, оружие. Но нашей Родине по – прежнему нужны доблестные воины, защитники Отечества. Современные военные должны много знать, быть не только сильными, но и грамотными, образованными.

Баба Яга: Ой, боюсь не справиться мой Лешенька! Вырос в лесу дремучем, ничего не знает, не умеет. Как быть, что делать?

Ведущий: Не расстраивайся, Бабулечка. Ребята помогут твоему внуку к армии подготовиться. А где же он у тебя?

Яга: Давайте его, позовем, он имя свое услышит и вмиг явится.

Дети: Леший! Леший!

Входит Леший.

Леший: Вот я, здравствуй, бабулечка - Ягулечка. Здравствуйте ребята!

Яга: Вот он мой внучек. Лешенька, ребята хотят помочь тебе к армии подготовиться. Они умные, книжки читали про армию, про военных. Леша, устроим тебе экзамен – готов ли ты в армии служить или нет. Смотри внимательно и думай. Готов?

Леший: Готов, бабушка.

Баба яга показывает иллюстрации боевой техники. Леший отвечает невпопад, дети его поправляют.

Ведущий: Да, ну и знания у твоего внука, да и вид у него не спортивный. В армию берут здоровых, сильных ребят, которые дружат с физкультурой.

Баба Яга: Ой, тяжело придется моему Лешеньке на военной службе! Он у меня любит поспать подольше, да поесть посытнее.

Ведущий: Но ведь не даром говорится, что тяжело в ученье, легко в бою. Сейчас мы из вашего внука сделаем настоящего солдата.

Чтобы сильными расти.

Чтобы в армию пойти.

Объясняю по порядку:

Начинаем день с зарядки.

1. Дети вместе, с Лешим выполняют зарядку.

Леший: Вот это да! Намял бока!

Работа эта нелегка.

Ведущий: Чтоб здоровьем завидным отличаться,

Надо больше тренироваться.

А сейчас проведем мы наглядный урок:

Кто из вас самый меткий стрелок.

2. Эстафета: «Самый меткий» (попадание мяча в корзину)

Ведущий: Боец всегда выручает в беде друга, чтобы научиться чувствовать плечо друга у нас есть специальное упражнение.

3. Эстафета: Игра " Бег в паре на двух ногах"

Яга: Старайся Лешенька, старайся. Видишь, какие ребята ловкие да быстрые!

Леший. Смотри бабушка, сколько я силы накопил.

Яга. (Трогает мышцы): Да, сразу мускулы появились. Вот что значит тренировка!

Леший. Да я.. Да я.. Я, наверное, бабуля теперь тебя сильнее.

Давай силой мериться вот, и проверим кто сильнее.

Игра. "Перетягивание каната" (Леший в одной команде, Баба – Яга в другой, им помогают ребята).

Леший. И ты бабушка сильная. И я сильным тоже стал.

Яга. Молодец, молодец, внучек.

Ведущий. Следующее парное соревнование

4. Эстафета: "Подними соперника с земли" (мальчики из разных команд встают парами спиной друг к другу и сцепляются локтями, по команде они пытаются оторвать соперника от пола).

Ведущая: Но для армии необходима связь, это надо, чтобы передать во время команду, и тут на помощь бойцам приходят наши связисты.

5. Эстафета: "Связисты" (два участника должны с телефоном в руках преодолеть препятствия проползти под дугой, пройти по дощечкам, пролезть



в туннель, поставить телефон на куб и позвонить сказать: "Алло")

Ведущий: Продолжаем тренироваться, следующее задание кто быстрее справится с боевым конем.

6. Эстафета: « Кто быстрее скачет» (хоппы)

Ведущий. Ну. Вот и последнее соревнование. Нужно доставить в штаб пакет с донесением

7. Эстафета: « Доставь пакет»

(дети пролезают под туннель, перепрыгивают через кубики).

Леший. Вам ребята, благодарен за науку, за игру, быть выносливым и ловким не мешает никому.

Ведущий: Пока мы соревновались, военно – полевая почта доставила в наш детский сад пакет с секретным сообщением. Что же в нем, интересно? Раскрывает пакет и читает " Поздравляем Лешего Лешу со вступлением в ряды нашей доблестной армии. Ура! Ура! Ура!"

Баба – Яга: Иди, мой родной. Будь достойным солдатом, Родине служи. А я писем от тебя ждать буду.

Леший. Я тебе, бабушка часто писать буду, еще и фотографию пришлю в военной форме.

