

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

**РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ОПЫТА
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ**

Выпускная квалификационная работа

обучающегося по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование, профиль Дошкольное образование
заочной формы обучения
5 курса группы 02021458
Першиной Татьяны Ивановны

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

БЕЛГОРОД 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ОПЫТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ.....	7
1.1. Двигательно-игровой опыт детей дошкольного возраста: понятие, сущность, компоненты.....	7
1.2. Организация режимных моментов в образовательном процессе детского сада.....	13
1.3. Педагогические условия развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.....	20
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ОПЫТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ.....	29
2.1. Диагностика уровня развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста.....	28
2.2. Содержание работы по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.....	35
2.2. Методические рекомендации по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.....	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	49
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	51
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	57

ВВЕДЕНИЕ

Двигательная сфера – это совокупность внешних проявлений активности человека в его взаимодействии с окружающей средой, выступающей в виде моторных реакций, психомоторных действий, психомоторной деятельности и двигательного поведения в целом, включая моторный облик. Дошкольный возраст является периодом интенсивного формирования всех органов и систем организма ребенка, в дошкольном детстве у ребенка формируются двигательные качества, которые служат основой его нормального физического и психического развития. В контексте целевых ориентиров физического воспитания и развития дошкольников, отраженных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, актуализируется проблема формирования и развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста.

В условиях вариативности дошкольного образования, в целом, и физического воспитания и развития детей, в частности, остро встает вопрос, о востребованности в жизнедеятельности ребенка двигательно-игрового опыта, который приобретается им в период дошкольного детства. Возросло количество детей с низким уровнем здоровья, появляется все больше детей с частыми простудными заболеваниями, излишним весом, нарушением осанки. Причин сложившейся ситуации множество, но одна из основных заключается в малоподвижном образе жизни дошкольников. Анализ современных исследований свидетельствует о том, что в настоящее время наблюдается низкий уровень двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста, что отрицательно сказывается на уровне физической подготовленности дошкольников. В своих исследованиях Л.Н. Волошина подчеркивает: «... Недостаточность двигательного опыта у современных дошкольников становится угрозой для физического и интеллектуального развития. У многих дошкольников отмечаются морфофункциональные отклонения» ().

Анализ современных исследований (Л.В. Абдульмановой,

Л.Н. Волошиной, М.Н. Дедулевич, О.Ю. Зинченко, В.А. Шишкиной и др.) свидетельствует о том, что в настоящее время наблюдается недостаточное соответствие содержания двигательно-игрового опыта, получаемого в дошкольных образовательных учреждениях, от реальных потребностей ребенка, что отрицательно сказывается на уровне его физической подготовленности: около 45% дошкольников пяти-шести лет имеют низкий уровень физической подготовленности.

Следует отметить, что при двенадцатичасовом режиме работы детского сада время реализации образовательной программы составляет от 65-80% времени пребывания детей в группах, в зависимости от возраста, из которых около 60-68% приходится на режимные моменты и только 5-12% – на непосредственно образовательную деятельность. При этом очень важно рационально организовать режим в детском саду для того, чтобы дети как можно больше находились в движении.

На основе анализа педагогической теории и практики мы выявили противоречие между необходимостью развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста и недостаточным учетом потенциала режимных моментов в образовательном процессе детского сада.

На основании вышерассмотренных положений мы сформулировали тему выпускной квалификационной работы «Развитие двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах» определяет постановку проблемы: каковы педагогические условия развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах. Цель исследования заключается в обосновании педагогических условий развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

Объект исследования: процесс развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: педагогические условия развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

Гипотеза исследования: процесс развития двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах будет наиболее эффективным при следующих педагогических условиях:

- содействие двигательной активности детей дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов;
- формирование двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости;
- организация оптимального двигательного режима дошкольников в детском саду.

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

1. Раскрыть понятие, сущность и компоненты двигательного-игрового опыта детей дошкольного возраста.
2. Рассмотреть организацию режимных моментов в образовательном процессе детского сада.
3. Выявить и обосновать педагогические условия развития двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.
4. Разработать методические рекомендации по развитию двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

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 дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №85 «Красная шапочка» г. Белгорода.

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

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ОПЫТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ

1.1. Двигательно-игровой опыт: понятие, сущность, структура

«Движение является важнейшим условием и средством всестороннего развития, в том числе и речевого», – утверждает М.А. Рунова (42). Функционирование дыхательной, сердечно-сосудистой систем, состояние опорно-двигательного аппарата, слаженная работа всех органов и систем во многом зависят от состояния мышц, работоспособность которых связана с организацией двигательной деятельности детей дошкольного возраста», – отмечает Л.М. Савенок (43). В дошкольной образовательной организации образовательный процесс выстраивается на основе деятельностно-игровой деятельности ребенка, которая является основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

В Федеральном государственном стандарте дошкольного образования в содержании области «Физическая культура» предусматривается решение ряда специфических задач:

- развитие физических качеств (силовых, скоростных, в том числе гибкости, выносливости, координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей;
- формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании (47).

Следовательно, одним из целевых ориентиров физического воспитания и развития дошкольника, определенным в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования и современных образовательных программах дошкольного образования, является формирование двигательного опыта дошкольника (47).

Опыт – это способ познания действительности, основанный на его

непосредственном, чувственном практическом освоении окружающего мира. Опыт служит важным источником информации как о внешнем объективном мире (27).

Двигательный опыт – это объем освоенных человеком двигательных действий и способов их использования (словарь). Чем большим количеством этих действий и способов владеет ребенок, тем разностороннее его двигательный опыт. «Сформированность основных движений обеспечивает возможности расширения двигательного опыта, создает необходимую базу для овладения более сложными движениями», – подчеркивает А.З. Потапова (40). В этом контексте Л.В. Абдульманова уточняет: «Двигательный опыт дошкольника складывается из осознания своих движений, их выразительности, самостоятельного получения двигательного опыта, позволяющего не только выразить свои чувства, переживания, но облегчающего понимание ребенком чувств окружающих» (1).

О.Ю. Зинченко рассматривает в своей работе понятие «двигательный опыт»: «Двигательный опыт – это совокупность детских двигательных умений и навыков, двигательных локомоций, приобретенных в ходе как организованного образовательного процесса, так и в ходе самостоятельной двигательной деятельности ребенка» 25().

В своих работах Ж.К. Холодов и В.С. Кузнецов двигательный опыт рассматривают в аспекте формирования двигательных умений и навыков. Ученые выделяют следующие двигательные умения и навыки, которые составляют основу двигательного опыта ребенка:

- умения и навыки, полученные в ходе ходьбы, бега, плавания и т.д.;
- навыки управления положениями и позами своего тела при выполнении стойки, строевых упражнений и т.д.;
- умения и навыки выполнения движений со спортивным инвентарем (мячами, скакалками, лентами и др.);
- навыки управления движениями при выполнении кувырков, переворотов, подъемов, равновесия и т.д.;

– умения выполнять комплексные движения при опорных прыжках, лазании и прыжках в длину и высоту (54).

В научно-методической литературе достаточно широко раскрыты потенциальные возможности игровой деятельности в формировании двигательного опыта дошкольников. Поэтому необходимо рассмотреть понятие двигательно-игрового опыта.

«Двигательно-игровой опыт – это совокупность освоенных двигательных действий ребенка и способов их применения, элементарных знаний о содержании и правилах спортивных игр, эмоционально-ценностного отношения к этому виду деятельности, способности детей к взаимодействию в процессе освоения спортивных игр и способности к осуществлению взаимодействия субъектов игровой деятельности», – считают Л.Н. Волошина и О.Г. Галимская (12).

Согласно исследованиям Л.Н. Волошиной и О.Г. Галимской мы выделяем следующие компоненты двигательно-игрового опыта:

1. Аксиологический компонент определяется эмоциональным отношением ребенка к подвижным и спортивным играм, играм с элементами спорта. Данный компонент включает определенную систему ценностей: осознанное отношение к нравственным нормам поведения в деятельности-игровой деятельности, понимание эмоционального состояния окружающих, сверстников; осознание игровой ситуации и личностную готовность к достижению общего положительного результата.

2. Когнитивный компонент предполагает знание ребенком содержания игровых способов взаимодействия в подвижных и спортивных играх, играх с элементами спорта. Выделение когнитивного компонента предполагает формирование у ребенка представлений о спортивных играх, игровых ролях, игровых сигналах, элементарных знаний о технике, о способах выполнения действий, правилах игрового взаимодействия.

3. Деятельностный компонент включает владение ребенком двигательными и игровыми умениями и навыками, сформированности

двигательных способностей.

4. Коммуникативный компонент – это передача информации в процессе игрового взаимодействия, проявление ребенком способности к выполнению социальных норм общения со сверстниками и взрослыми, овладение вербальными и невербальными способами передачи информации (11).

По мнению Л.Н. Волошиной и О.Г. Галимской, важным в этом плане является формирование когнитивного компонента двигательно-игрового опыта. Обогащение представлений ребенка о подвижных и спортивных играх, игровых упражнениях, игровых ролях, игровых сигналах, элементарных знаний о технике, о способах выполнения действий, правилах игрового взаимодействия – это важная предпосылка эффективности педагогических воздействий в решении задач формирования двигательно-игрового опыта ребенка. Детей дошкольного возраста необходимо учить ставить цель, планировать двигательно-игровую деятельность и достигать определенных результатов. Это позволяет использовать приобретенный опыт в самостоятельной двигательно-игровой деятельности (11; 12). Л.Н. Волошина и О.Г. Галимская подчеркивают: «Оценить результат формирования двигательно-игрового опыта в старшем дошкольном возрасте можно в процессе наблюдений (проявление инициативы, склонностей к разным видам двигательной деятельности, готовности к коллективному взаимодействию и т.д.)» (13).

