

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 ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА У СТАРШИХ  
ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАРОДНЫХ  
ПОДВИЖНЫХ ИГР**

**Выпускная квалификационная работа**

обучающегося по направлению подготовки

44.03.01 Педагогическое образование, профиль Дошкольное образование  
заочной формы обучения

5 курса группы 02021458

Погореловой Виктории Викторовны

Научный руководитель  
кандидат педагогических наук,  
старший преподаватель  
Галимская О.Г.

**БЕЛГОРОД 2019**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАРОДНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР.....	7
1.1. Проблема формирования двигательного опыта детей дошкольного возраста в теории и практики дошкольного образования.....	7
1.2. Использование народных подвижных игр в образовательном процессе детского сада.....	13
1.3. Педагогические условия формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр.....	20
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАРОДНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР.....	31
2.1. Диагностика уровня сформированности двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста.....	31
2.2. Разработка методических рекомендаций по формированию двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр.....	36
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	43
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	45
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	51

## ВВЕДЕНИЕ

В современных условиях возрастает значение физического воспитания с учетом возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностей дошкольника. Внимание к физическому состоянию детей дошкольного возраста обусловлено исключительным влиянием двигательного развития на общее психическое состояние ребенка в этом возрасте. Для обеспечения нормального физического и психического развития ребенка необходимо с первых дней его жизни организовывать двигательный режим, воспитывать потребность в двигательной активности, формировать двигательный опыт.

В настоящее время проведены многочисленные научные исследования, посвященные различным сторонам совершенствования физического воспитания дошкольников и накопления двигательного опыта. В них исследованы проблемы и особенности организации и методики физического воспитания в детском саду, повышения физической подготовленности, развития физических качеств детей дошкольного возраста и др. (Е.Н. Вавилова, Л.Н. Волошина, В.К. Бальсевич, Ю.Ф. Змановский, Л.М. Пензулаева и др.)

Потребность в активных, разнообразных движениях является отличительной особенностью дошкольников. Упражнения и подвижные игры являются самыми универсальным и доступным средством развития двигательной сферы. «Без игры ребенок не может нормально расти и развиваться так же, как и нормальный взрослый человек не может существовать без труда. Игра для ребенка не забава, а естественное превращение духовных и физических сил в действия, в вещи», – писал В.Н. Сорока-Росинский. Благодаря движениям и играм повышается общий жизненный тонус дошкольника, возрастает работоспособность, выносливость, устойчивость к болезням.

Игра в жизни ребенка – важный вид деятельности, удовлетворяющий его стремление к движению, к действию к осмыслению и осознанию окружающего мира. В создание теории игры значительный вклад внесли ведущие русские

педагоги и психологи. Вопросы теории и методики игры разрабатывались А.В. Запорожцем, А.А. Леонтьевым, Н.Н. Поддьяковым, Д.Б. Элькониным и др.

В разработке содержания, организации и методики русских народных игр важную роль сыграли работы Л.В. Артамоновой, А.И. Быковой, М.М. Конторович, Л.И. Михайловой, Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой и др.

На основании анализа теории и практики дошкольного образования мы выявили **противоречие** между необходимостью формирования двигательного опыта у старших дошкольников и недостаточной обоснованностью педагогических условий использования народных подвижных игр для формирования двигательного опыта. Это обусловило выбор темы исследования: «Формирование двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр».

**Проблема исследования** заключается в выявлении и обосновании педагогических условий формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр. Цель исследования заключается в решении данной проблемы.

Объект исследования: процесс формирования двигательного опыта у детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: педагогические условия формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр.

Гипотеза исследования: формирование двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр будет наиболее эффективным при следующих педагогических условиях:

- содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста;
- использование игры городки является средством обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста;
- взаимодействие всех субъектов образовательного процесса

направлено на формирование двигательного опыта дошкольников.

В соответствии с проблемой, целью, объектом, предметом и гипотезой исследования были поставлены следующие задачи исследования:

1. Раскрыть проблему формирования двигательного опыта детей дошкольного возраста в теории и практики дошкольного образования.
2. Рассмотреть особенности использования народных подвижных игр в образовательном процессе детского сада.
3. Выявить и обосновать педагогические условия формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр.
4. Разработать методические рекомендации по формированию двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы следующие методы исследования:

- теоретические методы (анализ научной литературы);
- эмпирические методы (тестирование; педагогический эксперимент (констатирующий этап));
- качественный и количественный анализ полученных результатов.

Этапы исследования:

Первый этап (май 2018 г. – сентябрь 2018 г.) – теоретико-аналитический этап. Изучение и анализ психологической, педагогической и методической литературы по теме исследования, формулирование понятийного аппарата, разработка программы педагогического эксперимента.

Второй этап (сентябрь 2018 г. – апрель 2019 г.) – формирующий этап. анализ состояния проблемы исследования в дошкольном образовательном учреждении, подбор диагностического инструментария, проведение диагностики.

Третий этап (май 2019 г. – июнь 2019 г.) – заключительный этап. Анализ результатов педагогического эксперимента и оформление выпускной

квалификационной работы.

База экспериментального исследования: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка– детский сад №10» Алексеевского городского округа, Белгородская область.

Выпускная квалификационная работа имеет следующую структуру: введение, две главы, заключение, список использованной литературы, приложение.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАРОДНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР

## 1.1. Проблема формирования двигательного опыта детей дошкольного возраста в теории и практики дошкольного образования

Важность и значимость для развития детей дошкольного возраста в процессе двигательной деятельности доказана исследованиями ученых и практиков. М.Н. Дедулевич и В.А. Шишкина утверждают: «Движение – это фундамент настоящего и будущего здоровья детей, их гармоничного физического развития. Важнейшее условие и средство общего развития ребенка, формирование его психики, способностей, жизненной активности, физического, умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания» (16).

Движение ребенка является средством познания окружающего мира, удовлетворения биологических потребностей его организма. Трудно переоценить роль двигательной деятельности в расширении функциональных возможностей развивающегося организма ребенка, недостаток движений может привести к патологическим сдвигам в организме.

В исследованиях психологов большое место уделяется вопросу о том, является ли развитие движений ребенка следствием естественного созревания или же это есть результат научения. Анализ природы движений начинается с вопроса о том, какие из движений следует относить к врожденным, а какие – к выработанным. «В сущности, все движения сначала появляются как врожденные и лишь в ходе развития ребенка они приобретают условно-рефлекторный характер, т.е. приводятся в связь с раздражителями, с которыми они ранее не были связаны, или вырабатываются новые комбинации из нескольких движений», – поясняют Е.В. Гудкова, И.А. Шляпкинова, Н.В. Бобро (40).

В научной литературе по психологии, физиологии и педагогики принято различать два основных вида движений: произвольное и произвольное. О.С. Котов уточняет: «Непроизвольные, более простые, полностью воспроизводят врожденные двигательные реакции. Произвольные, сложные движения, сразу формируются как заученные, они представляют собой множество приобретаемых навыков и умений, т.е. в процессе формирования двигательного опыта» (24).

Понятие «опыт» употребляется в нескольких смыслах, так как имеет многозначное объяснение в философии, в области естествознания, в психологии и педагогике. Обращение к этимологии слова «опыт» показало, что оно имеет исконно русское происхождение и является произвольной от глагола «опытать» – испытать, опросить. Опыт рассматривается в как характеризующий механизм социального, исторического, культурного наследия.

Процесс приобретения и обогащения опыта человека изучался и был объяснен И.М. Сеченовым и И.П. Павловым с точки зрения рефлекторной теории, как механизм образования, сохранения, закрепления нервных временных связей на основе уже имеющихся безусловных и условных рефлексов под влиянием условий окружающей общеприродной и социальной среды. На основе взглядов представителей культурно-исторической теории было доказано, что усвоение, «воссоздание» и присвоение общественного опыта, оказывается возможным благодаря процессу обучения и собственной активной деятельности ребенка на протяжении всего его детства (Л.С. Выготский, А.И. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, М.Г. Ярошевский и др.).

Под двигательным опытом мы понимаем объем освоенных ребенком двигательных действий и способов их использования, чем большим количеством этих действий и способов владеет дошкольник, тем разностороннее его двигательный опыт.

В исследовании Л.В. Абдульмановой определены показатели двигательного опыта детей старшего дошкольного возраста:

- когнитивный компонент включает представления о движении как знаке, символе культуры, как способе познания окружающего мира;
- эмоционально-ценностный компонент включает эмоционально-ценностное отношение к движениям;
- поведенческий компонент включает основные движения (1).

Физическое развитие в рамках ФГОС ДО включает приобретение двигательного опыта в следующих видах деятельности детей: «двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)» (49).

М.С. Анисимова и Т.В. Хабарова отмечают: «Движения детей старшего дошкольного возраста становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. У них развивается способность понимать задачу, поставленную педагогом, самостоятельно выполнять указания педагога, определяющие заданный способ» (5).

Д.М. Правдов поясняет: «Двигательная деятельность при этом регулируется механизмом, называемым двигательной программой. Двигательная программа – это интеграция цели движения («потребное будущее») и двигательной памяти (прошлого опыта). Понятие цели и осознание ее для взрослого и ребенка не однозначны. Целью для ребенка является достижение результата в вероятностных условиях, игровых ситуациях. При этом «цели» должны быть понятны и доступны, должны выступать в качестве стимула к действию для решения двигательной либо познавательной задачи» (37).

В процессе формирования двигательного опыта следует учитывать следующие особенности детей старшего дошкольного возраста: «Дети

обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей», – уточняют М.С. Анисимова и Т.В. Хабарова (5).

В процессе систематической работы по физическому развитию дети научаются постепенно планировать свои практические и игровые действия, стремясь к их результативности, двигательная деятельность дошкольников становится все более интенсивной. «Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры, начинается формирование разнообразных способов выполнения многих видов спортивных упражнений. Усиливаются проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий. Начинают создаваться небольшие группировки по интересам к тому или иному виду упражнений», – поясняют М.С. Анисимова и Т.В. Хабарова (5).

М.С. Анисимова и Т.В. Хабарова полагают, что в «двигательной деятельности большое внимание следует уделять развитию движений и физических качеств детей». При этом целесообразно рационально организовать двигательный режим, разнообразить двигательную деятельность дошкольников в течение дня в детском саду. Воспитателю важно поддержать инициативу и самостоятельность ребенка в правильной организации собственной двигательной деятельности, учить элементам разминки и релаксации с помощью специальных атрибутов (5).