Ведущий. Вот настал момент прощанья.

Говорим вам: " До свиданья.

До счастливых новых встреч!"

Звучит марш, Леший, а за ним дети, маршируя, уходят из зала. Баба Яга машет им вслед платком.

### Конспект спортивного досуга для детей и родителей

#### «Вместе с папой, вместе с мамой»

Цель: пропаганда ЗОЖ, формирование интереса к занятиям физкультурой и спортом.

Задачи:

- закреплять навыки в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, ползании;
- развивать вестибулярный аппарат, силу, ловкость, смелость, координацию движений;
- учить родителей контролировать поведение ребенка без замечаний и сравнений с другими детьми.

Оборудование: эмблемы для детей, обручи, туннели, кегли, скакалки, набивные мячи, мешки, игрушки-детские коляски. Зал украшен разноцветными флажками, шарами. На центральной стене плакаты: «Сильным, ловким вырастай!», «Олимпийцы среди нас!», «Быстрее, выше, сильнее!», силуэты детей - спортсменов.

Под спортивный марш команды по очереди входят в зал и выстраиваются друг - против друга.

Команда «Мячики», команда «Солнышко» - дети с участием родителей.

Ведущий: Дорогие ребята! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы ещё раз убедиться, какими вы выросли крепкими, здоровыми, сильными, ловкими. Сегодня у нас необычные соревнования, т. к. вместе с нами будут соревноваться ваши мамы и папы!

Ребёнок: Родители - такой народ,  
На занятость спешат сослаться!  
Всем надо спортом заниматься!  
А вот чтоб ставить всем рекорды,  
И о больницах забывать,  
Над взрослыми в вопросах спорта,

Решили дети шефство взять!

Ведущий: Празднику спортивному рада детвора!

Юным физкультурникам -

Все: Ура! Ура! Ура!

1. Спортсмены - 2. Те звёзды и медали

Всегда впереди! Они завоевали!

Блестят у них медали Но все спортсмены наши

И звёзды на груди! Вот так же начинали!

Ведущий: Сегодня у нас всё, как на настоящих соревнованиях.

Оценивать наши результаты будет жюри (представляет).

Жюри: Конкурсы, эстафеты, соревнования будут оцениваться по двух бальной системе, т. е., если команда выигрывает - получает 2 очка, проигрывает - 1 очко.

Желаем успехов!

Ведущий: Командам подготовиться к приветствию! Капитаны - прошу вас!

Капитан ком. «Мячики»:

1. Мы рады солнцу!

Мы рады ветру!

Мы страны своей весна!

Нам, ребятишкам -

Жизнь счастливая нужна!

2. Готовясь к боям спортивным сейчас

Сильней и отважней мы стали!

Соревнования кому - то из нас,

Быть может, подарят медали!

3. Надо, надо заниматься

И привычку завести:

Умываться не бояться,

Физкультурой заниматься

И здоровыми расти!  
Это всем понять пора,  
В добрый час! Физкульт - ура!  
Все: Ура!

Капитан ком. «Солнышко»:

1. Ещё не рекордсмены мы,  
Ещё мы дошколята,  
Растём мы все спортсменами!  
Мы дружные ребята!

2. Мы гуляем и играем,  
Греет солнышко всех нас!  
Физкультурниками стали -  
Что покажем вам сейчас!

3. Стать чемпионом - все мы знаем,  
Задача сложная для всех!  
Соревноваться начинаем!  
И твёрдо верим в свой успех!

Ведущий: Вот и встретились наши команды. Пожелаем им успехов!

Дети: На площадку по порядку  
Становись скорее в ряд!  
На зарядку, на зарядку  
Приглашаем всех ребят!

Ведущий: А сейчас мы проведём разминку! (проводится ритмическая гимнастика).

Жюри подводит итог (после каждого вида соревнований).

Ведущий: «Команды, на старт!»

1. Соревнование «Гонка обручей». Участвуют все дети и один папа. Команды выстраиваются в две шеренги друг против друга. Каждый участник должен продеть обруч через себя и передать другому, последними стоят папы, они все обручи сбрасывают через себя на пол. Выигрывает та команда,

которая быстрее передаст обруч.

2. Соревнование «Кто быстрее принесёт флажок».

Участвуют все дети и взрослые.

1. Проползти в туннеле.

2. Перепрыгнуть через набивные мячи.

3. Взять в обруче ленту и вернуться в колонну, передать эстафету.