Следует выделить особенности формирования двигательно-игрового опыта у детей старшего дошкольного возраста в двигательно-игровой деятельности, согласно исследованиям Л.Н. Волошиной и О.Г. Галимской:

- 1) двигательно-игровая деятельность ребенка должна опираться на реальные ситуации из повседневной жизни ребенка;
- 2) интеграция игровой и двигательной деятельности должна быть при условии осознания ребенком ее целей и мотивов;
- 3) у ребенка должно появиться чувство значимости своей двигательно-

игровой деятельности;

4) поэтапное становление двигательно-игрового опыта происходит в условиях коллективного взаимодействия и взаимообучения;

5) ребенок должен принимать участие в планировании своей двигательно-игровой деятельности (11; 13).

Для организации работы по формированию двигательно-игрового опыта у дошкольников решаются следующие задачи в контексте организации двигательно-игровой деятельности:

- формировать устойчивый интерес детей к игровым упражнениям, подвижным и спортивным играм с предметами, желание использовать их в самостоятельной двигательно-игровой деятельности;

- создавать условия, побуждающие детей к двигательной активности;

- обогащать двигательный опыт детей новыми действиями с различными предметами

- содействовать развитию двигательных способностей и качеств детей: ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости.

Согласно принципу интеграции, формирование двигательно-игрового опыта детей дошкольного возраста осуществляется во всех видах детской деятельности, в которые включена или может быть включена двигательно-игровая деятельность:

- физкультурные минутки с речевым сопровождением;

- подвижно-дидактические игры, игры-вкладыши, игры-шнуровки;

- подвижные игры с элементами развития речи;

- музыкально-ритмические игры;

- подвижные игры с дыхательными упражнениями;

- подвижные игры с атрибутами;

- игровая дыхательная гимнастика;

- пальчиковые игры, подвижные игры на прогулке, игры с элементами спорта, спортивные игры.

«Чем обширнее двигательный опыт ребенка, тем больше информации

поступает в мозг, что способствует интенсивному интеллектуальному развитию. Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. В свою очередь, формирование движений происходит при участии речи», – считает Л.Г. Попова (39). Поэтому важно использовать подвижные игры с речевым сопровождением.

«Огромная воспитательная роль в трансляции двигательного опыта ребенка принадлежит взрослым (родителям и воспитателям)», – отмечают Л.Н. Волошина и О.Г. Галимская, – «Воспитателю детского сада, инструктору по физической культуре необходимо учитывать, что положительному эффекту привлечения внимания дошкольников способствует эмоциональная подача информации, при этом часто используются такие педагогические приемы, как образцы решения конкретной игровой ситуации, включение реальных примеров из спортивных игр в другие виды детской деятельности» (12).

В исследованиях Л.В. Абдульмановой и О.Ю. Зинченко отмечается, что формирование двигательного опыта зависит не только от уровня развития двигательных навыков у ребенка, но и от его собственной самостоятельной деятельности, в которой наглядно отражена внутренняя мотивация (1; 2; 25).

В старшем дошкольном возрасте двигательный опыт позволяет выразить эмоциональное отношение к социуму, деятельности. «Выразительность движений», – по мнению Е.В. Горшковой, – «является эффективным средством общения с социумом, которое помогает ребенку не только понять окружающих его людей, но и осознать свой внутренний мир, увидеть проблемы, а также выразить чувства и переживания» (17). Изменение эмоций влияет на изменение характера движений», – уточняет Е.В. Горшкова (17). Беседы, направленные на решение проблемно-практических и проблемно-игровых ситуаций в ходе подвижных и спортивных игр, способствуют воспитанию нравственных качеств. Дети учатся выражать доброжелательное отношение к окружающим, стремление к

сотрудничеству. Они чувствуют себя субъектами и объектами детско-взрослого взаимодействия, учатся моделировать ситуации общения.

Таким образом, двигательно-игровой опыт – это совокупность освоенных двигательных действий ребенка и способов их применения, элементарных знаний о содержании и правилах спортивных игр, эмоционально-ценностного отношения к этому виду деятельности, способности детей к взаимодействию в процессе освоения спортивных игр и способности к осуществлению взаимодействия субъектов игровой деятельности. Сущность двигательно-игрового опыта заключается в том, что он, являясь составной частью социального опыта, формируется в результате деятельности самого ребенка в процессе его взаимодействия с окружающими его взрослыми и детьми. Структура двигательно-игрового опыта включает аксиологический, когнитивный, деятельностный и коммуникативный компоненты.

1.2. Организация режимных моментов в образовательном процессе детского сада

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования организация образовательного процесса осуществляется в процессе непосредственно образовательной деятельности и в процессе режимных моментов ().

«Режим дня ребенка дошкольного возраста – это научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение времени и последовательность различных видов деятельности», – подчеркивает В.А. Зебзеева (23; 24).

Режим – это гибкая и динамичная конструкция, но при этом все его компоненты (сон, бодрствование, интервалы между приемами пищи и т.д.) должны оставаться неизменными.

В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 нормативным основанием организации режимных моментов в каждой возрастной группе является режим дня. Согласно данному документу, в детском саду планируется организация совместной с педагогом и самостоятельной деятельности детей, как в режимных моментах, так и между ними (44).

Планирование и организация режимных моментов в детском саду основано на организации повседневной деятельности детей как условия формирования их общей культуры и развития личностных качеств.

Основные режимные моменты в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13:

1. Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика.
2. Подготовка к завтраку, завтрак.
3. Игры и детские виды деятельности.
4. Подготовка к прогулке, прогулка.
5. Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед.
6. Подготовка ко сну, сон.
7. Подъем после сна, закаливающие мероприятия, водные процедуры.
8. Игры, самостоятельная деятельность детей.
9. Подготовка к ужину, ужин.
10. Игры, прогулка, уход детей домой (44).

Осуществляя образовательную деятельность в режимных моментах, воспитателю необходимо учитывать не только индивидуальные особенности детей, их настроение, предпочтение к тем или иным видам деятельности, но и старается организовать режимные моменты так, чтобы в них отражались все направления образовательной деятельности: речевое, социально-коммуникативное, физическое, познавательное, художественно-эстетическое развитие. Режим дня основан на точных наблюдениях за физиологическими и психическими особенностями дошкольников и изменением их физиологической и психической активности в течение дня и недели: максимальная работоспособность у ребенка наблюдается от 8.00 до 12.00 часов и от 16.00 до 18.00, а минимальная – 14.00-16.00, отмечается в СанПиН

2.4.1.3049-13 (44).

Режим дня в детском саду, в котором режимные моменты нормируются по длительности протекания, в первую очередь ориентирован на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста. Методические рекомендации по организации режимных моментов представлены в каждой примерной основной образовательной программе дошкольного образования.

В ходе организации режимных моментов педагогическому коллективу необходимо должно обеспечивать единство образовательных целей и задач. «Организация режимных моментов должна строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей», – отмечается в ФГОС ДО (47).

Вариативность организации различных видов детской деятельности в каждый из режимных моментов достаточно высокая. Выбор вида детской деятельности зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей дошкольного возраста, их образовательных потребностей и познавательных интересов, сезонности, событийности и др. Режимом дня предусматривается организация совместной с воспитателем и самостоятельной деятельности детей.

В соответствии с ФГОС ДО двигательно-игровая деятельность осуществляется в течение всего времени нахождения ребенка в детском саду, поэтому необходимо рационально распределить эту деятельность в течение дня, предоставить детям время для самостоятельной деятельности и для отдыха (47). Правильно спланированный режим дня имеет огромное психологическое, педагогическое и оздоравливающее значение.

Возможны следующие формы взаимодействия педагога с детьми в различные режимные моменты в процессе организации двигательно-игровой деятельности дошкольников:

1. Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика:
– утренняя гимнастика;

- подвижные игры с небольшими подгруппами детей;
- индивидуальная работа с детьми, отстающими в отдельных видах движений;

- самостоятельная двигательно-игровая деятельность.

2. Игры и детские виды деятельности:

- самостоятельная двигательно-игровая деятельность.

3. Непосредственно образовательная деятельность:

- физкультурные паузы;

- подвижные дидактические игры;

- физкультурные занятия.

4. Подготовка к прогулке, прогулка:

- обучение играм и упражнениям на прогулке (поощряются подвижные, спортивные, народные игры);

- подвижные игры с правилами, игровые упражнения;

- игры с элементами спорта;

- спортивные пробежки;

- игры-соревнования;

- спортивные соревнования и физкультурные праздники.

5. Возвращение с прогулки, подготовка к обеду и обед:

- самостоятельная двигательно-игровая деятельность.

7. Подъем после сна, водные процедуры, закаливающие мероприятия:

- гимнастика после сна.

8. Игры, двигательно-игровая деятельность детей:

- физкультурные досуги;

- физкультурные сказки;

- игры-соревнования;

- физкультурный досуг;

- спартакиады

- физкультурно-спортивные праздники;

- самостоятельная двигательно-игровая деятельность;

- подвижные игры с небольшими подгруппами детей;
- индивидуальная работа с детьми, отстающими в отдельных видах движений.

Очень важно рационально организовать режим дня в детском саду для того, чтобы дети как можно больше находились в движении.

Утренняя гимнастика может проводиться в разных формах:

- традиционный комплекс утренней гимнастики;
- утренняя гимнастика в игровой форме;
- утренняя гимнастика с использованием полосы препятствий;
- утренняя гимнастика с включением оздоровительных пробежек
- утренняя гимнастика с использованием простейших тренажеров.

Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы. Эту гимнастику следует проводить при открытых фрамугах 7-15 минут.

Необходимо использовать различные варианты гимнастики:

- разминка в постели и самомассаж;
- гимнастика игрового характера;
- с использованием тренажеров или спортивного комплекса;
- пробежки по массажным дорожкам.

Важное место в решении задач по формированию двигательно-игрового опыта занимает прогулка. На прогулке организуется двигательно-игровая деятельность детей. Для прогулки подбираются подвижные игры с учетом возрастных и психофизических особенностей детей. Игры должны включать различные виды движений (бег, метание, прыжки, подскоки на месте и т.д.) и содержать интересные двигательные игровые задания. Основными задачами проведения подвижных и спортивных игр, физических упражнений на прогулке, являются:

- дальнейшее расширение двигательно-игрового опыта детей, обогащение его новыми, более сложными движениями;

- совершенствование, имеющихся у детей навыков в основных видах движений, путем применения их в изменяющихся игровых ситуациях;
- развитие двигательных качеств: быстроты, выносливости, ловкости;
- воспитание самостоятельности, активности, положительных взаимоотношений со сверстниками.