Согласно исследованиям М.С. Анисимовой и Т.В. Хабаровой, в процессе организации двигательной деятельности детей дошкольного возраста целесообразно соблюдать ряд требований, способствующих ее развитию и формированию двигательного опыта дошкольников:

– создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном

опыте;

- постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;

- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;

- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества; содействовать освоению умений детей поставить цель (или принять ее от взрослого), обдумать путь и средства ее достижения, осуществить свой замысел и оценить полученный результат с позиции цели;

- использовать ситуацию выбора, что создает почву для самовыражения каждого ребенка (5).

Эти требования отражены в развивающей игровой технологии Л.В. Абдульмановой «Я и мое движение», которая направленная на формирование двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста и обеспечивает дифференцированные индивидуальные условия накопления двигательных умений, рациональных способов выполнения движений, умений управлять своим телом, самостоятельно находить решения двигательной задачи (52).

Технология Л.В. Абдульмановой «Я и мое движение» представлена интеграцией следующих компонентов:

- средства (народная подвижная игра, музыкально-ритмические упражнения, танец);

- познавательно-развивающие методы (проблемные ситуации, игровое моделирование, двигательные этюды и др.);

- диалогово-рефлексивные методы (игровые диалоги, диалоги персонажей, диалоги взрослые-дети, работа с зеркалом и др.);

- формы организации жизнедеятельности детей дошкольного возраста

(двигательно-игровая, познавательно-игровая, тренирующая);

– ритмически организованная развивающая пространственно-предметная среда, состоящая из интегрированных локальных мини-сред наполненных знаками и символами движения (52).

Технология представлена методами, которые являются наиболее активной составляющей в деятельности воспитателя. Эти методы классифицированы Л.В. Абдульмановой по признаку направленности на развитие, накопление, смыслооткрытие и рефлекссию:

– игровые методы развития двигательной сферы детей дошкольного возраста: опыты с телодвижениями, эксперименты «человек-движение-природа», игровые упражнения и двигательные образы, беседы-диалоги об эталоне движений здорового и красивого человека и т.п.;

– методы смыслооткрытия: вопросы типа «Зачем человеку движение (здоровье, игра и т.п.)?»; открытие «тайн» – «как мы двигаемся?», «что нам сказали движения?»; диалог движений – «узнай о нем по движению», «расскажи движением», «покажи красоту движения» и т.п.;

– методы накопления двигательного опыта: народная подвижная игра, творческие задания типа – «двигательный этюд», «эталонный двигательный образ», игровые упражнения «создай двигательный образ», «расскажи движением о себе», игровые ситуации «я и мое движение», «мы играем», «путешествие по сказке» и т.п.;

– методы рефлексии: «открой мир своих движений», «узнай о своих чувствах», «переверни ситуацию, в которую попал герой» и т.п. (52)

Предметное пространство детского сада, направленное на формирование двигательного опыта у детей дошкольного возраста можно рассматривать как совокупность разных по своему характеру сред: музыкального и физкультурного залов, игровых комнат, холлов и т.д.

Л.В. Абдульманова уточняет: «Для становления двигательного опыта ребенка необходимо насыщения пространства разнообразной двигательной деятельностью: упражнения и игровые действия с физкультурными

пособиями, элементы гимнастики, акробатики, элементы спортивных упражнений и спортивных игр, народных игр и обрядов, элементы танцевальных движений и т.п. В среде должно быть множество предметов, объединенных ценностями движения, способами решения разнообразных двигательных задач, отраженных в сюжетах сказок, текстах, песнях, играх» (1).

Таким образом, под двигательным опытом понимают объем освоенных ребенком двигательных действий и способов их использования, чем большим количеством этих действий и способов владеет дошкольник, тем разностороннее его двигательный опыт. В современной образовательной ситуации происходит осмысление проблемы формирования двигательного опыта детей дошкольного возраста в теории и практики дошкольного образования. В исследованиях показано, что основой двигательного опыта детей дошкольного возраста является двигательные навыки и умения, которые формируются посредством многократного повторения упражнения. В педагогической практике получили широкого распространения методики, которые способствуют выработке у детей дошкольного возраста двигательного навыка вне ощущений собственных движений. В этих условиях особое значение приобретают вопросы изучения специфических возрастных особенностей выполнения двигательных действий детьми дошкольного возраста и обоснование адекватных средств и методов, повышающих эффективность формирования двигательного опыта.

## 1.2. Использование народных подвижных игр в образовательном процессе детского сада

«Основной формой обучения двигательным действиям и формирования двигательного опыта детей дошкольного возраста является игровая деятельность, в которой решение двигательной задачи достигается на основе

упражнений с целевой точностью в различных статодинамических условиях организации двигательной среды», – считает А.М. Правдов (37).

Игра благоприятно влияет на физическое, умственное, нравственное и эстетическое развитие ребенка. При умелом руководстве игрой, многообразии движений и действий детей во время игры, достигается положительный эффект в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укреплении нервной системы и двигательного аппарата, улучшает общий обмен веществ, повышает функциональную деятельность всех органов и систем организма человека. Подвижная игра – это игра, построенная на движениях.

Яркой чертой культуры каждого народа являются созданные им народные подвижные игры. На протяжении веков эти игры сопутствуют повседневной жизни детей и взрослых, вырабатывают особые черты менталитета, важные личностные качества, отражают общественное устройство этноса и взгляды на мир.

Народные подвижные игры – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народностям и регионам. Народная подвижная игра – это одно из средств сохранения и передачи общечеловеческих ценностей и традиций народа. Народные подвижные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение некой цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности народа.

Народные подвижные игра в нашем исследовании мы рассматриваем как средство накопления ребенком дошкольного возраста двигательного опыта.

И.В. Горохова, О.А. Школьникова, Л.М. Новикова считают: «Характерными признаками народной подвижной игры являются: отражение характера, культурных традиций и быта народа; разновозрастной характер участников; высокий уровень популярности и распространенности;

бытование игры на протяжении хотя бы трех поколений; включение игры во всенародные праздники; простота игрового реквизита» (15).

Народные подвижные игры, как составная часть народной культуры, являются своеобразной формой отражения жизнедеятельности народа с помощью специального изобразительного языка. Игровые действия сопровождаются драматизированным или вокальным диалогом, с помощью которого раскрывается основное содержание производимых действий: сев, уборка урожая, защита беспомощных детенышей птиц и животных от сильных и коварных зверей.

Народные подвижные игры влияют на воспитание у дошкольника воли, нравственных чувств, развитие сообразительности, быстроты реакции, физически укрепляют ребенка. Через игру воспитывается чувство ответственности перед коллективом, умение действовать в команде. «Вместе с тем, спонтанность игры, отсутствие дидактических задач делает эти игры привлекательными для детей. По-видимому, такое широкое применение народных подвижных игр и обеспечивает их сохранность и передачу из поколения в поколение», – полагает Ф.И. Сайтова (44).

Содержание подвижной игры составляют ее сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия. Содержание исходит из опыта человечества, передающегося от поколения к поколению. Сюжет игры определяет цель действий играющих, характер развития игрового конфликта. Он заимствуется из окружающей действительности и образно отражает ее действия (например, охотничьи, трудовые, военные, бытовые) или создается специально, исходя из задач физического воспитания, в виде схемы противоборства при различных взаимодействиях играющих (например, в современных спортивных играх). «Сюжет игры не только оживляет целостные действия играющих, но и придает отдельным приемам техники и элементам тактики целеустремленность, делает игру увлекательной» – уточняет Н.А. Гордеева (13).

Сюжетные народные подвижные игры имеют готовый сюжет и зафиксированные правила, игровые действия связаны с развитием сюжета и с ролью, которую выполняет ребенок. Это игры преимущественно коллективные. К сюжетным относятся народные хороводные игры с пением и речитативом («Бояре», «Камушек», «Золотые ворота», «Коза», «А мы просо сеяли», «Ручеек» и народные игры без пения: «Кот и мыши», «Колечко» и т.д.). Игры этого вида строятся на основе опыта детей, имеющих у них представлений и знаний об окружающей жизни, явлениях природы, образе жизни и повадках животных и птиц. Некоторые особенности поведения животных (хитрость лисы, повадки хищников – волка, щуки, быстрота движений зайцев, птиц, заботливость наседки и т.п.), служат основой для развертывания сюжета и установления правил игры (3; 25; 53).

Сюжет игры и правила обуславливают характер движений играющих. В одном случае дети, подражая лошадкам, бегают, высоко поднимая колени, в другом – прыгают, как зайчики, и т.д. В сюжетных играх, таким образом, выполняемые движения носят в основном имитационный характер. Дети начинают, прекращают или изменяют движения в соответствии с правилами игры, которые обычно тесно связаны с сюжетом и определяют поведение и взаимоотношения играющих. В некоторых сюжетных играх действия играющих определяются текстом («У медведя во бору», «Гуси- лебеди», «Зайцы и волк» и др.). Одной из особенностей народных подвижных игр с сюжетами является возможность воздействия на детей через образы, роли, которые они выполняют, через правила, подчинение которым обязательно для всех.

Сюжетные народные подвижные игры преимущественно коллективные, количество играющих может быть различным (от 5 до 25), и это позволяет широко использовать игры в разных условиях и с разными целями. Поскольку в играх этой группы действует, подчиняясь правилам, коллектив детей, это во многом определяет их поведение и взаимоотношения. Дети приучаются к согласованным коллективным действиям в определенных

условиях, учатся изменять способ и характер движений по сигналам и в соответствии с правилами. Например, птички быстро улетают в свои гнездышки, как только пойдет дождик и т.п.

Сюжетные подвижные игры имеют широкое применение во всех возрастных группах детского сада.

Бессюжетные игры содержат интересные для детей двигательные игровые задания, ведущие к достижению игровой цели. К ним относятся:

– игры типа перебежек и ловишек (не имеют сюжета, образов, но имеют правила, роль, игровые действия): «Краски», «Пятнашки»;

– игры с элементами соревнования (индивидуального и группового): «Жмурки», «Третий лишний», «Пустое место»;

– игры-эстафеты (проводятся с разделением на команды, каждый играющий стремится выполнить задание, чтобы улучшить результат команды)

– игры с использованием предметов (кегли, серсо, кольцоброс, мячи) требуют определенных условий, правила в них направлены на порядок расстановки предметов, пользования ими, очередность действий и элемент соревнования)

– игры-аттракционы – в них двигательные задания выполняются в необычных условиях, часто включают элемент соревнования, эстафеты: «Бег со связанными ногами вдвоем», «Болото», «Рыбки», «Сматываем веревочку» ().