Объявляется музыкальный номер.

3. Эстафета - конкурс «Кто больше соберёт кеглей с завязанными глазами».

Участвуют по одной семье от каждой команды.

4. Соревнование «Посадка картофеля».

Участвуют только дети. Дети становятся в две колонны, на расстоянии 5 - 6 шагов. Перед колоннами проводится линия старта, у детей, стоящих первыми, в руках корзинки с 5 - 6 картофелинами. Напротив колонн, в 10 м от старта чертятся 5 - 6 кружков в ряд.

По сигналу ведущего первые игроки бегут к своим кружкам, раскладывают картофелины по одной в кружок, передают пустые корзинки следующим игрокам, те бегут к кружкам, собирают картофелины в корзинки и передают следующим, выигрывает та команда, которая раньше выполнит задание.

5. Соревнование «Пингвин с мячом».

Участвуют только мамы и папы. Первые номера в командах получают по мячу, сжав его коленями, прыжками устремляются к пирамиде, огибают её и возвращаются, передавая мяч следующему игроку. А папы получают ещё и в руки мяч. Выигрывает команда, завершившая задание первой.

6. Соревнование «Бег в мешках» - семейная эстафета.

Участвуют команды из 10-ти человек. Первые игроки по старту влезают в мешок, бегут (прыгают) к пирамиде, огибают её возвращаются к колоннам, передают мешок следующему. Выигрывает та команда, которая раньше выполнит задание.

Объявляется музыкальный номер.

7. Соревнование «Поточное проползание».

Участвуют только дети. Дети стоят в колоннах широко расставив ноги, дети, стоящие последними, пролезают в тоннеле между ногами детей, как только прополз один, тут же ползёт другой, непрерывно следуя друг за другом... Завершающий должен взять игрушку в обруче и поднять её вверх. Выигрывает та команда, которая первой выполнит задание.

8. Конкурс - соревнование «Кому достанется скакалка».

Участвуют только взрослые по 6 человек в команде. Участники садятся на стулья, спиной друг к другу, под стулья кладётся скакалка. По старту, как только заиграет музыка, участники вскакивают, бегут к пирамидам, огибают их, возвращаются, садятся на стул, дергают скакалку на себя, опережая соперника. Выигрывает тот, кому удастся это сделать.

9. «Комбинированная эстафета».

1. «Переправа» пронести своего ребёнка до пирамиды и обратно в корзине.

2. Мальчики вдвоём, в обруче парами.

3. Девочки везут кукол в колясках и переносят их на носилках.

4. Мама проносят мяч между головами (зажав его), отбивают мяч одной рукой с ведением вперёд.

5. Папы – прыжки на фитболах.

В заключении проводится общая игра «Ручеёк».

Жюри в это время подводят итоги соревнований.

Звучит спортивный марш, команды строятся для награждения. Дети награждаются медалями и сувенирами, взрослые – медалями. Семьи – грамотами.

Ребёнок: От юных спортсменов, лихих и бесстрашных

За всё, за успехи, здоровье и силу

Родине нашей -

Все: Спасибо! Спасибо! Спасибо!

Ведущий: Желаем, чтоб крепкими, смелыми стали,

И в космос далёкий бесстрашно летали!

Чтоб вами отчизна могла бы гордиться!

Храбрости с детства надо учиться!

Мамам и папам желаем дальнейших спортивных успехов, надеемся  
увидеть вас на наших стадионах!

### Спортивный досуг для детей старших групп.

#### «Зимняя спартакиада»

Задачи: Закрепить умение метания в цель.

Совершенствовать ловкость, координационные способности, скоростные качества.

Развивать интерес к зимним видам спорта посредством эстафет; смекалку, чувство товарищества и умение действовать в команде.

Участники: 2 старшие группы.

Льдинка и Снежинка: воспитатели команд. Ведущая: руководитель физического воспитания.

Оборудование: фонотека, 12 модулей, 2 елки, «снежки», 2 мяча, 2 клюшки, 2 корзины, призы для детей.

Ход развлечения: На середине зала, в обруче лежат шарики двух цветов по количеству детей.

Построение двух старших групп. Представление команд.

Разминка под песню «Новогодняя дискотека» 2 куплета. Пока идет разминка, воспитатели групп переодеваются в «снежинку» и «льдинку».

Деление на 2 команды. После разминки предлагаю взять шарик, и образовать новые команды для эстафет.