Значение динамических пауз и физкультурных минуток заключается в смене характера деятельности и позы ребенка путем организации двигательной активности, снимающей утомление, восстанавливающей эмоционально-положительное состояние психики ребенка. Физкультурные минутки и динамическая пауза в процессе непосредственно образовательной деятельности быть проведена сидя или стоя у стола, за которым дети занимаются. Данные формы двигательной-игровой деятельности состоят из двух-трех упражнений на разгибание туловища, движение рук, активизирующих работу мышц и расширяющих грудную клетку, шага на месте. Все это выполняется в течение 1-2 минут. Физкультурная минутка или динамическая пауза могут включать ритмические движения. Ритмический рисунок ребенок может выполнять самыми разными способами: хлопками, игрой пальцев на столе шагом, бегом, прыжками. Для детей дошкольного возраста наиболее интересна стихотворная форма таких игр-упражнений, так же можно выполнять под детскую песенку или стихотворение. Движения должны быть простыми, непринужденными, сочетаться со словом или музыкой. При использовании ритмических движений у детей развиваются пластика движений, точность и координация как общей, так и мелкой моторики, выразительность голоса, мимика.

При планировании двигательной-игровой деятельности в режимных моментах необходимо учитывать медико-гигиенические требования к последовательности, длительности, особенностям проведения различных режимных процессов, предусматривать чередование организованной и самостоятельной двигательной-игровой деятельности детей (свободная деятельность ребенка должна составлять не менее 40% от объема

регламентированной деятельности, в том числе на воздухе 3-4 часа в течение дня в зависимости от времени года. Необходимо обязательное выделение времени для свободной игры в детском саду, учитывать степень усложнения материала (не стоит математику сочетать с интенсивной двигательно-игровой деятельностью, поскольку очень высокий расход белка в организме при высокой интеллектуальной и физической деятельности) (30).

При этом, следует помнить, что двигательно-игровая деятельность оптимальна в том случае, когда ее основные параметры (объем, продолжительность, интенсивность) соответствуют индивидуальным данным физического развития и двигательной подготовленности детей, а также когда обеспечивается ее соответствие условиям среды, правилам чередования напряжений и отдыха, постепенного увеличения физических нагрузок.

Л.М Макарова считает: «Режим дня считается правильным, если в нем предусмотрено достаточно времени для всех видов деятельности ребенка, в соответствии с гигиеническим регламентом. Деятельность должна быть посильной для данного индивидуума, отдых должен способствовать оптимальному восстановлению. При построении рационального режима дня следует учитывать биоритмы функционирования организма. У большинства здоровых детей наибольшая возбудимость коры головного мозга определяется в периоды 9-12 часов и 16-18 часов» (30).

Таким образом, режимные моменты – это компоненты режима дня в дошкольной образовательной организации. Основным принципом правильного построения режима дня в детском саду является его соответствие возрастным и психофизиологическим особенностям ребенка дошкольного возраста. Режимные моменты дополняют и обогащают друг друга, обеспечивают включение детей в двигательно-игровую деятельность в течение всего времени пребывания в детском саду. При планировании режимных процессов в детском саду необходимо учитывать, что планируемая двигательно-игровая деятельность не навязывается детям искусственно, а обязательно соответствующим образом мотивируется.

1.3. Педагогические условия развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах

Мы предположили, что процесс развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах будет наиболее эффективным при следующих педагогических условиях:

- содействие двигательной активности детей дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов;
- формирование двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости;
- организация оптимального двигательного режима дошкольников в детском саду.

В качестве первого педагогического условия эффективности процесса развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах мы считаем содействие двигательной активности детей дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов.

«Двигательная активность – это естественная потребность детей в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием гармоничного развития ребенка, состояние его здоровья. Поэтому повышение двигательной активности в течение дня способствует его потребностям в движении», – отмечают Н.В. Полтавцева, М.Ю. Стожарова и Р.С. Краснова (38).

Под двигательной активностью понимается суммарное количество двигательных действий, выполняемых ребенком в процессе повседневной жизни. Потребность детей дошкольного возраста в двигательной активности достаточно высока, но не всегда она реализуется на должном уровне. Все больше ограничивается самостоятельная двигательная активность детей, увеличивается количество дошкольников, которые включены в различные виды детской деятельности с преобладанием статических поз.

Увеличение суммарного количества двигательной активности ребенка

в течение дня способствует удовлетворению его потребностей в движении. За время пребывания ребенка в детском саду необходимо обеспечивать двигательную активность ребенка в пределах от 9000 до 15 000 движений, что соответствует физиологическим потребностям организма дошкольника. «Продолжительность двигательной активности детей за период бодрствования должна составлять не менее 50-60% времени, при этом 90 – средней и малой интенсивности, 10-15% – большой. Если учитывать эти медицинские факты, то это будет способствовать профилактике утомления ребенка на протяжении всего дня и, в целом, оптимальному физическому развитию.

Двигательная активность – это естественная потребность детей дошкольного возраста, необходимо при ее организации уделить большое внимание планированию. Наиболее рационально планировать двигательную активность, соблюдая режим дня с учетом организованной образовательной деятельности в первую и вторую половину дня. Необходимо проводить поэтапное планирование двигательной активности в режимных процессах. Планирование имеет свои задачи, в соответствии с которыми необходимо подбирать средства, методы и формы двигательной активности детей дошкольного возраста.

В теории и методике физического воспитания выделяют: регламентированную двигательную активность, частично-регламентированную двигательную активность и нерегламентированную двигательную активность:

1. Регламентированная двигательная активность включает суммарный объем специально избираемых и направленно воздействующих на организм детей физических упражнений и двигательных действий.

2. Частично-регламентированная двигательная активность – это объем двигательных действий, возникающих по ходу решения двигательных задач (например, во время выполнения подвижных игр).

3. Нерегламентированная двигательная активность включает объем

спонтанно выполняемых двигательных действий в различных видах детской деятельности.

С.О. Филиппова отмечает: «... Чем более регламентирована деятельность, тем выше процент включенности ребенка в двигательную деятельность. Если на занятиях этот показатель приближается к 100%, то, например, на физкультурном досуге он составляет 80-90%, в самостоятельной двигательной деятельности лишь 50-60%» (50).

Большую роль в развитии двигательной активности играет самостоятельная двигательная активность детей, организованная без явного вмешательства воспитателя. При этом необходимо, чтобы в распоряжении детей были пособия, стимулирующие разнообразную двигательную активность. Физкультурный уголок с набором спортивного инвентаря (мячи, обручи, мешочки, шнуры, канаты, ленты, платочки, ребристая доска и т.д.), шапочки для подвижных игр, коврики для профилактики плоскостопия, дорожка здоровья и др.

Эффективными формами развития двигательной активности в режиме дня являются физкультурные досуги, праздники, ритмическая деятельность, самостоятельная двигательная деятельность с использованием тренажеров, «дни здоровья», физкультурные паузы и минутки. Наряду с традиционными формами физкультурных занятий эффективными являются и нетрадиционные: сюжетно-ролевые, игровые (на основе подвижных игр, эстафет), тренировочные (с использованием спортивных комплексов).

М.А. Рунова пишет: «Двигательная активность дошкольника должна быть целенаправленна, и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что и составляет основу индивидуального подхода к каждому ребенку» (42).

Для решения задач по оптимизации двигательной активности детей необходимо следовать основным требованиям, ведущим к усовершенствованию двигательного режима в детском саду, выделенных Т.В. Волосниковой и М.А. Руновой:

- рациональное сочетание разных видов детской деятельности;
- сочетание движений разной интенсивности;
- эффективная организация непосредственно образовательной деятельности;
- учет индивидуальных особенностей двигательной активности детей в самостоятельной двигательной деятельности;
- дифференцированный подход с учетом индивидуального уровня двигательной активности детей;
- проведение коррекционной работы с дошкольниками (коррекция движений);
- организация активного отдыха детей;
- работа с родителями воспитанников (7; 42).

Таким образом, двигательная активность дошкольника должна быть целесообразной и соответствовать функциональным возможностям и потребностям организма ребенка.

В качестве второго педагогического условия эффективности процесса развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах мы рассматриваем формирование двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости.

Л.Н. Петренкина отмечает, что у разных людей уровень развития и сочетания, слагаемых названных физическими качествами очень различны. Поэтому в современной литературе используют термин не «физические качества», а «физические (двигательные) способности»: силовые, скоростные, координационные, способность к выносливости и гибкости. Понятие «физические способности» точнее передает смысл о сложном составе компонентов, входящих в ту или иную группу способностей, а также то, неодинаково развиты у каждого индивидуума. Однако вполне допустимо использовать оба понятия: «физические качества» и «двигательные способности», как равнозначные. При этом нужно понимать, что, когда

говорится о развитии силы мышц или быстроты, под этим следует понимать процесс развития соответствующих силовых и скоростных способностей (35).

В.П. Аксенов подчеркивает: «Двигательными способностями называют комплекс психофизиологических и морфологических свойств человека, отвечающий требованиям какого-либо вида двигательной деятельности и обеспечивающий эффективность ее выполнения» (3).

Быстрота – это способность ребенка совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени. Развитие силы ребенку необходимо для преодоления внешнего сопротивления или противодействия ему путем мышечных усилий. Выносливость применительно к детям дошкольного возраста рассматривается как способность организма выполнять мышечную работу небольшой (50% от максимальной) и средней (60%) интенсивности в течение продолжительного времени в соответствии с уровнем физической подготовленности в данный момент. Гибкость – это способность ребенка выполнять движение с максимальной амплитудой, важное психофизическое качество, которое наряду с быстротой, силой, выносливостью, ловкостью определяется морфофункциональными биологическими особенностями человека. Ловкость – способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро перестраивать деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. Под координацией движений понимают процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи (32).