А.Г. Васильев и Я.И. Ткаленко отмечают: «... Старший дошкольный возраст является наиболее важным периодом для формирования двигательной активности» (7). Дети 5-7 лет обладают богатым творческим воображением и стремятся удовлетворить свою биологическую потребность в движениях. «Народные подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Детские подвижные игры, взятые из сокровищницы народных игр, отвечают национальным особенностям, выполняют задачу национального воспитания. Они выступают не только как фактор физического развития и воспитания, но и как средство духовного формирования личности», – поясняют свою мысль А.Г. Васильев и Я.И. Ткаленко (7).

Подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитания физических качеств, одним из которых является выносливость. «Как двигательная деятельность подвижная игра обладает определенной спецификой: она требует от ребенка быстрой реакции на сигналы и неожиданные изменения игровой обстановки. Различные ситуации, возникающие в игре, создают необходимость в изменении характера движения и действий, степени мышечного напряжения, быстром изменении направления движения», – поясняют А.Г. Васильев и Я.И. Ткаленко (7). Например, в игре «Ловишки» каждый ребенок должен внимательно следить за действиями водящего, при его приближении ребенок стремительно убегает в противоположную сторону. Почувствовав себя в безопасности, ребенок замедляет темп движения, тормозит его, приостанавливается, при новом приближении водящего он вновь ускоряет движение.

А.Г. Васильев и Я.И. Ткаленко отмечают: «В подвижной игре ребенок учится регулировать степень напряжения мышечной деятельности: в зависимости от складывающейся игровой ситуации он может чередовать движения с отдыхом. Это содействует способности расходовать свои силы в зависимости от правил игры и возможностей организма» (7).

Учитывая психофизиологические особенности детей старшего дошкольного возраста, следует отметить следующее:

- дети шести лет, по сравнению с предыдущими возрастными группами, проявляют большее желание к играм с динамичными движениями (бег, прыжки, упражнения в лазании, равновесии и т.д.);
- старшим дошкольникам нравится догонять друг друга, убегать от

водящего;

- дети постепенно начинают интересоваться результатами своих действий: попасть мячом в цель, легко перепрыгнуть через «ручеек»;
- увеличение двигательных возможностей детей старшего дошкольного возраста позволяет подбирать игры с разнообразными видами основных движений и их сочетаниями.

А.Г. Васильев и Я.И. Ткаленко уточняют: «Значительная подвижность детей данного возраста, неумение экономно распределять свои силы требует от взрослых внимательного отношения к регулированию нагрузки во время игры: чередование движений с кратковременным отдыхом» (7). Даже небольшая пауза (в пределах одной минуты), во время которой происходит обмен впечатлениями об игре, дает возможность ребенку восстановить свои силы. Общая длительность подвижной игры для дошкольников этой возрастной группы в пределах 8-10 мин. Хорошая двигательная подготовленность детей шести лет дает возможность шире использовать в играх разнообразные и более сложные движения.

Таким образом, народная подвижная игра в нашем исследовании рассматривается как средство накопления ребенком дошкольного возраста двигательного опыта. Народные подвижные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение некой цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе национальных традиций. В старшем дошкольном возрасте энергетические ресурсы организма ребенка расходуются на возрастное развитие, слишком большая нагрузка может повредить процессам роста, поэтому развивать физические качества у ребенка в продолжительной работе умеренной интенсивности, повышающей функцию основных систем организма можно посредством русских народных подвижных игр, чтобы физические упражнения не казались ребенку скучными.

### 1.3. Психолого-педагогические условия формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр

В ходе исследования мы предположили, что формирование двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр будет наиболее эффективным при следующих психолого-педагогических условиях:

- содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста;
- использование игры городки является средством обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста;
- взаимодействие всех субъектов образовательного процесса направлено на формирование двигательного опыта дошкольников.

Рассмотрим первое условие формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр: содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста. Народные подвижные игры разнообразны по своему содержанию и организации. Например, одни игры имеют сюжет, роли и правила, тесно связанные с сюжетом, игровые действия в них производятся в соответствии с требованиями, заданной ролью и правилами. В других играх сюжет и роли отсутствуют, предложены только двигательные задания, регулируемые правилами, которые определяют последовательность, быстроту и ловкость их выполнения. В некоторых играх сюжет, действия играющих обусловлены текстом, определяющим характер движений и их последовательность.

При отборе народных подвижных игр, способствующих развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста, целесообразно ориентироваться на особенности их содержания, под которыми понимается, прежде всего, сюжет, тема игры, ее правила и

двигательные действия. Именно содержание игры определяют ее образовательную и воспитательную значимость, поскольку содержания зависит своеобразие организации и характер выполнения двигательных заданий.

Народные подвижные игры должны обеспечить разностороннее развитие двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста, способствовать формированию их умений действовать в коллективе, ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами или текстом игры. Поэтому надо использовать народные подвижные игры не только разнообразные по содержанию, но и по организации детей, по сложности согласования движений.

Большинство русских народных подвижных игр требуют от участников быстроты. Это игры, построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время. Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости.

Гордеева Н.А. отмечает: «Для воспитания силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений. Игры с многократными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости. Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений» (13). Одна игра может включать в себя развитие не только одного, но и несколько физических качеств. Например, игра «Переправа» способствует развитию быстроты, выносливости и ловкости одновременно.

По интенсивности используемых в игре движений можно использовать следующие народные подвижные игры:

1. Игры малой подвижности. Например, «Краски», «Море волнуется», «Солнце и месяц», «Соломинка», «Фигуры», «Не смейся» и т.д.

2. Игры средней интенсивности. Например, «Платок», «У медведя во бору», «Палочка-выручалочка» и т.д.

3. Игры высокой интенсивности. Например, «А на море шторм», «Салка», «Колдун», «Стадо» и т.д.

Выделяют народные подвижные игры по типу двигательного действия: игры с бегом, с прыжками в высоту, в длину с места и с разбега, с метанием в подвижную и неподвижную цель, с бросками и ловлей мяча. Например, «Волк и козлята», «Заяц и лиса», «Попади в меня», «Стрелки» и т.д.

Педагогический эффект народной подвижной игры во многом зависит от соответствия ее определенной воспитательной задаче. В зависимости от того, какие навыки и умения воспитатель стремится развивать у детей в данный момент, он выбирает игры, помогающие развитию именно этих навыков. Например, если перед воспитателем стоит задача научить детей согласованно действовать в коллективе, двигаться на большой площади, то для этой цели более всего подойдут игры сюжетные, такие как «Гуси-лебеди», «Филин и пташки». Если же ставится задача по развитию, например, равновесия у детей, то в данном случае больше всего подойдут игровые упражнения «По тропинке», «Через ручеек» и др. Чтобы воспитатели могли заинтересовать детей русской народной подвижной игрой, они должны, прежде всего, сами знать историю их появления, их воспитательное значение. «Основным условием успешного внедрения народных подвижных игр в жизнь дошкольников всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, методикой педагогического руководства такими играми», – подчеркивает Л.В. Абдульманова (3).

Вторым условием формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр является использование игры городки как средства обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста.

Городки – старинная славянская игра. История игры насчитывает несколько веков. Упоминание о городках можно найти в сказках, в старинных легендах, в документах, относящихся к истории Древней Руси. Городки, как игра, вошла в нашу историю как часть национальной культуры. Игра в городки развивает глазомер, сообразительность, точность движений, укрепляет мышцы рук и туловища. «Игра в Г о р о д к и повышает способность к концентрации, сосредоточению, укрепляет нервную систему ребенка. Игра в Г о р о д к и учит внутренней дисциплине, развивает упорство, способность своевременно принимать верные решения», – утверждают В.М. Духанин, Н.М Сафронова и Е.А. Гогитидзе (38).

Игра Городки является не только старинной русской игрой, но и спортивной игрой, по которой проводятся первенства Российской Федерации. В России издавна существовало множество вариантов игры в городки – это «рюхи», «чухи», «крэгли», «скракли», «клетки» и др. (38).

Научные исследования Э.И. Адашквичене, Э.С. Вильчковского, Л.Н. Волошиной, З.И. Нестеровой, Т.И. Осокиной, Л.И. Пензулаевой позволяют прийти к выводу, что игры с элементами спорта вполне доступны детям в старшем дошкольном возрасте и являются одним из эффективных средств и методов физического воспитания детей. Анализ пособий для воспитателей детского сада Л.Н. Волошиной (9), Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой и др. дает основание положительно оценить влияние игры городки на формирование двигательной функции ребенка, определить степень ее воздействия на развитие отдельных компонентов движения.

Городками могут заниматься дети дошкольного возраста с разными физическими возможностями. Эта игра доступна детям старшей и подготовительной группы. Для игры в городки не нужны сложный инвентарь и специальная экипировка, для этого достаточно найти ровную горизонтальную площадку прямоугольной формы с твердым покрытием. В зимнее время можно играть в спортивном зале.

Третьим условием формирования двигательного опыта у старших

дошкольников в процессе использования народных подвижных игр является взаимодействие всех субъектов образовательного процесса направлено на формирование двигательного опыта дошкольников.

Для полноценного физического развития и формирования двигательного опыта дошкольников необходимо взаимодействие семьи и детского сада, как двух основных социальных структуры, которые, в основном, и определяют уровень здоровья ребенка. В соответствии с законом «Об образовании в Российской Федерации» одной из основных задач, стоящих перед детским садом является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития личности ребенка» (50).

Е.В. Мигунова подчеркивает: «В современных условиях воспитателю во взаимодействии с семьей отводится особое место. Ему необходимо найти точки соприкосновения с каждой семьей воспитанника, вовлекать родителей в педагогический процесс ДОО, а также приобщать детей в детско-взрослые сообщества, внедряя нетрадиционные формы взаимодействия» (31).

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования отмечается: «... Работа с родителями должна иметь дифференцированный подход, учитывать социальный статус, микроклимат семьи, родительские запросы и степень заинтересованности родителей деятельностью ДОО, повышение культуры педагогической грамотности семьи». Основное условие Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования – это взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников, а одним из принципов Стандарта является принцип партнерства с семьей (49).