Дети! Зима вступила в свои права и предлагает всем новые игры и развлечения. Какие виды спорта проводят только зимой? Чья команда назовёт больше видов зимнего спорта, та получит дополнительный балл (фигурное катание, хоккей, биатлон, горные лыжи, беговые лыжи, санный спорт, кёрлинг и др.). Молодцы!

Задание на внимание:- Чья команда быстрее построит круг!

Рук.физо: - Дети, посмотрите к нам гости идут!

Льдинка:- Здравствуйте ребята, я льдинка!

Снежинка:- Здравствуйте ребята, я снежинка! А ну, ребята покажите,



какие вы ловкие да смелые, быстрые и умелые!

Конкурс. «Построй крепость».

Рук.физо: -От всех прошу внимания, вот вам план постройки, вам помогут Льдинка и Снежинка !

По восемь детей с команды выполняют постройку.

Эстафета. «Пройди, не задень». Самый меткий будет тот, кто в корзину попадёт.

Каждому ребенку в команде необходимо пройти через крепость, при этом не задеть. Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде. У линии старта передают эстафету следующему.

Эстафета. «Снежинки». Кто быстрее пробежит с мишурой змейкой, вокруг елочки и обратно.

Льдинка и Снежинка:- А загадки вы умеете зимние отгадывать? Тогда слушайте:

1. Шайбы верная подружка,  
угадайте, кто я? (клюшка)
2. С горки я люблю кататься,  
Вниз лечу быстрее птицы.  
Ну а вверх тащите сами.  
Угадали, кто я? (сани)
3. Если из снега слепить колобок –  
это получится просто. (снежок)
4. На ладошку опустилась ледяная льдинка,  
опустилась и исчезла белая. (снежинка)
5. Металлических два братца,  
Как с ботинками срослись,  
Захотели покататься,  
Топ! – на лёд и понеслись.  
Ай, да братья, ай, легки!  
Братьев как зовут? ... (коньки)

6. Две деревянные стрелы

Я на ноги надел.

Хотел спуститься вниз с горы

Да кубарем слетел.

Вот смеху было от той свалки:

Они на мне и сверху палки! (лыжи)

Эстафета «Хоккей». Провести клюшкой мяч между кеглями и попасть в воротики, забрать мяч, и передать эстафету следующему члену команды.

Эстафета «Бег в мешках». Прыжки в мешках вокруг елочек.

Эстафета «Меткий стрелок». У детей по одному «снежку», надо постараться попасть в цель (в корзину).

Эстафета «Пронеси мячи»

Участники команд разбиваются на пары. Каждая пара, зажав мяч между головами, должны оббежать фишки змейкой и вернуться к месту старта по прямой. Выигрывает команда, участники которой прошли дистанцию, не уронив мяч

Рук.физо: -Вот и подошли к финалу наши эстафеты.

Награждение-сюрприз. Фотография на память. До новых встреч.

Торжественный марш.

### Консультации для родителей

#### Привлечение ребенка к спорту и организация спортивных занятий

Начинайте заниматься с ребенком с первых же дней его жизни. Бережно относитесь к нежным тканям младенца, вооружившись основательными знаниями, подробно приведенных в специальной литературе. Основным периодом занятий родителей с детьми является возраст от 2 до 6 лет. Но и после 6 лет не следует прекращать занятий в семье, хотя в этом возрасте появляются и другие возможности для физического развития ребенка - в школе, физкультурном обществе и культурно-просветительных учреждениях, где ребенок занимается под руководством специалиста.

Возможность включить в распорядок дня совместные занятия одного из родителей с ребенком существует почти всегда. Необходимо уделять ребенку ежедневно хотя бы несколько минут. Постарайтесь определить оптимальное время дня занятий в режиме вашей семьи и затем придерживайтесь его. Следует соблюдать принцип систематичности, чтобы ребенок постепенно привыкал к занятиям, чтобы они стали для него ежедневной потребностью. Продолжительность занятий родителей с ребенком различна: она зависит от возраста ребенка, от лимита свободного времени родителей, от времени суток, а также от того, что делает ребенок до или после занятий.

Утренние занятия обладают тем преимуществом, что сразу после сна «разминаются» мышцы тела, улучшается кровообращение в тканях. Во время зарядки лучше использовать легкие и уже знакомые упражнения, поскольку обычно не хватает времени и терпения для разучивания новых, более сложных упражнений. Продолжительность утренних занятий - не более 10 минут.