Н.В. Михайлова и М.О. Ильина отмечают: «При формировании двигательного действия составляющими частями являются двигательные умения и навыки. В результате многократного повторения действия двигательное умение доходит до автоматизма и превращается в двигательный навык. Двигательное умение – это действие, не доведенное до значительной степени автоматизации. Двигательный навык – это такие образцы двигательных действий ребенка, которые отличаются явлениями

автоматизации и накапливаются в ходе обучения или жизненной практики, навык появляется на основе умения и вместе с тем сам становится основой для возникновения двигательных способностей» (33).

Г.В. Раскова, Т.А. Власова, Ж.Н. Иванова отмечают: «Двигательные способности у детей дошкольного возраста развиваются в процессе выполнения различных движений, объем которых указывается в программе по каждой возрастной группе. С помощью похожих упражнений можно воздействовать на разные качества, постепенно увеличивая при этом скорость и частоту движений (для развития быстроты), сложность координации (для развития ловкости), количество повторений движений (для выносливости), величину преодолеваемого сопротивления (для развития силы)» (41).

В режимных моментах следует использовать двигательно-игровые упражнения для развития двигательных способностей детей в сочетании с различными методами и приемами: имитационно-подражательными, игровыми, методами строго регламентированного упражнения, соревновательными методами. Например, для прыжков использовать игровые упражнения «Прыгуны», «Кто дальше», «По кочкам». Для равновесия и координационных способностей «Цапля», «Качели», «Канатоходец». Для метания «Меткий стрелок», «Попади в цель», «Снайперы». Для быстроты «Передай предмет», «Обойди препятствие», «Самый быстрый». Для гибкости «Туннель из обручей», «Циркачи», «Путаница». «Таким образом», – отмечают Н.В. Михайлова и М.О. Ильина, «целенаправленно и методично подобраны методы и приемы в занимательной и игровой форме для детей, что ... процесс тренировки двигательных умений и навыков проходит профессионально и организованно» (33).

В качестве третьего условия эффективности процесса развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах мы рассматриваем организацию оптимального двигательного режима дошкольников в детском саду.

«Оптимальный двигательный режим – важнейшее условие здорового образа жизни», – утверждает Н.А. Фомин и Ю.В. Вавилов (51).

Т.В. Хабарова дает следующее определение понятию «оптимальный двигательный режим»: «Оптимальный двигательный режим – это рациональное сочетание организованных форм, видов двигательной деятельности и самостоятельных видов двигательных действий, в процессе которых происходит удовлетворение естественной потребности каждого ребенка в движении в зависимости от его двигательных потребностей и возможностей» (53).

И.В. Лямцева на основании исследований утверждает: «Отправной точкой при организации двигательного режима детей должна стать естественная потребность организма в движении. Она составляет в среднем от 10 до 15 тысяч локомоций в сутки для детей 6–7 лет; 10-12 тысяч – для детей 5-6 лет; 8-10 тысяч – для детей 3-4 лет; 6-8 тысяч – для детей 2-3 лет. Около 60-70% этого количества движений должно приходиться на период пребывания ребенка в детском саду» (29).

Для оптимального двигательного режима детей дошкольного возраста в детском саду характерно следующее:

- соотношение покоя и двигательной деятельности дошкольников составляет 30% к 70%;
- в течение дня у дошкольников не наблюдается признаков рассеянности внимания или явно выраженного утомления;
- имеет место положительная динамика физической работоспособности детей;
- артериальное давление детей в течение всего дня соответствует возрастной норме (данные предоставляет медсестра детского сада).

При организации двигательного режима должна быть учтена степень моторности каждого ребенка в соответствии с его возрастными и физиологическими особенностями. По степени активности детей можно разделить на три группы: нормальные, моторные, малоподвижные.

Отмечается, что дети с нормальной двигательной активностью имеют лучшие показатели в физическом, психическом и социальном развитии, чем дети второй и третьей групп. У детей первой группы более эмоционально устойчивы. У малоподвижных и моторных детей процессы саморегуляции менее совершенны. Исследователи отмечают, что у многих из них развиваются такие негативные черты характера, как зависть, нерешительность, агрессивность, неуравновешенность, тревожность и т.д. Эти дети нуждаются в индивидуальном медицинском и психолого-педагогическом сопровождении.

По мнению И.В. Лямцевой, основными задачами воспитателя в организации оптимального двигательного режима детей дошкольного возраста в группе являются:

- анализ и оценка двигательной активности детей в течение дня, недели, месяца с помощью современных измерительных приборов,
- выявление причин моторности или малоподвижности детей с учетом возможного наследственного фактора,
- оказание помощи в оборудовании мини-стадионов для самостоятельной двигательной деятельности детей с учетом их специфических психологических особенностей,
- выявление общих интересов, склонностей и влечений малоподвижных и моторных детей, создание ситуаций, стимулирующих их дружеские отношения (29).

Следует отметить, что оптимизации двигательного режима в детском саду свойственна гибкость, но и одновременно четкая структуризация в соответствии с логикой организации режимных процессов.

Таким образом, содействие двигательной активности детей дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов, формирование двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости и организация оптимального двигательного режима дошкольников в детском саду

обеспечивают эффективность процесса развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

Вывод по первой главе

1. Двигательно-игровой опыт – это совокупность освоенных двигательных действий и способов их применения, элементарных знаний о содержании и правилах подвижных и спортивных игр, игр с элементами спорта, эмоционально-ценностного отношения к двигательной деятельности, способности детей к взаимодействию в двигательной деятельности.

2. Соответствующий возрастным особенностям детей дошкольного возраста режим дня позволяет чередовать различные виды детской деятельности, обеспечить оптимальный двигательный режим, в том числе на открытом воздухе, полноценный отдых, достаточной продолжительности сон, что способствует нормальному росту и развитию дошкольников. Режимные моменты – это компоненты режима дня в дошкольной образовательной организации. В гигиенически рациональном режиме дня предусматривается достаточное время для всех необходимых режимных моментов и организации двигательной деятельности дошкольников.

3. В ходе исследования мы предположили, что эффективность процесса развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах определена следующими педагогическими условиями:

- содействие двигательной активности детей дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов;
- формирование двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости;
- организация оптимального двигательного режима дошкольников в детском саду.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ОПЫТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ

2.1. Диагностика уровня развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста

Исследование проводилось на базе муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида №85 «Красная шапочка» г. Белгорода. В эксперименте участвовали 20 детей старшей группы.

Цель констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы – диагностика уровня развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста.

Задачи констатирующего этапа опытно-экспериментальной работы:

1. Подобрать диагностический материал для выявления уровня развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста.
2. Определить исходный уровень развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста.
3. Проанализировать работу воспитателей по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста.

В ходе исследования мы определили показатели развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста и диагностические методики, основываясь на исследовании Л.Н. Волошиной и О.Г. Галимской: когнитивный, аксиологический, деятельностный и коммуникативный компоненты (табл. 2.1.).

Критерии и показатели развития двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста

Показатели		Методика
Когнитивный компонент	1. Представления детей о подвижных и спортивных играх, играх с элементами спорта, игровых ролях.	1. Беседа с детьми «Изучение представлений детей о подвижных и спортивных играх, игровых ролях» 2. Тесты на определение двигательных способностей 3. Методика наблюдения и оценки двигательного опыта в самостоятельной двигательной деятельности детей (по М.Н. Дедулевиц и В.А. Шишкиной)
Аксиологический компонент	1. Интерес и эмоциональное отношение детей к подвижным и спортивным играм, играм с элементами спорта.	
Деятельностный компонент	1. Проявление двигательных способностей – быстроты, силы, выносливости, ловкости, координации и гибкости.	
Коммуникативный компонент	1. Ориентированность на социальные нормы поведения в общении со сверстниками и взрослыми в подвижных и спортивных играх (футбол, баскетбол, теннис, городки и др.), играх с элементами спорта.	

Двигательные способности детей дошкольного возраста измерялись двигательными тестами. Для характеристики скоростных способностей – «Бег 10 метров с ходу»; скоростно-силовых – «Прыжок в длину с места»; силовых – «Метание на дальность набивного мяча»; выносливости – «Бег 300 метров»; гибкости – «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке». Координационные способности оценивались по результатам теста, характеризующих их способность к точности воспроизведения пространственного и временного параметра движения, сохранению статического равновесия, метанию в цель, согласованности движений рук и ног, перестроению движений в циклических локомоциях, ориентации в пространстве. Для этого использовалось координационное упражнение «Челночный бег 3х5 метров». Тестирование двигательных способностей детей старшей группы проводилось под руководством инструктора по

физическому воспитанию.

Для оценки уровня двигательных способностей старших дошкольников нами использовалась комплексная оценка, определяемая как сумма баллов, набранная отдельно в каждом блоке, в соответствии с шести балльной шкалой. «Недостаточный уровень» соответствует сумме набранных баллов при выполнении всех упражнений – от 0-2. «Допустимый уровень» соответствует сумма баллов от 3-12. «Оптимальный уровень» соответствует сумме баллов от 13-15. Испытуемому в каждом тестовом упражнении начисляются баллы, соответствующие показанному результату.

На основании беседы с детьми «Изучение представлений детей о подвижных и спортивных играх» (Приложение 1), методики наблюдения и оценки двигательно-игрового опыта в самостоятельной двигательно-игровой деятельности детей (по М.Н. Дедулевич и В.А. Шишкиной) (Приложение 2) и результатов тестов на определение двигательных способностей дошкольников мы получили результаты обследования исходного уровня развития двигательно-игрового опыта у детей старшего дошкольного возраста (табл. 2.2. и рис. 2.1.).

Таблица 2.2.