Проблема вовлечения родителей в единое образовательное пространство детского развития в ДОО решается в нескольких направлениях.

1. Работа с педагогическим коллективом по организации взаимодействия с семьей, ознакомление педагогов с системой новых форм работы с родителями. На первом этапе родители знакомятся с детским садом, с образовательными программами, с педагогическим коллективом,

раскрываются возможности совместной работы, устанавливаются доброжелательные отношения между воспитателями и родителями с установкой на будущее сотрудничество. «Для того чтобы спланировать работу с родителями, надо хорошо знать родителей своих воспитанников. Поэтому начинать необходимо с анализа социального состава родителей, их настроения и ожиданий от пребывания ребенка в детском саду», – уточняет Т.С. Тихомирова (48). По данному направлению можно проводить: анкетирование, тестирование, личные беседы с родителями, опросы. Это поможет правильно выстроить работу с родителями, сделать ее эффективной, подобрать интересные формы взаимодействия с семьей. Данные сведения используются при планировании организационно-педагогической работы с родителями для привлечения их к оказанию помощи учреждению, для определения перспектив развития детского сада.

2. Вовлечение родителей в деятельность ДОО, совместная работа по обмену опытом. На этом этапе можно говорить о функционировании родительско-педагогического сообщества, направляющего свою деятельность на развитие ребенка. В детском саду помимо традиционных форм работы ДОО и семьи, начали активно использовать нетрадиционные формы и методы работы, которые пользуются особой популярностью, как у педагогов, так и у родителей. Они направлены на установление неформальных контактов с родителями, привлечение их внимания к детскому саду. Родители лучше узнают своего ребенка, поскольку видят его в другой, новой для себя обстановке, сближаются с педагогами.

3. Следующая форма вовлечения родителей в образовательный процесс – совместные занятия по физической культуре, которые очень много дают родителям: они получают возможность не только видеть своего ребенка в ситуации, отличной от семейной, но и самим стать активным субъектом этой деятельности. Сравнить его поведение и умения с поведением и умениями других детей, осваивать приемы обучения и воспитательного воздействия. Целью таких занятий является формирование двигательных навыков и

умения у детей и педагогическое просвещение родителей. Такая совместная деятельность дает возможность родителям заниматься физкультурой вместе с детьми; создать атмосферу радости от совместной двигательной деятельности, снизить дефицит общения.

4. Вовлечение родителей в проектную деятельность, которая является одной из привлекательных и результативных форм совместной деятельности дошкольников и взрослых. В современном информационном обществе в соответствии с п. 3.2.5. ФГОС ДО метод проектов является особенно актуальным в аспекте взаимодействия с родителями по вопросам образования ребенка, непосредственное вовлечение их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с родителями воспитанников на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

Следовательно, посредством различных форм работы воспитателей с семьей ребенка происходит передача педагогического опыта и обогащение знаний родителей, повышение их родительской компетентности; они являются основой продуктивного взаимодействия детского сада с семьей, так как направлены на выявление потребностей родителей, установление эмоционального контакта между субъектами взаимодействия, на самовоспитание и саморазвитие ребенка как личности творческой, физически здоровой, с активной познавательной позицией, что является основным требованием ФГОС ДО.

Таким образом, содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста, использование игры городки является средством обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста и взаимодействие всех субъектов образовательного процесса направлено на формирование двигательного опыта дошкольников обеспечивает эффективность формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр.

## Вывод по первой главе

1. Под двигательным опытом понимают объем освоенных ребенком двигательных действий и способов их использования. Чем большим количеством этих действий и способов владеет ребенок, тем разностороннее его двигательный опыт. Критериями проявления двигательного опыта детей выступили: представления о движении как знаке, символе культуры (когнитивный компонент), эмоционально-ценностное отношение к движениям (эмоционально-ценностный компонент) и способы проявления двигательного опыта, сформированность движений (поведенческий компонент). Основой двигательного опыта является двигательные навыки и умения, которые формируются посредством многократного повторения упражнения.

2. Эффективным средством развития двигательного опыта дошкольника, где оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи решаются в комплексе и направлены на воспитание гармонично развитой личности ребенка дошкольного возраста, являются народные подвижные игры. Народные подвижные игра в нашем исследовании рассматривается как средство накопления ребенком дошкольного возраста двигательного опыта. Свободу действий ребенок дошкольного возраста реализует в народных подвижных играх, которые являются ведущим методом формирования физической культуры.

3. В ходе исследования мы предположили, что формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр будет наиболее эффективным при следующих педагогических условиях:

- содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста;

- использование игры городки является средством обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста;
- взаимодействие всех субъектов образовательного процесса направлено на формирование двигательного опыта дошкольников.

## ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАРОДНЫХ ПОДВИЖНЫХ ИГР

### 2.1. Диагностика уровня сформированности двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста

Опытнo-экспериментальная работа была проведена на базе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад №10 Алексеевского округа», Белгородской области. В эксперименте принимали участие дети старшей группы в количестве 20 человек.

Цель констатирующего этапа эксперимента: диагностика уровня сформированности двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи констатирующего этапа эксперимента:

- 1) выявить уровень сформированности двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста;
- 2) определить уровень развития физических качеств у детей старшего дошкольного возраста;
- 3) проанализировать опыт работы воспитателей по формированию двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста.

Нами использовалась методика наблюдения и оценки двигательного опыта в самостоятельной двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста, разработанная М.Н. Дедулевич и В.А. Шишкиной (Приложение 1).

На основании наблюдений мы выявили уровень сформированности двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста (табл. 2.1.).

Таблица 2.1.

**Уровень сформированности двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста**

Уровень	Оптимальный уровень	Допустимый уровень	Недостаточный уровень
Количество детей	2 (10%)	10 (50%)	8 (40%)

По результатам эксперимента у 2 (10%) детей наблюдается оптимальный сформированности двигательного опыта, у 10 (50%) детей мы выявили допустимый уровень сформированности двигательного опыта, у 8 (40%) детей – недостаточный уровень сформированности двигательного опыта.

Полученные результаты наглядно представлены на рис. 2.1.



Рис. 2.1. Уровень сформированности двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста

Совместно с инструктором по физической культуре был определен исходный уровень физического развития каждого ребенка («зоны ближайшего развития»). В своем исследовании мы использовали данные инструктора по физической культуре.

Ловкость ребенка определялась временем пробегания 10 м дистанции, на которой по прямой линии установлены разные предметы (кубы, мячи, кегли и так далее) в количестве 8-10 шт. которые ребенок огибает один справа, другой слева. Дается несколько попыток, записывается лучший результат. По

результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 8 (40%) детей – оптимальный уровень физического развития – дети обегали все предметы и не сбивали их, бежали очень быстро; 10 (50%) проявили допустимый уровень – дети обегали, предметы, пробегая 1-2 предмета, не обогнув их или сбив их; 2 (10%) детей – недостаточный уровень – дети бежали очень медленно и сбивали предметы.

Для определения уровня развития двигательных умений и навыков была проведена диагностика на выявление навыков ходьбы. Ходьба определяется следующим образом, отмеряется дистанция 10 м. До старта и после финиша, и после финиша еще должно быть место = 2-3 м. Ребенок находится на расстоянии 2-3 м от линии старта и подходит до предмета на 2-3 м за линией финиша. Задание выполняется 2 раза. Фиксируется лучший результат. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 9 (45%) детей имеют оптимальный уровень – дети проходили дистанцию 10 м. за 6,4 с и меньше мальчики и 6,7 с меньше девочки; 9 (45%) детей показали допустимый уровень – дети проходили этот отрезок мальчики за 6,5 – 7,1 с, девочки за 6,8 – 7,4 с; 2 (5%) ребенка показали недостаточный уровень – дети проходили отрезок мальчики за 7,2 с и более, девочки за 7,5 с и более.

Для определения навыков бега была проведена следующая диагностика. По методике обследования размечается дорожка (длина не менее 40 метров). До линии старта и после линии финиша должно быть по 5-6 метров. В конце дорожки ориентир. Инструктор знакомит детей с командами: на старт, внимание, марш. Начинают бег строго по сигналу. Возвращаются к линии старта по краю дорожки. Дети делают 2 попытки. Результат фиксируется в протоколе. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 9 (45%) детей – оптимальный уровень – дети пробежали дистанцию за: мальчики 7, 6 -7, 5 с., девочки 8, 2 – 7, 8 с; 10 (50%) детей – допустимый уровень – дети пробежали дистанцию за: мальчики 7, 7 – 8, 2 с., девочки 8, 3 – 8, 8 с; 1 (5%) ребенок – недостаточный уровень –

девочка пробежала дистанцию за 8, 9 – 9, 2 с.

Для определения уровня метания была проведена следующая диагностика. Навык метания в цель определяется количественным показателем. Ребенок 5 раз метает теннисный мяч в мишень с расстояния 4 метров правой и левой рукой. Диаметр мишени 1 м (ядро = 20 см, вокруг него 4 цветных кольца шириной по 10 см). Попадание в ядро оценивается 5 очками, кольцо – оценка снижается по одному очку (по мере удаления от ядра). По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 6 (30%) детей – оптимальный уровень – мальчики набирают правой рукой 10 очков, левой рукой 6 очков, девочки – правой рукой 9 очков, левой рукой 6 очков; 8 (40%) допустимый уровень – мальчики набирают правой рукой 8 очков, левой 6 очков, девочки – правой 6 очков, левой 5 очков; 6 (30%) детей – недостаточный уровень – мальчики набирают правой рукой 5 очков, левой рукой 4 очка, девочки набирают правой рукой 4 очка, левой рукой 3 очка.

Для определения умений и навыков в прыжках в длину с места провели следующую диагностику. Прыжок выполняется в заполненную песком яму или взрыхленный грунт. Прыгают по очереди, 3 прыжка подряд. Все результаты заносятся в протокол и берется лучший. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 4 (20%) детей – оптимальный уровень – мальчики прыгнули на расстоянии 101 см. и больше, девочки 100 см и больше; 7 (35%) детей – допустимый уровень – мальчики 86,3 – 100 см, девочки 88 – 99,6 см, 9 (45%) детей имеют недостаточный уровень – мальчики 85 см и меньше, девочки 87 см и меньше.