До обеда обязательно дайте ребенку возможность погулять на свежем

воздухе. Если есть время, можно в эти часы провести 15-20-минутный, более интенсивный урок, включив в него упражнения для больших групп мышц.

После обеда необходим покой; ребенок дошкольного возраста должен спать или хотя бы спокойно лежать не менее 2 часов. После сна полезны непродолжительные взбадривающие упражнения и более длительные - по возможности на открытом воздухе.

Занятия во второй половине дня должны предоставить ребенку больше времени для освоения разнообразных движений с предметами и для упражнений на различных снарядах - желательно в обществе сверстников. В эти же часы удобно провести более длительное тренировочное занятие с одним из родителей (около 20 мин.).

Упражнения перед ужином - наиболее частая форма совместных занятий, так как родители, как правило, дома и хотя бы один из них может заняться ребенком. В этот период есть время для разучивания акробатических упражнений, проведения игр и совершенствования достигнутых результатов.

После ужина заниматься с детьми физкультурой не рекомендуется: интенсивная двигательная деятельность после еды вредна, а, кроме того, после физических упражнений дети трудно засыпают.

Обязательно нужно использовать любую возможность подвигаться вместе с ребенком на свежем воздухе - чаще всего она предоставляется в выходные дни.

Для нормального развития ребенка очень важно ежедневное пребывание на свежем воздухе. Интересен такой факт: пока ребенок в грудном возрасте, родители добросовестно соблюдают это требование, но когда дети подрастают, родители частенько о нем забывают. Ребенок нуждается в активных движениях на воздухе, причем в любую погоду. Если ребенок в летнее время может проводить весь день на воздухе, это благоприятно отражается на его физическом развитии. В некоторых детских учреждениях дети играют, едят и спят на свежем воздухе. В результате они

меньше болят и больше двигаются.

Для нормального физического развития здорового ребенка недостаточно просто сопровождать мать в магазин за покупками, спешить за ней по наиболее оживленным улицам города; необходимым требованием для него является возможность свободно побегать. Родители обычно торопятся и не осознают, что ребенку приходится все время бежать, чтобы угнаться за их темпом.

Таким образом, организм его получает чрезмерную нагрузку. Во время долгих походов родители тоже переоценивают детские силы. Ребенку гораздо полезнее просто побегать, поиграть – в этом случае он сам контролирует степень утомления.

Здорового ребенка не нужно заставлять заниматься физкультурой – он сам нуждается в движении и охотно выполняет все новые и новые задания. Ни в коем случае не следует принуждать ребенка к выполнению того или иного движения или превращать занятия в скучный урок. Дошкольники еще не испытывают потребности учиться в буквальном смысле слова. В связи с этим тренировки должны проходить в форме игры - тогда ребенок все время будет находиться в прекрасном настроении. Постепенно вовлекайте ребенка во все новые виды игры и забавы, систематически повторяя их, чтобы ребенок закрепил изученные движения.

Прекрасно, если вы ободрите ребенка похвалой, удивитесь тому, какой он крепкий, ловкий, сильный, сколько он умеет, что он уже сам покажет.

Пробудить у ребенка интерес к занятиям поможет также демонстрация его умений перед остальными членами семьи или же его сверстниками. Так постепенно у ребенка развиваются уверенность в своих силах и стремление учиться дальше, осваивая новые, более сложные движения и игры.

Если у ребенка нет желания заниматься, проанализируйте причины такого негативного отношения к занятиям, чтобы в дальнейшем создавать более благоприятные условия. Некоторые полные дети не любят заниматься потому, что им тяжело двигаться, они склонны к лени. Таких детей следует

лечить с помощью диеты и всячески стремиться привлечь к занятиям, чтобы они не отставали в двигательном развитии. Кроме похвалы, поощрением для них может служить и убедительное объяснение, почему так необходимы занятия физкультурой.

Взрослый должен знать, какое упражнение он хочет разучить с ребенком, как будет его выполнять и чего хочет этим достичь. Каждое упражнение и подвижная игра имеет свою задачу, цель, значение, они подразделяются на несколько групп.

В первую группу входят упражнения, направленные на выработку правильной осанки, правильного положения головы, плеч, других частей тела. Упражнения такого рода называются оздоровительными; именно эти движения способствуют правильному физическому развитию. При выполнении этих упражнений необходимо уделять особое внимание правильному их выполнению, чтобы добиться требуемого распрямления спины, растягивания соответствующих мышц. Родители должны демонстрировать упражнения ребенку, а затем помочь ребенку освоить новое движение. При выполнении любого упражнения этой группы требуется помощь и неназойливое наблюдение со стороны родителей, чтобы отдельные позы и положения были правильными.