Уровень развития двигательно-игрового опыта у детей старшего дошкольного возраста (констатирующий этап эксперимента)

Критерий	Оптимальный уровень	Допустимый уровень	Недостаточный уровень
	Количество детей		
Когнитивный компонент	2 (10%)	14 (70%)	4 (20%)
Аксиологический компонент	2 (10%)	12 (60%)	6 (30%)
Деятельностный компонент	6 (30%)	9 (45%)	5 (25%)
Коммуникативный компонент	3 (15%)	11 (55%)	6 (30%)

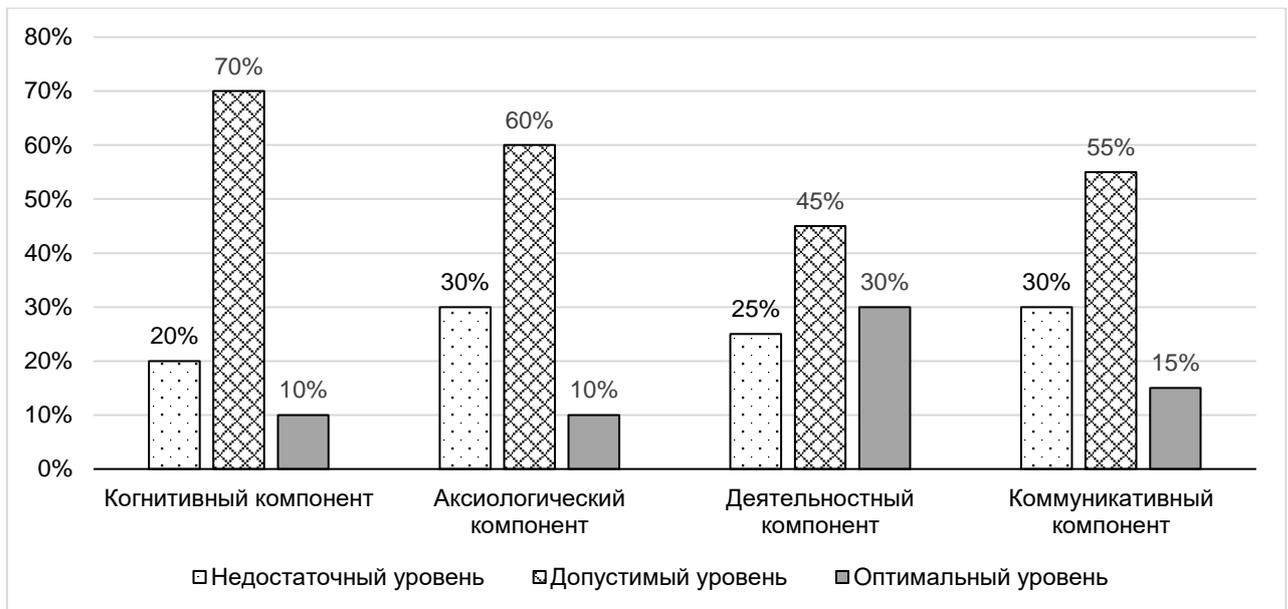


Рис. 2.1. Уровень развития двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста (констатирующий этап эксперимента)

На основании данных исследования двигательного опыта детей старшего дошкольного возраста показало, что результаты по большинству показателей находятся на допустимом и недостаточном уровне. Наиболее отстающими двигательными способностями являются координационные, скоростно-силовые способности и гибкость. На констатирующем этапе эксперимента анализ показателей на начало учебного года свидетельствовал о недостаточном уровне сформированности компонентов двигательного опыта детей старшего дошкольного возраста. Дети с низкими показателями двигательных способностей почти не прилагали усилий, чтобы заставить себя двигаться.

Реализация задач физического развития в Муниципальном дошкольном образовательном учреждении детском саду комбинированного вида №85 «Красная шапочка» г. Белгорода осуществляется по основной образовательной программе – образовательной программе дошкольного образования МБДОУ д/с №85 с учетом комплексной образовательной программы дошкольного образования (Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др.) и авторской программы «Играйте на здоровье» (Л.И. Волошина).

Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, 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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере и др.

Направления физического развития детей дошкольного возраста связаны:

1) с приобретением детьми дошкольного возраста опыта в двигательной деятельности (связанной с выполнением упражнений, направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость, способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики, связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны));

2) со становлением целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере детей дошкольного возраста.

Анализ работы воспитателей по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста показал, что для организации двигательной активности дошкольников имеется спортивный зал, спортивная площадка, оборудованные прогулочные площадки, где созданы возможности для метания, лазания, прыжков, упражнений в равновесии, физкультурные центры в каждой возрастной группе. В детском саду на протяжении учебного года практикуется сочетание разных видов двигательной активности детей:

утренняя гимнастика (на свежем воздухе в теплый период года), физкультурные минутки, динамические паузы, игры с движениями в свободной деятельности; физкультурные занятия по формированию двигательных умений и навыков; двигательная активность на улице ежедневно (по погодным условиям – в зале); музыкально-ритмические движения; спортивные досуги и развлечения; Дни здоровья; гимнастика после сна, дыхательные упражнения; ежедневный режим прогулок – 3-4 ч.

Свободная самостоятельная двигательная деятельность дошкольников осуществляется в условиях развивающей предметно-пространственной среды, в специально организованных физкультурных центрах, центрах здоровья, на спортивной площадке. Распределение двигательной активности детей в течение дня соответствует требованиям СанПиН. При организации двигательной активности детей выполняются основные требования программы, предусматривающие учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, состояние их здоровья, физической подготовленности. Мониторинг продолжительности прогулки показал, что ее продолжительность составляет в среднем 4 часа ежедневно. Инструктор по физической культуре регулярно проводит свою деятельность с детьми не только в помещении, но и на свежем воздухе. В течение учебного года функционирует бесплатный кружок по мини-баскетболу, который посещают дети старшего дошкольного возраста.

Педагогическое наблюдение выявило, что в утренние и вечерние отрезки времени дети в основном занимаются «сидячими» занятиями: рисованием, лепкой, рассматриванием картинок, чтением. Физические упражнения и игры используются крайне редко, как объясняют этот факт сами воспитатели: «Дети не должны перевозбуждаться перед занятиями». Задача по развитию двигательной активности полностью решается только на физкультурных занятиях; в содержание самостоятельной двигательной деятельности воспитатели включают упражнения и игры без учета уровня физического развития и двигательной активности детей. В утренние и

вечерние отрезки времени с детьми проводятся в основном дидактические игры, физические упражнения и подвижные игры представлены фрагментарно.

Таким образом, мы пришли к выводу о необходимости развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах с учетом следующих педагогических условий: содействие двигательной активности детей дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов, формирование двигательных способностей детей (ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости) и организация оптимального двигательного режима.

2.2. Содержание работы по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах

Цель формирующего этапа опытно-экспериментальной работы – разработка содержания работы по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах с учетом педагогических условий.

Задачи формирующего этапа опытно-экспериментальной работы:

1. Содействовать двигательной активности детей старшего дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов.

2. Формировать двигательные способности детей старшего дошкольного возраста: ловкость, быстроту, координацию движений, гибкость, силу, выносливость.

3. Организовывать оптимальный двигательный режим детей старшего дошкольного возраста в детском саду.

Для решения задач по содействию двигательной активности детей старшего дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов. Мы использовали различные формы двигательной активности детей

дошкольного возраста в режимных моментах: утренняя гимнастика; бодрящая гимнастика; совместная образовательная физкультурная деятельность; прогулка с включением подвижных игр; пальчиковая гимнастика; зрительная, дыхательная гимнастики; физкультминутки; релаксация, упражнения для снятия эмоционального напряжения; ходьба по корригирующим дорожкам; спортивные досуги и развлечения.

С целью повышения двигательной активности и эмоциональной окрашенности двигательной-игровой деятельности детей старшей группы нами проводились разные виды утренней гимнастики. Мы распределили проведение гимнастики следующим образом: с понедельника по четверг традиционного характера, в пятницу – игрового, с использованием полосы препятствий, ритмическая гимнастика, оздоровительный бег.

Самым эффективным временем для реализации потребности детей в движениях является прогулка. Содержательная сторона двигательной активности детей во время прогулок должна быть направлена на их полноценное физическое, психическое и социальное развитие. Используются такие виды двигательной активности, которые помогают детям познакомиться со свойствами предметов, получить новые представления и знания об окружающей действительности, расширить двигательную-игровую опыт.

На прогулке мы использовали различные подвижные игры:

- 2-3 игры большой подвижности;
- 2-3 игры малой и средней подвижности;
- игры на выбор детей.

Подвижная игра проводилась в начале прогулки, если образовательная деятельность была связана с долгим сидением детей. Если же они шли на прогулку после музыкального или физкультурного занятия, то подвижную игру переносили в середине прогулки или за полчаса до ее окончания.

Особое внимание мы уделяли малоподвижным и застенчивым детям, помогали им включиться в игру.

Например, при планировании прогулки наша основная задача состояла в обеспечении следующих видов деятельности дошкольников: игры, труда, наблюдений. При планировании содержания прогулки мы чередовали наблюдение, дидактические игры, сюжетно-ролевые игры и двигательную игровую деятельность (подвижные игры, игры-эстафеты) детей, необходимо было правильно распределить физическую нагрузку дошкольников в течение всей прогулки. Деятельность детей на прогулке планировали в зависимости от времени года, погоды и характера предшествующей деятельности в группе. Нами были запланированы и проведены подвижные игры и упражнения с элементами спортивной игры «Футбол»: «Подвижная цель», «Попади в мишень», «Гонка мячей», «Пингвины с мячом» (Приложение 3)

Планирование работы по развитию двигательного опыта на прогулке должно было способствовать закреплению, совершенствованию игр и физических упражнений, повышать двигательную активность детей. При этом важно правильно выбирать время для проведения игр и упражнений. Нельзя допускать, чтобы организованная двигательная деятельность проводилась за счет времени самостоятельной деятельности детей на прогулке.

На прогулке дети много с удовольствием двигаются. Для удовлетворения естественной потребности детей в движении мы всегда стараемся предоставить всю площадь участка. Например, обустроить ее зимой: сделать широкую дорогу для катания на санках; на расчищенной от снега центральной площадке – цветные дорожки разной конфигурации – извилистые, прямые, замкнутые; снежная горка, с которой дети с удовольствием катаются на ледянках. На площадке обязательно нужны крупные снежные постройки. Среди них хорошо играть в прятки или просто перебегать. Таким образом, дети на прогулке выполняют разнообразные движения: бегают, лазают, съезжают, подлезают, подтягиваются, бросают в цель, переносят груз (снег, льдинки), с удовольствием помогают воспитателям в уборке участка от снега зимой и от листьев осенью.