Для определения уровня развития лазанья была проведена следующая диагностика. В качестве контрольного упражнения используется лазанье по гимнастической стенке. Дошкольникам даются три попытки и записывается лучший результат. Фиксируется время влезания, а также высота. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: у 6 (30%) детей – оптимальный уровень – если

поднимается и спускается мальчики за 13 – 17,7 с, девочки 12, 5 с; у 8 (40%) детей – допустимый уровень – мальчики 23,8 – 27,8 с, девочки 24,6 – 27, 7 с; у 6 (30%) недостаточный уровень – мальчики 37, 6 – 43, 2 с, девочки 39, 2 – 41, 2 с. Полученные результаты наглядно представлены в табл. 2.2. на рис. 2.2.

Таблица 2.2.

### Уровень физического развития детей старшего дошкольного возраста

Уровень	Ловкость	Навыки ходьбы	Навыки бега	Навык метания	Умения и навыки в прыжках в длину с места	уровень развития лазанья
1. Оптимальный уровень	8 (40%)	9 (45%)	9 (45%)	6 (30%)	4 (20%)	6 (30%)
2. Допустимый уровень	10 (50%)	9 (45%)	10 (50%)	8 (40%)	7 (35%)	8 (40%)
3. Недостаточный уровень	2 (10%)	2 (5%)	1 (5%)	6 (30%)	9 (45%)	6 (30%)

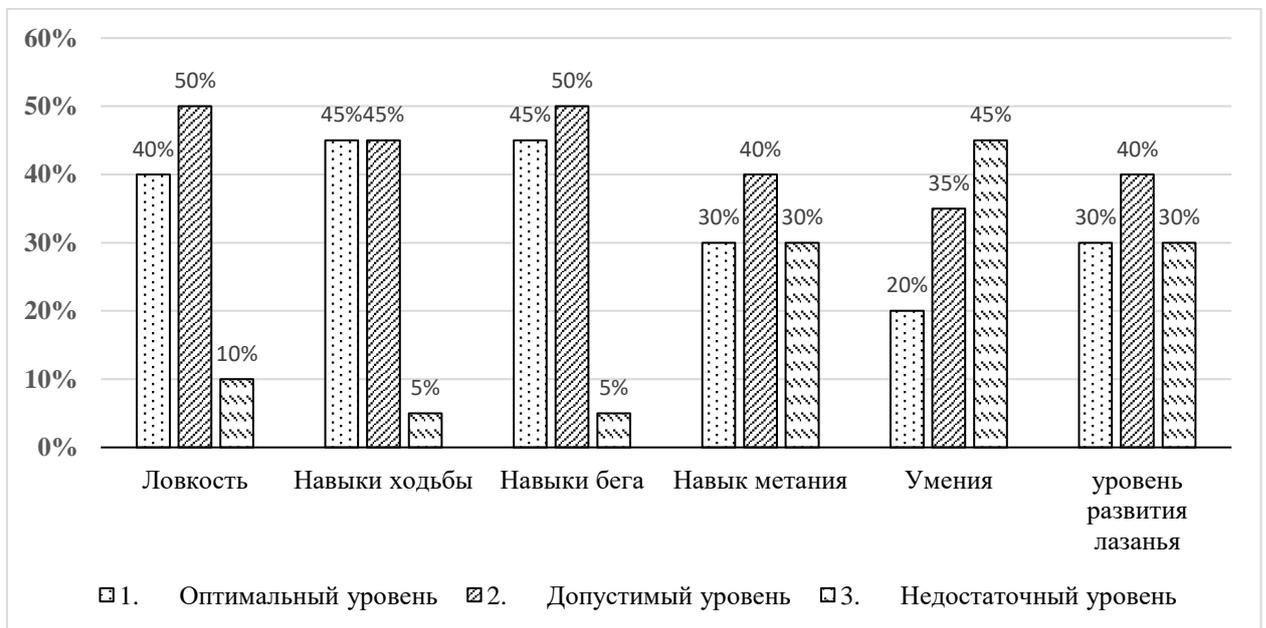


Рис. 2.2. Уровень физического развития детей старшего дошкольного возраста

Анализ данных физического развития дошкольников показал, что дети проявляют интерес народным подвижным играм, но в их содержании преобладает статический компонент, который выступает сдерживающим

фактором в развитии сюжетной линии игры и двигательной активности детей. Наблюдение за детьми позволило прийти к выводу о том, что дошкольники знают небольшое количество подвижных народных игр, в их выборе и организации руководствуются непосредственно указаниями взрослого, а не правилами игры, которые они часто нарушают, что приводит к конфликтам между сверстниками.

Характерными показателями двигательного опыта и детей старшего дошкольного возраста выступили недостаточный уровень способности детей в организации своей двигательной деятельности, умений формулировать цели подвижной игры, планировать способы совместного достижения результатов игры, контролировать свои действия и осуществлять их оценку.

Рабочая программа по физическому развитию детей 3-7 лет на 2018-2019 учебный год разработана в соответствии с ООП МДОУ ЦРР – детский сад №10 в соответствии с введением в действие ФГОС. Рабочая программа по физическому развитию детей, обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению физическое развитие.

Спортивный зал в детском саду активно используется для занятий с детьми, физической культурой и обеспечивает мотивацию детей спортивной досугу, здоровому образу жизни. Каждый день в ДОУ проводятся зарядка, закаливание в соответствии с программой и сезонными условиями, дыхательные упражнения, гимнастика после сна, подвижные игры, прогулки.

Для родителей были предоставлены консультации «Расти здоровым, малыш», «Правила закаливания», «Спорт в семье», «Активность и здоровье». В течение года физкультурные уголки пополнялись пособиями, атрибутами для подвижных игр. В спортивном зале используется спортивное оборудование: маты, дуги, гимнастические скамейки, мягкие модули, детские тренажеры. Активно используется вовремя занятий на воздухе, прогулках детские спортивные комплексы на стадионе ДОУ.

Таким образом, работа по формированию двигательного опыта с помощью народных подвижных игр с детьми выделенных групп должна строиться с учетом индивидуальных особенностей их двигательного развития. Мы пришли к выводу, формирование двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр будет наиболее эффективным, если содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста, и взаимодействие всех субъектов образовательного процесса направлено на формирование двигательного опыта дошкольников.

### 2.3. Методические рекомендации по формированию двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр

На основании анализа методической литературы нами были разработаны методические рекомендации по формированию двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр в соответствии с выдвинутыми в гипотезе условиями.

1. Во-первых, при подборе игр необходимо учитывать, чтобы содержание народных подвижных игр содействовало развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста.

Важно помнить, что в народных подвижных играх у дошкольников проявляется комплексное разнообразие двигательных навыков и физических качеств. Для достижения успеха детям приходится использовать целый комплекс действий (прыжки, бег, метание, лазанье и др.), причем в самых различных сочетаниях, а также изменение темпа, направления движения, быстроты реакции на сигнал, непредвиденные изменениями игровой обстановки (убегать, догонять противника и т.д.). Все это способствует направленному воздействию на рост показателей двигательного опыта.

Знакомство детей с народными подвижными играми происходит на физкультурных занятиях, при проведении прогулок, спортивных праздников и развлечений. Мы считаем, что народные подвижные игры можно отнести к разряду оздоровительных, так как они укрепляют различные группы мышц, тренирует вестибулярный аппарат, улучшают осанку, способствуют оздоровлению ослабленных детей, создают у ребенка состояние особого психологического комфорта и эмоциональный подъем. Такие игры как «Петушок дудит в рожок», «Перышки», «Косари», «Мышки и мишка» улучшают функцию дыхания. Для детей дошкольного возраста народные подвижные игры привлекательны, тем, что в них есть не только ведущие, но и ведомые персонажи. Например, в игре «Коршун и цыплята» коршун, который нападает и ловит, безусловно, ведущий персонаж, исполнение этой роли требует инициативы, смелости, сноровки, творчества.

Варьируя игру, нельзя менять замысел и композицию, но можно:

- 1) увеличить дозировку (повторность и общую продолжительность игры);
- 2) усложнить двигательное содержание; изменить расстановку играющих по площадке (ловишку поставить не сбоку, а в середину);
- 3) сменить сигнал (вместо словесного – звуковой или зрительный);
- 4) провести игру в нестандартных условиях (на берегу реки, на лесной поляне, в парке);
- 5) усложнить правила (в старшей группе пойманных игроков можно выручать).

К составлению вариантов игр можно привлекать самих детей, особенно в старших группах.

При организации народных подвижных игр использовать музыкальное сопровождение, народные заклички, потешки, считалки, и др. Также можно использовать хороводные подвижные игры, которые способствуют выработке правильного дыхания, плавности движений.

Для формирования и развития интереса детей к народным подвижным играм можно использовать в практике детского сада игры разных народов, проживающих на территории Российской Федерации (Приложение 2).

При организации и выборе народных подвижных игр необходимо учитывать: возраст играющих. Например, следует учитывать анатомо-физиологические особенности детей старшего дошкольного возраста, относительную подверженность их организма различным влияниям окружающей среды и быструю утомляемость. Важно регулировать физическую нагрузку, которая должна увеличиваться постепенно. Нагрузку можно увеличить изменением темпа выполнения движений.

Игры большой подвижности повторяются 3-4 раза, более спокойные – 4-6 раз. Паузы между повторениями 0,3-0,5 мин. Во время паузы дошкольники выполняют более легкие упражнения или произносят слова игрового текста.

Собрать детей на народную подвижную игру можно разными приемами. Например, со старшими дошкольниками следует заранее, до выхода на участок, уточнить, где дети соберутся, в какую народную игру они будут играть, по какому сигналу педагога дети начнут игру (слово, удар в бубен, колокольчик, взмах флажком и т. д.). В старшей группе воспитатель может поручить наиболее активным детям собрать всех для игры. Собирать дошкольников необходимо быстро (1-2 мин), поскольку что всякая задержка снижает интерес к игре.

Необходимо создать у дошкольников интерес к игре. Тогда они лучше усвоят ее правила, более четко будут выполнять движения, испытывать эмоциональный подъем. Например, можно прочитать стихи, спеть песню на соответствующую тему, показать детям предметы, игрушки, которые встретятся в игре.