Во вторую группу входят упражнения, содержащие элементы акробатики. Они направлены на развитие ловкости, гибкости и быстроты реакции и выполняются со страховкой. Чтобы обеспечить полную безопасность при выполнении этих движений, взрослые должны быть очень осторожны и внимательны.

Поскольку родители заинтересованы в том, чтобы развить у ребенка смелость, умение преодолевать страх, вызываемый необычным положением тела или быстрыми изменениями поз, следует терпеливо учить его ориентироваться в необычных положениях, пока он не преодолеет боязнь и не будет с радостью повторять акробатические упражнения.

К третьей группе относятся подвижные игры, в которых используются

ходьба, бег, прыжки, лазанье и броски. Для того чтобы естественные движения были притягательными для детей, их объединяют игрой с простыми правилами.

Таким образом, ребенок учится соблюдать определенные правила, дисциплину, а также и умению сосредотачиваться. Необходимо учить так же и умению проигрывать. Для проведения игр нужен коллектив: ребенок играет с родителями или же со старшими братьями и сестрами.

В четвертую группу входят упражнения с использованием различных предметов, снарядов на свежем воздухе или в помещении. Сюда относятся, например, ходьба по приподнятой и наклонной плоскости, лазанье по лесенке и гимнастической стенке, проползание под различными препятствиями, перепрыгивание через препятствия. Здесь необходимо соблюдать принцип постепенного повышения требований к детям. Особенно важна изобретательность родителей, помогающая в обычных условиях смастерить для детей различные интересные преграды для перелезания, перепрыгивания и раскачивания, которые обогатили бы запас движений ребенка. Желательно ежедневно подготавливать для ребенка в квартире увлекательную дорожку препятствий, чтобы он мог поупражняться на ней в ловкости, быстроте реакции, закрепить различные движения. На природе подобные дорожки можно легко соорудить с помощью веревок, досок.

Дети преодолевают дорожку препятствий самостоятельно, стараясь сделать это как можно лучше. В этих упражнениях важна не столько точность выполнения, сколько быстрая адаптация к необычным условиям. Детям больше всего нравился этот вид упражнений.

Пятую группу составляют музыкально-ритмические упражнения, воспитывающие у детей грациозность, осознанное выполнение движений и сочетание движений с ритмом стихов, песенок, музыки. Ребенок вначале учится слушать музыку и понимать ее характер, а затем непринужденно соединяет движение с музыкой. Родители должны уметь спеть детскую песенку, сыграть простую мелодию в нужном ритме на музыкальном

инструменте. Если ребенок движением может подчеркивать ритм и характер музыки, вживаясь в нее, он получает большие преимущества для дальнейшего обучения игре на музыкальном инструменте, танцам, пению. Умение слушать музыку полезно в любом возрасте.

Систематические занятия любым видом спорта развивают силу мышц, выносливость, быстроту и ловкость.

Однако «вес» этих качеств в разных видах спорта различен. Вот почему для занятий тем или иным видом спорта необходим предварительный совет со спортивным педагогом и врачом. При этом учитывают состояние здоровья и характер физического развития школьника, а также возможное влияние на развитие его организма тренировочных занятий.

Младшим школьникам можно рекомендовать некоторые виды спорта, а именно те, которые развивают ловкость, гибкость и координацию движений, предусматривают равномерную и умеренную нагрузку на возможно большую группу мышц тела, например: фигурное катание, художественная гимнастика, плавание и др.

Занятиями теми видами спорта, которые связаны с упражнениями скоростно-силового характера небольшой интенсивности и продолжительности (прыжки в длину) или же с тренировками, в которых довольно интенсивные упражнения силового характера чередуются с паузами (волейбол, водное поло), можно начинать с 10-11 лет.

С 12-13 лет обычно разрешают начинать подготовительные занятия почти по всем видам спорта, которые не только развивают скорость, ловкость, но и включают упражнения на выносливость и силу (велоспорт, гребля, толкание ядра и др.)

Занятия, требующие больших силовых нагрузок (тяжелая атлетика, бокс) следует начинать с 14-15 лет.

И еще одно замечание: занятия спортом должны проводиться под руководством тренера.