На занятиях статического характера обязательно проводились физкультурные минутки и динамические паузы, включающие несколько хорошо освоенных упражнений динамического характера (2-3 мин.). Физкультурные минутки (кратковременные физические упражнения) проводились в группе, в процессе непосредственно образовательной деятельности.

Значение физкультурной минутки или динамической паузы заключалось в смене характера деятельности и позы ребенка путем двигательной активности, снимающей утомление, восстанавливающей эмоционально-положительное состояние психики. Физкультурные минутки и динамические паузы проводились сидя или стоя у стола, за которым дети занимались или на ковре. Динамические паузы и физкультурные минутки носили радостный, увлекательный, игровой характер. Например, пальчиковые игры «Засолка капусты», «Птички», «Паучок», «Детский сад», «Перелетные птицы» динамические паузы «По сугробам», «За грибами», «Два хлопка над головой», «Хомка» (Приложение 5), вовлекающие одновременно в работу крупные и мелкие мышцы, улучшающие кровообращение в организме и усиливающие работу дыхательной системы, способствующие развитию моторики и зрительно-моторной координации. Активизация самостоятельной двигательной деятельности детей в вечернее время осуществлялась через использование физкультурного оборудования и дидактических карточек движений, через малоподвижные игры, дыхательные упражнения, упражнения на подвижность. Закрепление полученных детьми знаний, умений и навыков осуществлялась в формах активного отдыха: физкультурных досугах, частота проведения 2 раза в год (35-40 мин.); в физкультурных праздниках частота проведения 1 раза в месяц (70-80 мин.).

В случае, когда физкультурное или музыкальное занятие проводится в первой половине дня, то игры и упражнения организовываются в середине или конце прогулки, а в самом ее начале детям предоставляется возможность самостоятельно поиграть, поупражняться с разнообразными пособиями. В

остальные дни целесообразно организовать двигательную деятельность детей в начале прогулки, что позволит обогатить содержание их самостоятельной деятельности. При организации знакомых для детей игр мы предоставляли возможность детям самим вспомнить и рассказать содержание игры и ее правила. При разучивании новой подвижной игры необходимо четкое, лаконичное объяснение ее содержания. Отдельные элементы можно показать и даже проиграть. После объяснения сразу переходили к игре и по ходу игры уточняли то, что недостаточно хорошо запомнили дети. В подвижных играх ведущие роли выполняли сами дети. При организации подвижных и спортивных игр, игр с элементами спорта важная роль принадлежала воспитателю, который помогал детям разделиться на команды, подбирал игры с учетом уровня сформированности двигательных способностей дошкольников. В процессе организации двигательно-игровой деятельности мы использовали индивидуально-дифференцированный подход, поскольку не все дети были одинаково активны, подвижны и самостоятельны, большинство детей затруднялись в самостоятельном выборе игр и атрибутов.

Решение задачи по формированию двигательных способностей детей дошкольного возраста прослеживалось в процессе проведения на прогулке подвижных игр, игр-эстафет, физических упражнений и физкультурных занятий, при этом обогащается двигательно-игровой опыт детей. Например, мы использовали физкультурные сказки «Магазин игрушек», «Красная Шапочка» (Приложение 6). В основу данной авторской методики Н.Н. Ефименко положен принцип гармоничного, естественного физического развития ребенка. Суть методики заключается в применении приема театрализации в двигательно-игровой деятельности.

Построение физкультурного занятия на основе любимых детьми сказок – сложный и творческий процесс. Для физкультурных сказок надо подбирать истории, в которых герои выполняют различные сложные действия. Необходимо помнить об авторском дополнении и расширении содержания физкультурной сказки в ходе ее творческой, двигательной интерпретации.

Этапы планирования физкультурной сказки включали:

1. Подбор сказки в соответствии с возрастом детей старшей группы.
2. Определение ведущих линий сюжета сказки и ориентировочный подбор перемещений детей в ходе занятия.
3. Формулировка образовательных задач.
4. Подбор движений, соответствующих характерам героев сказки, решению задач физкультурного занятия.
5. Подбор физкультурного оборудования, атрибутов в соответствии с сюжетом.
6. Планирование хода физкультурного занятия: моторной плотности, построений и перестроений детей, выполнения движений, расположения инвентаря, роли педагога в занятии (герой сказки, или ее ведущий), появления сюрпризных моментов.
7. Определение возможности усложнения двигательного материала.

Нами была решена задача по организации оптимального двигательного режима в группе. Исходя из того, что планирование создает условия для конечного решения педагогических задач, нами был составлен оптимальный двигательный режим для детей старшей группы (табл. 2.3).

Таблица 2.3.

№ п/п	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность – 10-12 мин.
2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7-8 мин.
3.	Динамические паузы во время НОД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 мин.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность – 12-15 мин.
6.	Прогулки-походы в парк	1-3 раза в квартал, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных игр и упражнений.
7.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек во время утренней прогулки, длительность – 3-7 мин.

Продолжение таблицы 2.3.		
№ п/п	Формы организации	Особенности организации
8.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность – не более 10 мин.
9.	НОД по физической культуре	3 раза в неделю (в старшей и подготовительной одно на воздухе), длительность – 15-30 мин.
10.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
11.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
12.	Неделя здоровья	1-2 раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной-двух групп
13.	Физкультурный досуг	2-3 раза в год, внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего учреждения
14.	Физкультурно-спортивные праздники	1-2 раза в год на воздухе или в зале, длительность не более 30 мин.
15.	Игры-соревнования между возрастными группами или со школьниками начальных классов	1 раз в год в спортивном зале детского сада или в школе микрорайона, длительность – не более 30 мин.
16.	Спартакиады вне детского сада	Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности
17.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	По желанию родителей и детей не более 2 раза в неделю, длительность 25-30 мин
18.	Физкультурная образовательная деятельность детей совместно с родителями в детском саду	Определяется воспитателем по обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей
19.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий

Подвижные игры и физические упражнения на прогулке являются формой оптимального двигательного режима в детском саду. На прогулках мы проводили игры-эстафеты, спортивные игры, игры с элементами спорта, хороводные игры. Важно, чтобы в распоряжении детей был игровой материал, физкультурные пособия и инвентарь, стимулирующий двигательную активность.

Для активизации самостоятельной двигательной-игровой деятельности значительную роль играет развивающая предметно-пространственная среда,

поэтому мы обогатили среду различным игровым оборудованием и спортивным инвентарем, способствующим развитию подвижных игр, спортивных игр, игр с элементами спорта, как на участке, так и в группе. Стимулом самостоятельной двигательной-игровой деятельности детей всех возрастов служит, прежде всего, наличие в группе или на участке различных игрушек, мелких и крупных физкультурных пособий. Необходимо выносить на участок игрушки и мелкие физкультурные пособия (кольца для переступания, кольца для метания, палки, флажки, обручи, мячи, ленты, скакалки и т.д.).

При организации двигательной-игровой деятельности в условиях группы существует проблема. Дети не очень умеют правильно организовать самостоятельную деятельность, где пространство ограничено. Чтобы детям был интересен и доступен данный вид деятельности эту проблему можно решить с помощью наполняемости развивающей предметно-пространственной среды. Для этого воспитателям было необходимо оборудовать физкультурные уголки, обеспечить наличие различных игрушек, мелких и крупных физкультурных пособий.

Мы считаем, что положительный результат процесса формирования двигательного опыта возможен только при поддержке родителей, поэтому мы организовали работу с родителями. Сначала мы выявили степень осведомленности родителей в вопросах оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду. Затем мы познакомили родителей с данными о состоянии детей и задачах по формированию двигательной активности детей в условиях детского сада и семьи. Включали родителей в организацию физкультурно-спортивных праздников и развлечений.

Таким образом, в процессе апробации педагогических условий у старших дошкольников в режимных моментах формировались и совершенствовались двигательные способности: ловкость, быстрота, выносливость, развивались двигательная активность, самостоятельность в

организации подвижных игр, инициативность, доброжелательные взаимоотношения со сверстниками, формировался и обогащался двигательно-игровой опыт дошкольников.

2.3. Методические рекомендации по развитию двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах

Цель контрольного этапа опытно-экспериментальной работы – анализ опытно-экспериментальной работы и разработка методических рекомендаций по развитию двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

Задачи формирующего этапа опытно-экспериментальной работы:

1. Выявить динамику развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста.