Применение яркого, красочного инвентаря, повысит интерес к народной игре, поскольку у детей зрительный рецептор развит еще слабо, а внимание рассеяно. Следует включать народные подвижные игры с элементами

соревнования в парах, группах.

Следует использовать опорные схемы при ознакомлении с правилами игры для поддержания детского интереса и внимания, сюрпризные моменты, нестандартные звуковые и зрительные сигналы (спортивный свисток, схемы, звонок-колокольчик, народные атрибуты костюмов, музыкальное сопровождения и т.п.).

Объясняя игру воспитателю важно правильно разместить детей. Старшую группу необходимо построить в шеренгу, полукругом или собрать около себя (стайкой) Педагог должен стоять так, чтобы его видели все (лицом к детям при построении в шеренгу, полукругом; рядом с ними, если дети собраны в круг). Воспитателю необходимо стремиться к краткому изложению правил игры, поскольку дети стремятся как можно быстрее воспроизвести все изложенное в игре.

Во время народных подвижных игр воспитатель делает указание детям, он оценивает действия и поведение дошкольников. Указания лучше делать в положительной форме, поддерживая радостное настроение, создавать ситуацию успеха, поощряя решительность, ловкость, находчивость, инициативу – все это вызывает у детей желание более точно выполнять правила игры.

Воспитателю необходимо подсказывать, как целесообразнее ребенку выполнять движение, ловить и увертываться (изменять направление, незаметно проскочить или пробежать мимо «ловишки», быстро остановиться).

Воспитателю необходимо следить за действиями детей и не допускать длительных статических поз (например, сидение на корточках, стояние на одной ноге, поднятие рук вперед, вверх), которые вызывают сужение грудной клетки и нарушение кровообращения, наблюдать за общим состоянием и самочувствием каждого ребенка.

Варьирование игр, где можно увеличить дозировку, усложнить двигательное содержание, изменить размещение играющих на площадке, сменить сигнал, провести игру в нестандартных условиях, усложнить правила.

Воспитателю следует систематически включать народные подвижные игры в разные формы организации двигательной деятельности детей (физкультурные занятия, прогулки, физкультурно-спортивные досуги и праздники, дни здоровья).

Необходимо учитывать позитивные изменения в формировании двигательного опыта детей дошкольного возраста

- Дети начинают проявлять элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составлять простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

- Дошкольники проявляют самоконтроль и самооценку. Дети стремятся к лучшему результату, осознают зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремятся к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет своего двигательного опыта.

- Дети в двигательной деятельности проявляют быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.

2. Во-вторых, использовать игру городки как средство обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста.

При ознакомлении детей с народными подвижными играми мы вовлекали в этот процесс родителей воспитанников. Мы провели семинар-практикум для родителей и научили их играть в специальные игры, которые используются после перенесенных инфекционных заболеваний детьми («Пальчик о пальчик», «Зайка-пайка», «Лесорубы» и т.д.). Дали практические советы по правильному выполнению движений, чтобы не было переутомления и сверх возбуждения.

3. В-третьих, обеспечивать взаимодействие всех субъектов образовательного процесса, которое направлено на формирование двигательного опыта дошкольников.

Работа с родителями – это сложная и важная часть деятельности педагогического коллектива детского сада.

Для оптимального взаимодействия необходимо изучение личности родителей. Современные родители, на наш взгляд, более грамотны и образованы в педагогическом плане, чем их предшественники; более благополучны в материальном и финансовом плане; более уверены в себе, четче определяют свои запросы в отношении уровня и качества образованности своего ребенка. Поэтому построить систему взаимодействия с современными родителями непросто.

В ходе изучения потребностей семей можно им предложить анкеты по выявлению потребностей родителей в повышении объема и уровня педагогических знаний в области формирования ценностей здорового образа жизни дошкольников.

Задачей обучения родителей как целевой подгруппы является умение вести диалог со своими детьми о собственном здоровье и, что не мало важно, – о собственной каждодневной безопасности, связанной с сохранением и укреплением здоровья.

Для формирования у родителей знаний о роли народных подвижных игр в развитии ребенка можно провести выступление на родительском собрании «Народные подвижные игры».

Не менее важной задачей является также преодоление защитной позиции родителей – отрицания возможности приобщения своих детей к вредным привычкам, которые часто сами родители и формируют у своих детей: не рациональное питание, нарушение или отсутствие режима, исключение из жизни физкультуры и спорта, пассивный образ жизни, приобщение к табаку, алкоголю и наркотикам. Поэтому воспитателям необходимо донести до родителей дошкольников в доступной и интересной форме основы здоровьесберегательных технологий, заложить ценности физической культуры и спорта у родителей и детей, используя различные формы работы в этом направлении.

Готовясь к празднику народных подвижных игр, можно провести опрос родителей и старших членов семьи, в какие народные игры они играли в детстве. Выяснить, каким народным подвижным играм они отдавали предпочтение в детстве. Попросить их изготовить атрибуты к играм и освоить две три игры. Привлечь родителей к изготовлению атрибутов к народным подвижным играм и проведению совместных вечеров – посиделки, праздники, развлечения, фестивали. Например, можно организовать «Праздник народных игр», где родители помогут подготовиться к празднику и изготовить атрибуты из различных материалов атрибуты: «Кочки», «Лошадки», «Бродилки», «Биты», «Перышки», «Лук и стрелы», «Канат», «Веревки-прыгунки». Полумаски: «Индеец», «Медведь», «Петушок» ит. д. Родители рассказывали о старинных народных играх, таких, как «Лапта», «Ляпка», «Заря», «Жмурки», «Палочка-выручалочка», «Горелки» и т.д. можно попросить родителей показать, как надо играть в эти игры. Например, можно провести совместное с родителями развлечение «Игры нашего детства». Где родители могут дать представление детям о том, в какие игры они играли в детстве. Объяснить правила игр своего детства и поиграть в них с детьми («Городки», «Конный бой», «Казачьи разбойники», «Пятнашки», «Краски», «Фанты», «Скачки», «Уши», «Скоморохи», «Смотаем клубок»).

Таким образом, составленные нами рекомендации позволят воспитателям оптимально использовать обоснованные нами педагогические условия для эффективного процесса формирования двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр. Использование в работе со старшими дошкольниками народных подвижных игр помогает развитию у детей коммуникативных навыков (считалки перед играми, игра «Гуси-лебеди» и т.д.), развитию произвольности (игры с правилами, напр. «Ворон»), снятию эмоционального напряжения. У детей формируются основы своей идентичности через обогащение представлений детей о народной культуре. Использование народных подвижных игр обеспечивает ассимиляцию и вхождение дошкольников в культуру

этнических. Учитывая важную роль народных подвижных игр в развитии физических качеств старших дошкольников следует разъяснять воспитателям и родителям их значение для физического развития ребенка и пропагандировали практическое внедрение народных подвижных игр их в систему воспитания дошкольников в детском саду и семье.

### Вывод по второй главе

1. Опытнo-экспериментальная работа была проведена на базе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад №10 Алексеевского округа», Белгородской области. На этапе констатирующего эксперимента мы выявили уровень сформированности двигательного опыта и определили уровень развития физических качеств у детей старшего дошкольного возраста: у 2 (10%) детей выявлен оптимальный сформированности двигательного опыта, у 10 (50%) детей мы – допустимый уровень, у 8 (40%) детей – недостаточный уровень сформированности двигательного опыта. Мы проанализировали опыт работы педагогического коллектива и выделили трудности, связанные с формированием двигательного опыта у старших дошкольников.

2. Нами были составлены рекомендации по формированию двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр с учетом педагогических условий, которые заключаются в том, что содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста, использование игры городки является средством обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста, взаимодействие всех субъектов образовательного процесса направлено на формирование двигательного опыта дошкольников. Данные рекомендации могут быть использованы в практической деятельности воспитателей и инструкторов по физической культуре.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В соответствии с проблемой, целью, объектом, предметом и гипотезой исследования были поставлены и решены следующие задачи исследования.

Во-первых, под двигательным опытом понимают объем освоенных ребенком двигательных действий и способов их использования, чем большим количеством этих действий и способов владеет ребенок, тем разностороннее его двигательный опыт. Критериями проявления двигательного опыта детей выступили: представления о движении как знаке, символе культуры (когнитивный компонент), эмоционально-ценностное отношение к движениям (эмоционально-ценностный компонент) и способы проявления двигательного опыта, сформированность движений (поведенческий компонент). Основой двигательного опыта является двигательные навыки и умения, которые формируются посредством многократного повторения упражнения.

Во-вторых, мы рассмотрели особенности использования народных подвижных игр в образовательном процессе детского сада и пришли к выводу, народные подвижные игра можно рассматривать как эффективное средство развития и обогащения двигательного опыта дошкольника, где оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи решаются в комплексе и направлены на воспитание гармонично развитой личности ребенка дошкольного возраста.

В-третьих, мы обосновали гипотезу исследования, которая заключается в том, что формирование двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр, будет эффективным, если: содержание народных подвижных игр содействует развитию двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста; использование игры городки является средством обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста; взаимодействие всех субъектов образовательного процесса направлено на формирование двигательного опыта дошкольников.

В-четвертых, мы составили методические рекомендации по формированию двигательного опыта у старших дошкольников в процессе использования народных подвижных игр, в которых мы подчеркиваем, что качество образовательного процесса в дошкольном учреждении может быть обеспечено едиными подходами к воспитанию детей со стороны родителей и педагогов. Поэтому вопрос педагогической компетентности родителей является на сегодняшний день ключевым. Для более эффективного взаимодействия педагогического коллектива с родителями должна быть создана система педагогического сопровождения семьи от первых дней пребывания ребенка в дошкольном учреждении до его поступления в школу, учитывающая возрастные периоды развития детей и педагогическую компетенцию каждой семьи.