Невозможно представить себе занятий физкультурой и спортом без



соревнований. Но спортивные соревнования для подростков - это не только физическая, но и большая эмоциональная нагрузка. А слишком высокая нагрузка на нервную и эндокринную системы может привести к нежелательным, даже к тяжелым срывам. Вот почему специальными указаниями строго регламентируется возрастом, с которого подростки могут участвовать в соревнованиях различного масштаба.

Точно предугадать возможности будущего спортсмена - дело трудное. И поэтому желание самого ребенка надо учитывать, прежде всего. Страстное желание иной раз в состоянии пробудить способности. Надо всегда помнить, что эмоции в спорте играют большую стимулирующую роль. Учитывая физическое развитие ребенка, можно предсказать, в каком виде спорта он может преуспеть. Один из самых элементарных критериев спортивной ориентации детей - рост. Удобнее всего в этом отношении ребятам среднего роста, им в принципе открыты пути во все виды спорта. Низкорослым лучше ориентироваться на виды спорта, имеющие весовые категории: бокс, акробатика и др.

Немалую роль при выборе видов спорта играет масса человека. Здесь труднее всего что-либо предсказать на несколько лет вперед. И все-таки: если у мальчика или девочки «широкая кость» и они склонны к полноте, им очень трудно было бы добиться удачи в таких видах спорта, как гимнастика, фигурное катание.

Но самым главным критерием спорториентации остается характеристика двигательных особенностей. Способен ребенок бегать очень быстро, но без усталости - ему всегда найдется в легкой атлетике занятие по душе. Также важна реакция.

Словом, возможности приобщения детей к спорту велики. Они будут расти из года в год. Долг родителей - использовать эти возможности на благо воспитания всесторонне развитого человека.

### Консультации для родителей

#### Движение – основа здоровья

Насколько важно движение в человеческой жизни известно каждому. Но между знанием и практикой часто расстояние бывает очень большим. А между тем известно также и то, что люди, тренирующие свою мышечную систему пусть даже совсем небольшой, но обязательно повседневной активностью гораздо менее подвержены несчастным случаям и болезням. Статистические данные из практики детских врачей врачебных комиссий и страховых компаний свидетельствуют о чрезвычайной важности движения и правильного питания в жизни детей и взрослых.

Очень простые, нескучные советы родителям по проблеме: «Движение и здоровье»

Человеческий мозг, особенно это касается бессознательного мышления, напитывается впечатлениями. В дальнейшем 80% нашей деятельности руководствуется этим бессознательным опытом. Поэтому чрезвычайно важную роль играют просвещения детей в вопросах потребностей здорового тела, обучение, тренировка, как в детском саду, так и в семье. Детям необходимо объяснять значимость не только тех или иных действий и привычек, но и это главное – подавать собственный пример.

Делайте утреннюю зарядку, больше двигайтесь, занимайтесь физкультурой и спортом, ведите здоровый образ жизни, привлекайте к активным действиям детей и они вырастут здоровыми и преуспевающими людьми. Родители для детей – непререкаемый авторитет, пример для подражания.

Уже с малых лет учите детей беречь свое здоровье и заботиться о нем. Совместные занятия сплачивают, объединяют детей и взрослых. Позиция родителей во многом определяет отношение детей к физической культуре и спорту. Если взрослые ведут здоровый образ жизни, регулярно вместе с

детьми выполняют хотя бы простейшие физические упражнения, подвижны, легки на подъем, это является «благодатной почвой», на которой взойдут добрые всходы – крепкие, здоровые, любящие физкультуру дети.

Только говорить о значимости здоровья – это мало.

Надо предпринимать повседневные, пусть мелкие, но обязательно многочисленные шаги. Тогда непременно сложится тот здоровый фундамент, на котором в дальнейшем может быть выстроено прекрасное здание человеческой жизни.

Чаще участвуйте в физкультурно-спортивных мероприятиях, проводимых в детском саду. Дети радуются присутствию взрослых и гордятся своими родителями. Спортивные праздники, в которых соревнуются семейные команды, сплачивают семью, приносят много радости и запоминаются взрослым и детям надолго.

Устраивайте праздники детям дома, не жалейте для этого времени и сил. Все это окупится здоровьем вашего ребенка его активной жизнеутверждающей позицией, дальнейшим преуспеванием в жизни.

Лучшие дни проведения – суббота, воскресенье, праздники, каникулы, отпуск.

Командовать может любой – мама, папа, дедушка, бабушка, сын или дочь, тетя, дядя и т.д.