2. Разработать методические рекомендации по развитию двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

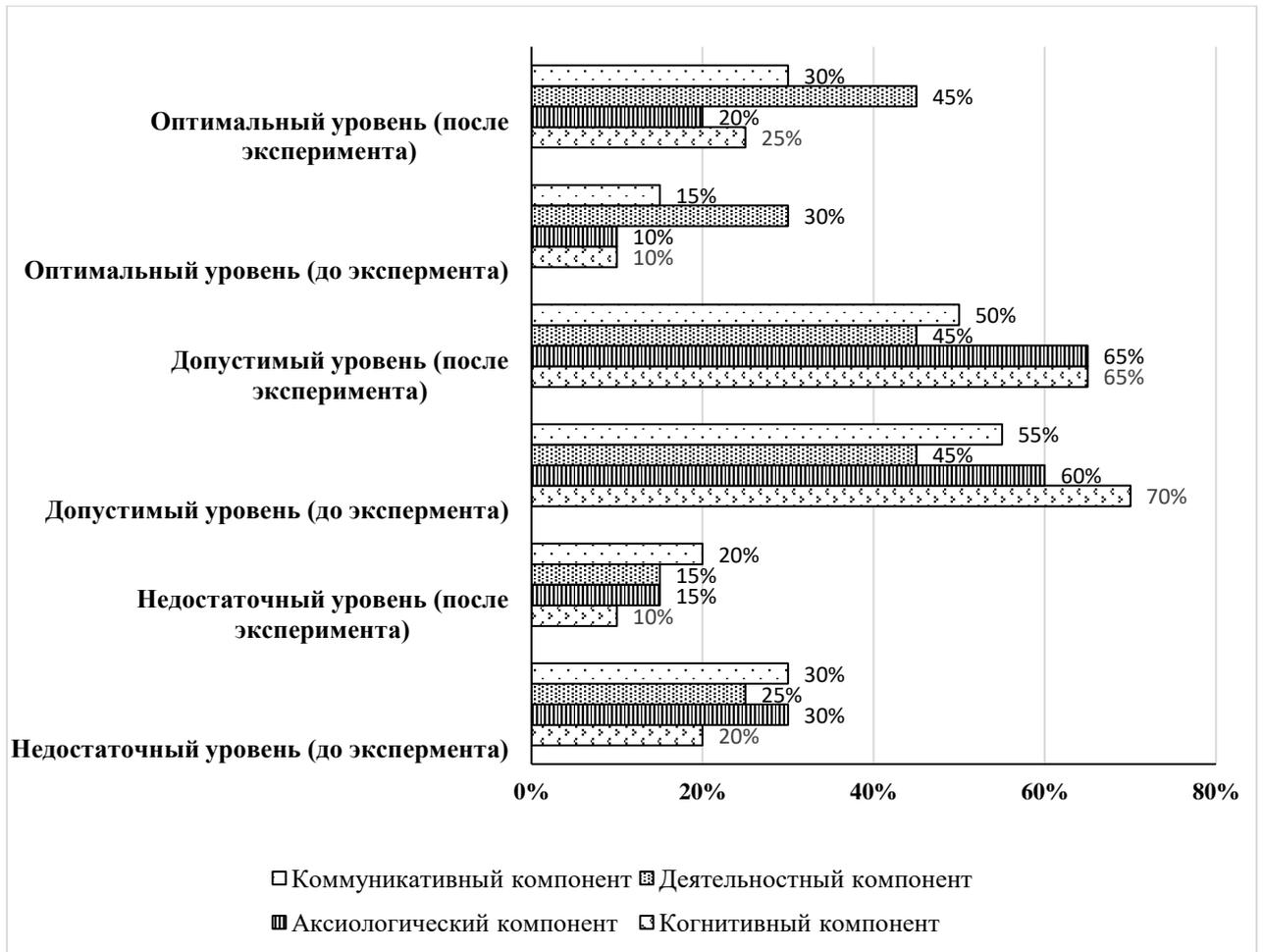
Мы повторно провели обследование уровня развития двигательно-игрового опыта у детей старшего дошкольного возраста. Полученные данные отражены в табл. 2.4. и на рис. 2.2.

Таблица 2.4.

Уровень развития двигательно-игрового опыта у детей старшего дошкольного возраста (контрольный этап эксперимента)

Показатели	Оптимальный уровень		Допустимый уровень		Недостаточный уровень	
	Количество детей					
	1*	2*	1*	2*	1*	2*
Когнитивный компонент	2 (10%)	5 (25%)	14 (70%)	13 (65%)	4 (20%)	2 (10%)
Аксиологический компонент	2 (10%)	4 (20%)	12 (60%)	13 (65%)	6 (30%)	3 (15%)
Деятельностный компонент	6 (30%)	9 (45%)	9 (45%)	9 (45%)	5 (25%)	3 (15%)
Коммуникативный компонент	3 (15%)	6 (30%)	11 (55%)	10 (50%)	6 (30%)	4 (20%)

1 – до эксперимента, 2 – после эксперимента.



Таким образом, мы видим динамику развития компонентов двигательного опыта у детей дошкольного возраста:

- когнитивный компонент двигательного опыта: показатели оптимального уровня выросли с 10% до 25%, показатели допустимого уровня снизились с 70% до 65%, снизились показатели недостаточного уровня когнитивного компонента двигательного опыта с 20% до 10%;

- аксиологический компонент двигательного опыта: показатели оптимального уровня изменились с 10% до 20%, показатели допустимого уровня повысились с 60% до 65%, снизились показатели недостаточного уровня с 30% до 15%;

- деятельностный компонент двигательного опыта: показатели оптимального уровня увеличились с 30% до 45%, показатели допустимого уровня остались на уровне 45%, снизились показатели недостаточного уровня с 25% до 15%;

- коммуникативный компонент двигательного-игрового опыта: показатели оптимального уровня изменились с 15% до 30%, показатели допустимого уровня снизились с 55% до 50%, показатели недостаточного уровня изменились с 30% до 20%.

На основании теоретического исследования и опытно-практической работы нами были составлены методические рекомендации по развитию двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

1. Необходимо использовать различные методы способствующие развитию двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах:

1) Сказка-беседа, чтение стихотворений или отрывков из детской художественной литературы, использование пословиц, поговорок, потешек, помогающих осмысливанию поставленных перед детьми задач и сознательному выполнению двигательных упражнений, самостоятельному их применению в различных ситуациях.

2) Рассматривание иллюстраций или репродукций картин по теме. В связи с вызванными сильными впечатлениями дети проявляли эмоционально-личностное отношение к событиям, что обеспечивало яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений и способствовало поддержанию интереса к двигательной деятельности на протяжении всего занятия.

3) Игровые занятия по перевоплощению в данный образ по теме занятия (превращение в каких-либо персонажей), создание музыкальной композиции образа («Полет шмеля», «Извержение вулкана») под соответствующее музыкальное сопровождение или воспроизведение образа в изобразительно-иллюстративном виде. Игровые задания на придумывание дальнейшего плана действий и подвижных игр по тематике занятия.

4) Практический метод, обеспечивающий действенную проверку правильности восприятия ребенком движений в образной форме или с использованием элементов соревнования.

2. В процессе развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах воспитателю необходимо использовать различные виды педагогической помощи:

– стимулирующая помощь (воздействие взрослого, направленное на активизацию собственных возможностей ребенка для преодоления затруднений);

– эмоционально-регулирующая помощь (оценочные суждения взрослого, одобряющие действия ребенка);

– направляющая помощь (такая организация деятельности ребенка, при которой все компоненты осуществляются им самостоятельно, взрослый лишь направляет ориентировку ребенка);

– организующая помощь (исполнительская часть деятельности осуществляется ребенком, планирование и контроль – воспитателем, при этом планирование и контроль со стороны взрослого лишь указывают последовательность действий, а содержание каждого этапа работы, оценка правильности выполнения производятся самим ребенком);

– обучающая помощь (т.е. обучение ребенка новому для него способу действия, показ или непосредственное указание, что и как надо делать).

Педагогическая помощь, оказываемая в ходе проведения занятий, позволяет дошкольнику активно участвовать в непосредственно образовательной деятельности чувствовать себя свободно, не бояться затруднений, не испытывать замешательства и неловкости, активно познавать окружающий мир, реализовать свои потенциальные возможности, личностные резервы, обеспечивающие развитие двигательной активности, активизировать общение взрослого с ребенком.

3. В процессе развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах следует учитывать большую самостоятельность детей в организации подвижных игр, давать им возможность проявить свои знания, способности, всячески поддерживать и поощрять организацию игр самими детьми.

Организация детей на игру может проходить по-разному, но не должна слишком затягиваться, чтобы не пропал интерес к игре. С детьми можно заранее договориться, что на прогулке будет игра, и условиться о сигнале для сбора на игру; можно предложить дежурному или нескольким детям известить остальных о начале игры или избрать другие приемы в зависимости от того, когда она проводится.

При организации подвижных и спортивных игр воспитатель должен стараться найти более подходящий момент для групповой подвижной игры, не нарушая творческих игр детей; подвижные игры для небольших групп можно организовывать в течение всей прогулки с детьми, в данный момент не занятыми какой-либо другой деятельностью. В задачу воспитателя входит и наблюдение за состоянием детей в игре, которое зависит от степени физической и психомоторной нагрузки. Необходимо регулировать чередование активных действий и отдыха, своевременно давать сигналы к смене действий и вовремя переключать играющих на другую игру. По окончании игры (сразу или позже) целесообразно в непринуждённой беседе поговорить с детьми о результатах, о том, кто как играл.

4. Организуя взаимодействие с семьей по вопросам двигательной активности детей, можно использовать следующие формы работы: совместный досуг с родителями; проведение мастер-класса для родителей («Волшебная дорожка» по изготовлению массажных ковриков); Дни открытых дверей для родителей; распространение среди родителей буклетов по теме «Игры с детьми» и др.; совместные физкультурно-оздоровительные праздники и развлечения; тематические родительские собрания.

Таким образом, составленные нами методические рекомендации по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах, которые можно использовать в практике работы воспитателей для решения задач двигательного развития детей дошкольного возраста.

Вывод по второй главе

1. На констатирующем этапе эксперимента мы провели диагностику уровня развития двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста. Для достижения поставленной цели мы выбрали диагностический материал для выявления уровня развития двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста, определили исходный уровень развития двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста и проанализировали работу воспитателей по развитию двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста.

2. На формирующем этапе эксперимента мы решали следующие задачи: содействовали двигательной активности детей старшего дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов, формировали двигательные способности детей старшего дошкольного возраста: ловкость, быстроту, координацию движений, гибкость, силу, выносливость. Нами был спланирован оптимальный двигательный режим детей старшего дошкольного возраста в детском саду.

3. На контрольном этапе эксперимента целью нашей работы являлся анализ опытно-экспериментальной работы и разработка методических рекомендаций по развитию двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах. Для этого мы выявили динамику развития двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста, при этом результаты контрольного этапа эксперимента подтвердили гипотезу нашего исследования. На основании анализа данных эксперимента мы разработали методические рекомендации по развитию двигательного-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В соответствии с актуальностью проблемы исследования и поставленными задачами мы провели теоретический анализ научных публикаций и организовали опытно-экспериментальную работу. В процессе исследования мы решили следующие задачи.