Таким образом, поставленные перед нами задачи исследования, в основном, решены. Вместе с тем, работа над данной проблемой представляется очень важной и будет нами продолжена.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдульманова Л.В. Культуросообразное пространство становление двигательного опыта детей / Опыт формирования движений детей старшего дошкольного возраста в ДОУ. – М: Ламберт, 2012. – 96 с.
2. Абдульманова Л.В. Методология и теория формирования физической культуры у детей дошкольного возраста: учебное пособие. – Ростов н/Д: ИПО ПИ ЮФУ, 2009. – 280 с.
3. Абдульманова Л.В. Народная подвижная игра как культурная практика накопления двигательного опыта у детей младшего дошкольного возраста // Воспитание и обучение детей младшего возраста // Материалы конференции: сборник тезисов. – М.: «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2017. – 381 с.
4. Абдульманова Л.В. Народная подвижная игра как культурная практика накопления двигательного опыта у детей младшего дошкольного возраста // Воспитание и обучение детей младшего возраста // Материалы конференции: сборник тезисов. – М.: «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2017. – 381 с.
5. Агеева Г.Ф. Стимулирование двигательной активности детей дошкольного возраста средствами физического воспитания: дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04. – Набережные Челны, 2013. – 142 с.
6. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность детей 5-7 лет. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. – 256 с.
7. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: ФиС, 2002.
8. Васильев А.Г., Ткаленко Я.И. Развитие выносливости у дошкольников посредством народных игр // Проблемы современной науки и образования. – 2016. – №05(47). – С. 200-206.
9. Волосникова Т.В., Филиппова С.О. Система физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении // Физическое воспитание и развитие дошкольников: учеб. пособие / Под ред. С.О. Филипповой. – М.: Академия, 2007. – С. 28-47.
10. Волошина Л.Н. Выходи играть во двор. Парциальная программа по

- физическому развитию дошкольников / Л.Н. Волошина. – Белгород: Изд. БелИРО, 2017. – 51 с.
11. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2004. – 114 с.
  12. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников: Монография / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2004. – 159 с.
  13. Волошина Л.Н. Практикум по теории и технологиям физической культуры дошкольников. – Белгород, 2011. – 181 с.
  14. Гордеева Н.А. Подвижные игры на уроках физической культуры в основной общей школе (учебное пособие). – Уфа: изд-во ГАОУ ДПО ИРО РБ, 2014. – 23 с.
  15. Городошный спорт. Городки: Методические рекомендации. Сост: И.Ф. Черкасов, А.Б. Портнов, А.Н.Титов. – Челябинск, 2016. – 37с.
  16. Горохова И.В., Школьникова О.А., Новикова Л.М. Народная игра как вид игровой деятельности дошкольника // Молодой ученый. – 2015. – №13. – С. 613-616. – URL <https://moluch.ru/archive/93/20564/> (дата обращения: 28.03.2019).
  17. Горохова И.В., Школьникова О.А., Новикова Л.М. Народная игра как вид игровой деятельности дошкольника // Молодой ученый. – 2015. – №13. – С. 613-616. – URL <https://moluch.ru/archive/93/20564/> (дата обращения: 28.03.2019).
  18. Дедулевич М.Н., Шишкина В.А. Новые подходы к оценке двигательного развития детей дошкольного возраста // Вектор науки ТГУ. – 2010. – № 3(3). – С. 42-45.
  19. Детство: комплексная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2016. – 321 с.
  20. Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения:

- Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Под ред. А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой. – СПб.: Питер, 2013. – 464 с.
21. Дубровинская Н.В. Психофизиология ребенка: Психовизиологические основы детской валеологии / Н.В.Дубровинская, Д.А.Фарбер, М.М.Безруких. – М: ВЛАДОС, 2000. – 144 с.
- 22.Зверева О.Л., Кротова Т.В. Общение педагога с родителями в ДОУ. – М.: Сфера, 2005. – 80 с.
- 23.Кенеман А.В., Осокина Т.И. Детские подвижные игры. – М.: Просвещение, 1988. – 150 с.
24. Ковалевский А.К. Обогащение двигательного развития детей старшего дошкольного возраста при использовании игры «городки» : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. – Екатеринбург, 2005. – 138 с.
- 25.Ковалевский А.К. Обогащение двигательного развития детей старшего дошкольного возраста при использовании игры «городки»: Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. – Екатеринбург, 2005. – 138 с.
26. Котов О.С. Футбол для детей // URL: <https://dush.kasimov62.info/.../Metodicheskoe-posobie-po-futbolu-trener-prepodavatel-O.S.Kotov>
27. Краснобаева Я.А. Особенности организации народных подвижных игр с детьми старшего дошкольного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – Т.20. – С. 4296-4300. – URL: <http://e-koncept.ru/2014/55124.htm>.
28. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Ослабленный ребенок: развитие и оздоровление. Монография. – М.: Институт ДО и СВ РАО, 2003, – 178 с.
29. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. – 2-е издание. – М.: Айрис Пресс, 2004. – 192 с.
30. Любашина В.В., Крот А.В. Подвижные игры, как эффективное средство для развития двигательной активности детей старшего дошкольного возраста // Инновационное развитие науки и образования: сборник статей II Международной научно-практической конференции: в 2 частях. Отв. ред.

- Г.Ю. Гуляев. – М.: МЦНС «Наука и Просвещение», 2018.
31. Любашина В.В., Крот А.В. Подвижные игры, как эффективное средство для развития двигательной активности детей старшего дошкольного возраста // Инновационное развитие науки и образования: сборник статей II Международной научно-практической конференции: в 2 частях. Отв. ред. Г.Ю. Гуляев. – М.: МЦНС «Наука и Просвещение», 2018.
32. Лямцева И.В., Белинова Н.П. Двигательная деятельность детей дошкольного возраста как психолого-педагогическая проблема // Актуальные задачи педагогики: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Чита, апрель 2014 г.). – Чита: Издательство Молодой ученый, 2014. – С. 61-66 // URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/102/5316/>
33. Майер А.А., Файзуллаева Е.Д. Детско-взрослое сообщество: развитие взрослых и детей. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 128 с.
34. Мигунова Е.В. Организация продуктивного взаимодействия детского сада с семьей в условиях реализации ФГОС дошкольного образования // Вестник Новгородского государственного университета. – 2017. – № 4 (102)
35. Мигунова Е.В. Организация продуктивного взаимодействия детского сада с семьей в условиях реализации ФГОС дошкольного образования // Вестник Новгородского государственного университета. – 2017. – № 4 (102)
36. Михайленко Н.Я., Короткова Н.А. Игра с правилами в дошкольном возрасте. – 4-е изд. – М.: Изд-во: Академический Проект, 2002. – 160 с.
37. Никишина И.В. Диагностическая и методическая работа в дошкольных образовательных учреждениях. – Волгоград: Учитель, 2007. – 156 с.
38. Николаева К.В. Этнопедагогические основы воспитания детей дошкольного возраста. Учебное пособие. – Якутск: Издательский дом СВФУ, 2013.
39. От рождения до школы. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: Мозаика-Синтез, 2016. – 368 с.
40. Правдов Д.М. Формирование двигательных действий на основе

- использования упражнений с целевой точностью у детей дошкольного возраста: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Шуя, 2009. – 193 с.
41. Правдов М.А. Пространственно-временная структура ходьбы у детей дошкольного возраста и «схема тела» // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. – № 4. – С. 44-46.
42. Программа дополнительного образования «Городки для дошкольников» // авт.-составит. В.М. Духанин, Н.М Сафронова, Е.А. Гогитидзе. – М., 2015. – 51 с.
43. Прокопенко В.И. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях и школах: учеб.-метод. пособие / В.И. Прокопенко, Л.Н. Волошина, Ю.И. Громыко. – Екатеринбург: Изд-во Урал.гос.пед.института. – 2002. – 334 с.
44. Психология развития: Хрестоматия / Составители Е.В. Гудкова, И.А. Шляпкинова, Н.В. Бобро; Под ред. Е.Л. Солдатовой. – Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2004. – Ч.1. – 162 с.
45. Решетов Д.В. Методика использования подвижных игр в физическом воспитании старших дошкольников с акцентом на формирование социальной активности: дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04. – Волгоград, 2010. – 198 с.:
46. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.
47. Сагайдачная Е.А., Богина Т.Л., Яковлева Т.С. Оценка физической подготовленности детей в условиях дошкольного образовательного учреждения // Журнал Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. – 2007. – № 3. – С.16-28.
48. Саитова Ф.И. Влияние народных игр на развитие навыков общения детей старшего дошкольного возраста // Образование и наука в современных реалиях // Сборник материалов V Международной научно-практической конференции // Редколлегия: О.Н. Широков [и др.]. – 2018. – 416 с.

49. Сайтова Ф.И. Влияние народных игр на развитие навыков общения детей старшего дошкольного возраста // Образование и наука в современных реалиях // Сборник материалов V Международной научно-практической конференции // Редколлегия: О.Н. Широков [и др.]. – 2018. – 416 с.
50. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13)//Электронный ресурс. Режим доступа:<http://meganorm.ru/Index2/1/4293780/4293780935.htm>
51. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.
52. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 175с.
53. Тихомирова Т.С. Детский сад и семья: аспекты взаимодействия в условиях реализации дошкольного образования // URL: [ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/89-preschool/11384-Detskiy\\_sad\\_i\\_semya-\\_aspekty\\_vzaimodeystviya\\_v\\_usloviyakh\\_realizatsii\\_doshkolnogo\\_obrazovaniya.html](http://ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/89-preschool/11384-Detskiy_sad_i_semya-_aspekty_vzaimodeystviya_v_usloviyakh_realizatsii_doshkolnogo_obrazovaniya.html)
54. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования// Электронный ресурс. Режим доступа: <https://минобрнауки.рф>
55. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29 декабря 2012 г.) // Электронный ресурс. URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_173432/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173432/)
56. Чечета М.В. Организационно-методические основы обучения детей дошкольного возраста игре в городки // URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23569750>
57. Шляхова Н.С., Абдульманова Л.В. Педагогические условия формирования двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста // Сборник

- материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». – 2016. – № 5. С. 1-5.
58. Шляхова Н.С., Абдульманова Л.В. Педагогические условия формирования двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». – 2016. – № 5. С. 1-5.
59. Щербак А.П., Смирнов Е.А. Анализ требований федерального государственного образовательного стандарта в области физического развития детей дошкольного возраста // Ярославский педагогический вестник – 2016 – № 5. – С. 128-131.
60. Эльконин Б.Д. Психология развития: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 144 с.
61. Юрьев В.В. Рост и развитие ребенка / В.В. Юрьев, А.С. Симаходский, Н.Н. Воронович, М.М. Хомич. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 272 с.
62. Яacobсон С.Г. Дошкольник: Психология и педагогика возраста: метод. пособие для воспитателя дет. сада / С.Г. Яacobсон, Е.В. Соловьева. – М.: Дрофа, 2006. – 162 с.
63. Яковлева Е.В. Значение подвижных игр в жизни маленького дошкольника // Педагогика: традиции и инновации: материалы VII Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, январь 2016 г.). – Челябинск: Два комсомольца, 2016. – С. 49-51 // URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/186/9352/>
64. Яковлева Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений: В 3 ч. / Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина М.: ВЛАДОС, 2003. – Ч. 1. – 320 с.
65. Яковлев В.Г., Ратников В.П. Подвижные игры. – М.: М., «Просвещение», 1977. – 143 с.
66. Янкелевич Е.И. Физическое воспитание детей от 0 до 7 лет / Е.И. Янкелевич. – М.: Физкультура и спорт, 1999. – 206 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

## Приложение 1

## Тесты на выявление уровня развития физических качеств

Ловкость ребенка определялась временем пробегания 10 м дистанции, на которой по прямой линии установлены разные предметы (кубы, мячи, кегли и так далее) в количестве 8-10 шт. которые ребенок огибает один справа, другой слева. Дается несколько попыток, записывается лучший результат. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 8 (40%) детей – оптимальный уровень физического развития – дети обегали все предметы и не сбивали их, бежали очень быстро; 10 (50%) проявили допустимый уровень – дети обегали, предметы, пробегая 1-2 предмета, не обогнув их или сбив их; 2 (10%) детей – недостаточный уровень – дети бежали очень медленно и сбивали предметы.