Можно «периоды» разделить и тогда каждый отвечает за свое «мероприятие» свой отрезок времени.

Утром, еще в постели сделайте несколько упражнений по растяжке мышц:

- Лечь на спину, вытянув ноги и руки, потянуться всем телом;
- Напрячь стопы ног, носочки;
- Отводя руки далеко за голову, расправить ладони, вытянуть пальцы, вдохнуть;
- Затем расслабиться, перенести руки вдоль туловища, выдохнуть.

Упражнение хорошо сопровождать мыслями или словами, произнося

их шепотом или вслух: «Доброе утро! Как хорошо! Я здоров! Все здоровы! Я люблю свою семью!»

- Из того же исходного положения подложив руки согнутых в локтях под голову, вытянув ноги (можно зацепиться носками за спинку кровати или спрятать их под сложенное валиком одеяло), сделать несколько полуподъемов верхней части туловища, не отрывая ног от кровати.

- Лежа на спине, прямые руки вдоль туловища, или согнутые в локтях под головой, несколько раз приподнять ноги вверх, стремясь сделать «прямой угол».

- Продолжая лежать на спине, выполнить несколько вращательных движений ладонями и стопами в одну и в другую сторону.

- Из положения лежа на спине, вытянув руки и ноги перевернуться на один бок, на спину, на другой бок, на живот.

- Из исходного положения, лежа на животе, вытянув руки и ноги сделать «лодочку», прогнувшись в спине, приподнять голову, верхнюю часть туловища, ноги.

Сказать: «Хорошо! Очень хорошо!» Встать.

Повторять упражнения стоит от двух до четырех раз с улыбкой и хорошим настроением.

Общий подъем команда, доносящаяся из другой комнаты, очень бодрят, объединяют всю семью общей идеей, общим действием общим веселым настроением насыщают всех положительными эмоциями.

«Всем – здравствуйте! Здравствуйте все!»

Совместная гимнастика в большой комнате или коридоре – что может быть лучше?! Упражнения самые простые и доступные всем членам семьи от самого маленького до самого большого. Особенно хороши импровизации и имитационные движения.

Душ! От этой утренней процедуры все, особенно дети, получают наслаждение настоящего веселого водного праздника.

Теперь за аппетитный завтрак! Ведь это важнейшая трапеза дня.

Поэтому не завтракаем на ходу. Красиво накрытый стол, любимые блюда, родные лица – как это здорово! За завтраком ведем мирные разговоры о предстоящем дне, в том числе о потребностях организма.

Затем всевозможные спокойные подвижные дворовые игры, инициаторами которых будут все члены семьи. Бабушка и дедушка предложат поиграть в старые народные игры, папа и мама – в игры своего детства, дети – в современные подвижные игры. Интересно и полезно будет всем. Поиграйте в такие игры, как: «Фанты», «Да и нет, не говорить», «Лото», «Горелки», «Салки», «Жмурки», «Прятки», «Казачьи-разбойники», «Замри», «Краски».

Из дома – на улицу, на природу.

Обязательны прогулка или экскурсия, поездка, турпоход, посещение культурно-развлекательных заведений, парков, детских аттракционов, театров. Полезны разговоры о благотворном влиянии природы и отдыха на здоровье.

Пообедать можно в пункте общественного питания. Это приятно и интересно, способствует социально-коммуникабельному развитию детей.

Посидите на скамейке полюбуйтесь небом рекой, деревьями, цветами и т.п., спокойно подышите – это так умиротворяет, способствует расслаблению, глубокому отдыху.

Можно еще активно подвигаться. Или посетить кинотеатр. Важно чтобы в течение дня ребенок выполнял различные упражнения: потянись, а потом расслабь мышцы, и у тебя появится ощущение тепла во всем теле, напряги мышцы спины, сведи и разведи лопатки, стань прямо, опусти и подними голову несколько раз и у тебя будет красивая осанка.

Вечером дома общий ужин, гигиенические процедуры, спокойнее игры, семейное чтение (лучше сказок или занимательных историй – их любят все). Если вы не можете без телевизора посмотрите вместе интересную передачу, но не долго – детям вредно.

Отход детей ко сну. «Спокойной ночи!» Очень хорошо, если детям

споют колыбельную песенку, посидят возле него с добрыми словами – такие минуты запоминаются на всю жизнь, они убеждают ребенка в собственной защищенности в значимости для семьи, пробуждают в нем душевный покой, укрепляют здоровье, помогают быть уверенным и успешным.