**Организация физкультурно – спортивной деятельности воспитанников ДОУ**

Инструктор по физической культуре

МБДОУ Детский сад №5 пгт Тымовское

Быцура Анна Владимировна

**Аннотация.** В этой статье рассмотрена методика внедрения спортивных элементов в ДОУ с целью повышения физических и психических усилий воспитанников. Автор считает, что педагогам следует уделять внимание на физическое воспитание дошкольников, с целью приобщения к здоровому образу жизни. Сделаны следующие выводы: занятия по спортивным играм являются наиболее эффективной формой повышения двигательной активности ребёнка и эти занятия задают положительную динамику в воспитании всесторонне развитой личности.

**Ключевые слова:** ДОУ, футбол, форма спортивной деятельности, дошкольный возраст.

**Актуальность.** Современные дети живут в век компьютерных технологий. Они мало двигаются и вместо того, чтобы побегать во дворе и поиграть со сверстниками, сидят за компьютерными играми, которые не требуют большой физической активности. Родители вместо прогулок и подвижных игр предпочитают водить ребенка на курсы по английскому языку. А ведь дошкольный возраст – один из ответственных периодов в жизни каждого человека и считается наиболее благоприятным для развития физических способностей детей.

В основном в ДОУ поступают дети с приобретенными хроническими заболеваниями, а причина тому, что дети много времени проводят в статическом положении. По мнению академика Н.А.Амосова, современный ребенок сталкивается с тремя пороками цивилизации: накапливанием отрицательных эмоций без физической разрядки, перееданием и гиподинамией, что является причиной ухудшения здоровья дошкольников [4, с. 24].

Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него не устойчивое внимание, память. Эта слабость ведет к различным расстройствам в деятельности организма, к понижению способностей ребенка и расшатывает его волю. Поэтому крайне важно правильно организовать занятие физической культурой именно в детстве.

В соответствии с программой ФГОС ДО физическое развитие включает в себя приобретение опыта: двигательной активности детей, развития физических качеств: гибкости, ловкости, выполнение основных движений (бег, ходьба, прыжки), становление ценностей здорового образа жизни, начальное представление о некоторых видах спорта. Исходя из этого, следует организовывать спортивный досуг дошкольников начиная с детского сада [4, с.75].

Бег, прыжки и метания, будучи естественными видами движений, занимают одно из главных мест в физическом воспитании. Эти упражнения отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях, поэтому они оказывают существенное воздействие на развитие прежде всего координационных способностей.

Из вышеперечисленного можно выделить, что **цель** - подготовка ребенка к жизни в современном обществе, которая реализуется через двигательную активность воспитанника.

Двигательная активность дошкольника должна быть целенаправленна и соответствовать его опыту, интересу, желаниям и функциональным возможностям организма.

**Задачами** здесь будут являться:

* Организация детской двигательной активности;
* Внедрение доступные детям элементы спорта;
* Обосновать результаты.

**Методы исследования.**

* Анализ научно – методической литературы.
* Педагогический эксперимент.

Как говорилось выше, от состояния здоровья детей зависит благополучие общества, а формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду, так как именно здесь происходит выбор альтернативных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса.

Физическое воспитание и оздоровление дошкольников – сложный процесс. Усвоение техники выполнения физических упражнений первоначально осуществляется на специально организованных физкультурных занятиях, но в дальнейшем ребенок использует эти движения в повседневной жизни, в самостоятельной деятельности, поэтому привычка действовать определенным образом успешно складывается только при тесном взаимодействии инструктора по физическому воспитанию, воспитателя группы и семьи [2, с.22.]

Изучив литературу по данной теме, можно выделить, что повышаются требования к уровню физической подготовленности и состоянию здоровья дошкольников. Возрастает необходимость обеспечить воспитание у дошкольников устойчивого интереса, мотивации к здоровому образу жизни, к регулярным занятиям физическими упражнениями.

Детский организм – фундамент для тренировок, а это дает большую возможность внедрять доступные детям элементы спорта в систему физического воспитания в ДОУ. Освоение элементов спортивных игр в дошкольном возрасте составляет основу для дальнейших занятий спортом.

Исходя из этого, проанализировав ряд методик, мы пришли к выводу, что наиболее эффективной формой двигательной активности является спортивный кружок по «Мини-футболу».

Данная методика заключается в том, чтобы детей старшего дошкольного возраста, учитывая индивидуальные возрастные особенности ребенка, развивать и совершенствовать качества и способности в ходе выполнения заданий во время кружка по «Мини-футболу».

Футбол – это игра с мячом. В этой спортивной игре дошкольники совершенствуют навыки основных движений. Все движения выполняются в постоянно изменяющейся обстановке, что позволяет формированию у детей умений самостоятельно применять в зависимости от условий игры.

Авторы методики считают, что обучение дошкольников игре в футбол целесообразно разделить на три этапа: подготовительный, основной и заключительный.

На подготовительный этап выделяются задачи:

- повышение ОФП;

- совершенствование общей выносливости;

- улучшение техники бега.

Все это реализуется нами в повседневной жизни посредством подвижных игр и физических упражнений.

Основной этап – непосредственно обучение игре в футбол. Футбольные элементы могут быть включены в программный обучающий материал по физическому воспитанию на протяжении учебного года.

Заключительный этап представляет собой совершенствование технических, элементарных тактических навыков игры в футбол, т.е. футбольный матч. В конце учебного цикла проводится футбольный турнир между подгруппами.

В конце учебного цикла занятий проводится детский футбольный турнир.

**Организация исследования.** Было сформировано три подгруппы детей по 15 человек. Занятия проводятся во второй половине дня три раза в неделю. Длительность занятий составляет 25-30 минут.

Следует отметить, что за период проведения занятий результатом стал положительный сдвиг в развитии физических способностей детей.

**Выводы.** В заключении можно сказать, что спортивные игры укрепляют крупные мышцы, развивают психофизические качества. В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, воспитывается сдержанность, ответственность.

Дети, выходя на улицу, самостоятельно могут организовать игру, каждый ребенок знает свою позицию в игре.

Этот метод активно приобретается с учетом правильно подобранных, методически организованных физических упражнений. Одним из удачных упражнений и игры с мячом – элементы футбола, баскетбола и волейбола. Таким образом занятия в спортивном кружке по «Мини-футболу» являются эффективной формой повышения двигательной активности воспитанников ДОУ.

**Список литературы:**

Желобкович Е. Ф. Футбол в детском саду: конспекты занятий – М.:

Скрипторий 2003, 2009.- 88с.

Зверева, О.Л. Общение педагога с родителями в ДОУ:

Методический аспект / О.Л.Зверева, Т.В.Кротова. – Москва: Сфера, 2005. – 80 с.

Литвинова О. М. Система физического планирования в ДОУ:

планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры О.М. Литвинова – Волгоград.: Учитель, 2007. – 238 с.

Сборник статей. Всероссийской научно-практической конференции

17 октября 2014г. //Физкультурно-спортивное направление развития детей в дошкольной организации: опыт, проблемы, перспективы.: Томск, 2014. – 484 с.

Физическое воспитание и развитие дошкольников / Под ред.

С.О. Филипповой. - Москва: Детство, 2007. – 322 с.

6. Ящук А.В., Линок Е.А., Ефимова Г.И. Закаливание, зарядка, спорт (формирование здорового образа жизни у дошкольников). – Томск: ООО «Интегральный переплет». 2014

Опубликовано 05.10.18 в 14:13