Для определения уровня развития двигательных умений и навыков была проведена диагностика на выявление навыков ходьбы. Ходьба определяется следующим образом, отмеряется дистанция 10 м. До старта и после финиша, и после финиша еще должно быть место = 2-3 м. Ребенок находится на расстоянии 2-3 м от линии старта и подходит до предмета на 2-3 м за линией финиша. Задание выполняется 2 раза. Фиксируется лучший результат. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 9 (45%) детей имеют оптимальный уровень – дети проходили дистанцию 10м. за 6,4 с и меньше мальчики и 6,7 с меньше девочки; 9 (45%) детей показали допустимый уровень – дети проходили этот отрезок мальчики за 6,5 – 7,1 с, девочки за 6,8 – 7,4 с; 2 (5%) ребенка показали недостаточный уровень – дети проходили отрезок мальчики за 7,2 с и более, девочки за 7,5 с и более.

Для определения навыков бега была проведена следующая диагностика. По методике обследования размечается дорожка (длина не менее 40 метров). До линии старта и после линии финиша должно быть по 5-6 метров. В конце

дорожки ориентир. Инструктор знакомит детей с командами: на старт, внимание, марш. Начинают бег строго по сигналу. Возвращаются к линии старта по краю дорожки. Дети делают 2 попытки. Результат фиксируется в протоколе. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 9 (45%) детей – оптимальный уровень – дети пробежали дистанцию за: мальчики 7, 6 -7, 5 с., девочки 8, 2 – 7, 8 с; 10 (50%) детей – допустимый уровень – дети пробежали дистанцию за: мальчики 7, 7 – 8, 2 с., девочки 8, 3 – 8, 8 с; 1 (5%) ребенок – недостаточный уровень – девочка пробежала дистанцию за 8, 9 – 9, 2 с.

Для определения уровня метания была проведена следующая диагностика. Навык метания в цель определяется количественным показателем. Ребенок 5 раз метает теннисный мяч в мишень с расстояния 4 метров правой и левой рукой. Диаметр мишени 1 м (ядро = 20 см, вокруг него 4 цветных кольца шириной по 10 см). Попадание в ядро оценивается 5 очками, кольцо – оценка снижается по одному очку (по мере удаления от ядра). По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 6 (30%) детей – оптимальный уровень – мальчики набирают правой рукой 10 очков, левой рукой 6 очков, девочки – правой рукой 9 очков, левой рукой 6 очков; 8 (40%) допустимый уровень – мальчики набирают правой рукой 8 очков, левой 6 очков, девочки – правой 6 очков, левой 5 очков; 6 (30%) детей – недостаточный уровень – мальчики набирают правой рукой 5 очков, левой рукой 4 очка, девочки набирают правой рукой 4 очка, левой рукой 3 очка.

Для определения умений и навыков в прыжках в длину с места провели следующую диагностику. Прыжок выполняется в заполненную песком яму или взрыхленный грунт. Прыгают по очереди, 3 прыжка подряд. Все результаты заносятся в протокол и берется лучший. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: 4 (20%) детей – оптимальный уровень – мальчики прыгнули на расстоянии 101 см. и больше, девочки 100 см и больше; 7 (35%) детей – допустимый

уровень – мальчики 86,3 – 100 см, девочки 88 – 99,6 см, 9 (45%) детей имеют недостаточный уровень – мальчики 85 см и меньше, девочки 87 см и меньше. Для определения уровня развития лазанья была проведена следующая диагностика. В качестве контрольного упражнения используется лазанье по гимнастической стенке. Дошкольникам даются три попытки и записывается лучший результат. Фиксируется время влезания, а также высота. По результатам проведенной диагностики дети были распределены на следующие группы: у 6 (30%) детей – оптимальный уровень – если поднимается и спускается мальчики за 13 – 17,7 с, девочки 12, 5 с; у 8 (40%) детей – допустимый уровень – мальчики 23,8 – 27,8 с, девочки 24,6 – 27, 7 с; у 6 (30%) недостаточный уровень – мальчики 37, 6 – 43, 2 с, девочки 39, 2 – 41, 2 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Приложение 2

#### Белорусские народные подвижные игры

##### «М е л ь н и ц а» (Млын)

Все играющие становятся в круг на расстоянии не менее 2 м друг от друга.

Один из играющих получает мяч и передает его другому, тот третьему и т.д. по кругу. Постепенно скорость передачи возрастает. Каждый игрок старается поймать мяч.

Правила игры: игрок, который упустил мяч или бросил его неправильно, выбывает из игры; побеждает тот, кто остается в игре последним.

##### «Л е н о к» (Лянок)

На земле рисуют кружки – гнезда, которых на два-три меньше, чем игроков.

Все становятся в круг, берутся за руки.

Ведущий в кругу делает разные движения, все повторяют их.

По команде «Сажай лен» игроки занимают гнезда, а кто не займет гнездо, считается «посаженным»: его сажают в гнездо до конца игры.

Правила игры: побеждает тот, кто займет последнее свободное гнездо.

#### Украинские народные подвижные игры

##### «Х л е б е ц» (Хлибчик)

Цель игры: развитие внимания, ориентировки в пространстве, укрепление мышц ног.

Все желающие играть, взявшись за руки, становятся попарно (пара за парой) на некотором расстоянии от игрока, у которого нет пары.

Он называется «хлибчиком».

– Пеку-пеку хлибчик, – выкрикивает хлибчик.

– А выпечешь? – спрашивает задняя пара.

– Выпеку!

– А убежишь?

– Посмотрю!

С этими словами два задних игрока бегут в противоположных направлениях с намерением соединиться и встать перед хлибчиком. А тот пытается поймать одного из них до того, как они возьмутся за руки. Если ему это удастся, он вместе с пойманным составляет новую пару, которая становится первой, а игрок, оставшийся без пары, оказывается хлибчиком. Игра повторяется в том же порядке.

Правила игры: последняя пара может бежать только после окончания переключки.

## Мордовские народные подвижные игры

### Подвижная игра «В ворона»

Действующие лица: Ворон. Клушка. Цыплята.

Клушка гуляет со своими Цыплятами по лугу. Навстречу ей выходит Ворон.

Ворон. Клушка, а клушка, дай тейне лефксчень! (Клушка, а клушка, дай мне цыпленка!)

Клушка. Аф максса, варси, аф максса! (Не дам, ворон, не дам!)

Ворон. Мон тонь шабатнень саласайне! (Я всех твоих деток украду!)

И начинает цыплят по одному вылавливать.

Клушка (защищая цыплят). Варк! Варк!

Ворон (ловя цыплят). Пивь! Пивь!

Когда все цыплята будут выловлены, игра заканчивается.

### Подвижная игра «Руцяняс а» («В платочки»)

Действующие лица: Бабушка, Дедушка, Платочки.

Участники игры выбирают Бабушку и Дедушку. Бабушка определяет детей в Платочки, окрасив каждый в определенный цвет (на ухо называет цвет). Платочки садятся на пол. Приходит Дедушка и происходит диалог:

Дедушка: Шумбрат, бабакай. (Будь здорова, бабушка!)

Бабушка: Озак, батькай! (Садись, батюшка!)

Дедушка: Маряйне, руцятне улихть? (Слышал, платочки есть у тебя?)

Бабушка: Улихть, да аф рамавихть тейть. (Есть, да не купить их тебе).

Дедушка: Монь кафта сундукт ярмаконе. (У меня два сундука денег.)

Бабушка: Рамайть! (Купи!)

Дедушка покупает платочки, т.е. отгадывает какого цвета платочки. Как только он назовет цвет платочка правильно, платочек тут же убегает от него. Если Дедушка догонит его, то забирает его себе. Иногда платочек побегаёт-побегаёт, Дедушка не сможет поймать его. Бабушка тут же «окрасит» его в другой цвет. Дедушка вновь пытается узнать цвет платочка. Играют до тех пор, пока все платочки не будут куплены.

## Интеллектуальная игра «Городки»

### Ход игры

В каждом городе построена фигура «Забор». На каждом городке написан номер. По одному игроку из каждой команды подходят к своему городу и берут городок, затем отвечают на вопрос под выбранным номером. И так все игроки.

Вопросы и задания:

1. Что обозначают квадраты, в которых устанавливаются фигуры? («город»)
2. Как называется площадь, из которой выполняются броски по целым фигурам? (кон)
3. Как называется площадь, из которой выполняется добивание городков после выбивания хотя бы одного городка? (полукон)
4. Как называется спортивный снаряд, которым выбивают фигуру? (бита)
5. Из чего строят фигуру? (из городков)
6. Сколько городков используют для построения фигур? (пять)
7. Когда можно выполнять бросок биты? (после сигнала судьи)
8. Практическое задание: построить фигуру «Письмо»
9. Практическое задание построить фигуру «Колодец»
10. Практическое задание построить фигуру «Ворота»

Литература:

Программа дополнительного образования «Городки для дошкольников»  
// авт.-составит. В.М. Духанин, Н.М Сафронова, Е.А. Гогитидзе. – М., 2015. –  
51 с.