Мы выявили, что двигательно-игровой опыт – это совокупность освоенных двигательных действий ребенка и способов их применения, элементарных знаний о содержании и правилах спортивных игр, эмоционально-ценностного отношения к этому виду деятельности, способности детей к взаимодействию в процессе освоения спортивных игр и способности к осуществлению взаимодействия субъектов игровой деятельности. Сущность двигательно-игрового опыта заключается в том, что он, являясь составной частью социального опыта, формируется в результате деятельности самого ребенка в процессе его взаимодействия с окружающими его взрослыми и детьми. Структура двигательно-игрового опыта включает аксиологический, когнитивный, деятельностный и коммуникативный компоненты.

В процессе исследования мы рассмотрели процесс организации режимных моментов в образовательном процессе детского сада и пришли к выводу, что режимные моменты – это компоненты режима дня в дошкольной образовательной организации. Режимные моменты дополняют и обогащают друг друга, обеспечивают включение детей в двигательно-игровую деятельность в течение всего времени пребывания в детском саду

В своей работе мы теоретически выявили, обосновали и апробировали в практике детского сада педагогические условия развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах. На констатирующем этапе эксперимента мы провели диагностику уровня развития двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста. На формирующем этапе эксперимента мы апробировали условия развития

двигательно-игрового опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах, отраженные в содержании работы с детьми, родителями и воспитателями. На контрольном этапе эксперимента мы проанализировали результаты опытно-экспериментальной работы.

Динамика развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах подтвердила гипотезу исследования, согласно которой эффективность процесса развития двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах определена следующими педагогическими условиями:

- содействие двигательной активности детей дошкольного возраста с учетом потенциала режимных моментов;
- формирование двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, координации движений, гибкости, силы, выносливости;
- организация оптимального двигательного режима дошкольников в детском саду.

На основании опытно-экспериментальной работы мы разработали методические рекомендации по развитию двигательного опыта у детей дошкольного возраста в режимных моментах.

Таким образом, в ходе педагогического эксперимента поставленные перед нами задачи исследования были решены, гипотеза нашла свое подтверждение.

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. – 132 с.
2. Абдульманова Л.В. Развитие основ физической культуры детей 4-7 лет в парадигме культуросообразного образования: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.07. – Ростов на Дону, 2006. – 42 с.
3. Аксенов В.П. Развитие двигательных способностей старших дошкольников / В.П. Аксенов, Ю.И. Родин: учебное пособие. – Тула, 2011. – 120 с.
4. Арсентьева В.П. Игра – ведущий вид деятельности в дошкольном детстве: учебное пособие. – М.: ФОРУМ, 2012. – 144 с.
5. Вальтер И.В. Образовательная деятельность в режимных моментах в соответствии с ФГОС ДО // Международный научный журнал «символ науки». – 2016. – №2. – С.83-86.
6. Васюкова Н.Е., Родина Н.М. Организация образовательной деятельности в режимные моменты: современные подходы // Детский сад: теория и практика. – 2013. – № 2. – С.6-15.
7. Волосникова Т.В. Физическая культура в системе управления оздоровлением дошкольников в экологических условиях мегаполиса: автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. – Санкт-Петербург, 2011. – 44 с.
8. Волошина Л.Н. Выходи играть во двор. Парциальная программа по физическому развитию дошкольников. – Белгород: Изд. БелИРО, 2017. – 51 с.
9. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет: программа, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах / Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. – М.: Вентана-Граф, 2015. – 224 с.
10. Волошина Л.Н. К здоровью – вместе! Программа и методические рекомендации по организации взаимодействия педагогов детского сада и

- родителей в реализации образовательных областей «Физическое развитие» и «Социальное развитие»: учебное пособие. – Белгород: ПОЛИТЕРРА, 2015. – 107 с.
11. Волошина Л.Н., Галимская О.Г. Двигательная деятельность как источник социального опыта дошкольника: Монография. – Белгород: ГИК, 2017. – 180 с.
12. Волошина Л.Н., Галимская О.Г. Обогащение двигательного опыта дошкольников в детско-взрослом взаимодействии в спортивных играх // Дошкольное воспитание. – 2019. – №1. – С. 45-50.
13. Галимская О.Г. Формирование двигательно-игрового опыта старших дошкольников посредством спортивных игр: диссертация ... кандидата Педагогических наук: 13.00.04; [Место защиты: ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»], 2018. – 195 с.
14. Германов Г.Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры: учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2018. – 224 с.
15. Головина Б. Методические подсказки по ФГОС ДО: книга для воспитателей – М.: «Издательские решения», 2016. – 25 с.
16. Голубева Г.Н. Формирование двигательного режима ребенка до 6 лет: монография. – М.: Теория и практика физической культуры и спорта, 2006. – 124 с.
17. Горшкова Е.В. Методы эмоционально-двигательной психотехники для детей: развитие невербального общения // Справочник педагога-психолога. Детский сад. – 2016. – № 5. – С. 15-25.
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. Ефименко Н.Н. Двигательно-игровая деятельность. Сценарий игр-занятий. 6-7 лет. Учебно-методическое пособие. ФГОС. – М.: Дрофа, 2014. – 141 с.
22. Жданова Т.Н. Предметно-развивающая среда для развития двигательной активности детей дошкольного возраста // URL: <https://www.vospitatelds.ru/categories/2/articles/223>
23. Зебзеева В.А. Организация и планирование режимных процессов в дошкольных образовательных организациях. – М.-Берлин: Директ-Медиа, 2015. – 135 с.
24. Зебзеева В.А. Организация режимных процессов в ДОО. – М.: Творческий Центр «Сфера», 2007. – 80 с.
25. Зинченко О.Ю. Дифференцированная методика общей и специальной подготовки теннисистов семилетнего возраста на основе учета их двигательного опыта : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. – Хабаровск, 2006. – 24 с.
26. Катаева Н.Ф., Мишанина В.И. Образовательный потенциал режимных моментов в воспитании детей дошкольного возраста // Международный студенческий научный вестник. – 2016. – № 5-2. // URL: <http://www.eduherald.ru/ru/article/view?id=15646>
27. Краткий психологический словарь / Л.А. Карпенко, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1998. – 468 с.
28. Левина Т.А. Организация двигательной активности старших дошкольников в течение дня // URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-dvigatelnoy-aktivnosti-starshih-doshkolnikov-v-techenie-dnya>
29. Лямцева И.В. Пути оптимизации двигательной деятельности детей // Молодой ученый. – 2015. – №2. – С. 104-106 // URL

<https://moluch.ru/archive/82/14977/>

- 30.Макарова Л.И. Физиолого-гигиенические принципы организации режима дня и учебного процесса в образовательных организациях: учебное пособие / Л.И. Макарова, И.Г. Погорелова; ГБОУ ВПО ИГМУ Минздрава России, Кафедра коммунальной гигиены и гигиены детей и подростков. – Иркутск: ИГМУ, 2016. – 52 с.
- 31.Маттис О.И. Обогащение двигательного опыта в играх с предметами // Вопросы дошкольной педагогики. – 2017. – №2. – С. 65-66. // URL <https://moluch.ru/th/1/archive/54/2023/>
- 32.Микляева Н.В. Физическое развитие дошкольников. Ч.2. Формирование двигательного опыта и физических качеств. – М.: Сфера, 2015. – 176 с.
- 33.Михайлова Н.В., Ильина М.О. Воспитание двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста в процессе физкультурно-спортивной деятельности // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 13. – С. 160-163 // URL: <http://e-koncept.ru/2017/770302.htm>
- 34.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.
- 35.Петренкина Н.Л. Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. – Санкт-Петербург, 2004. – 157 с.
- 36.Поварницына Е.А. Нетрадиционный подход к физкультурным занятиям с детьми младшего дошкольного возраста на основе здоровьесберегающей технологии, повторяющей логику онтогенеза // Молодой ученый. – 2016. – №12.6. – С. 99-102. // URL <https://moluch.ru/archive/116/32021/>
- 37.Позднякова Г.П. Двигательная активность как условие и фактор развития субъектности детей дошкольного возраста: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. – М., 2006 – 137 с.
- 38.Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю., Краснова Р.С. Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни. – М.: ТЦ Сфера, 2013 – 128 с.

39. Попова Л.Г. Интеграция образовательной области «Физическое развитие» в условиях реализации ФГОС дошкольного образования // URL: <https://www.vospitatelds.ru/categories/2/articles/223>
40. Потапова А.З. Игра как средство расширения двигательного опыта и укрепления здоровья детей с нарушениями слуха // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 25. – С. 235-240. // URL: <http://e-koncept.ru/2017/770566.htm>.
41. Раскова Г.В., Власова Т.А., Иванова Ж.Н. Развитие двигательных способностей детей дошкольного возраста // URL: https://www.adou.ru/conference_notes/102
42. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика-Синтез, 2002. – 255 с.
43. Савенок Л.М. Развитие двигательной активности детей старшего дошкольного возраста // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т.46. – С.333-337. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/76542.htm>.
44. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13) // URL: <http://meganorm.ru/Index2/1/4293780/4293780935.htm>
45. Сидорова М.В. Развитие двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста в процессе моделирования игровой деятельности: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – Тула, 2006. – 131 с.
46. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – 2-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2006 – 368 с.
47. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17.10.2013 г. // URL: http://www.firo.ru/?page_id=11003
48. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской

- Федерации» (29 декабря 2012 г.) // URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_173432/
49. Физическая культура и спорт: словарь основных терминов / сост. Я.К. Якубовский. – Владивосток, 2007. – 180 с.
50. Филиппова Е.Р. Презентация авторской программы развития двигательного опыта ребенка 4-5 года жизни при проведении режимных моментов // Инновационные технологии в науке и образовании: материалы Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 15 мая 2015 г.) / редкол.: О.Н. Широков [и др.] – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. – С. 197-198.
51. Фомин Н.А. Вавилов Ю.В. Физиологические основы двигательной активности. – М., 1991. – 224 с.
52. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. Пособие для воспитателей. – М.: Просвещение, 1986. – 160 с.
53. Хабарова Т.В. Развитие двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста в процессе физкультурно-спортивной деятельности в условиях Крайнего Севера: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.02. – Тобольск, 2010. – 215 с.
54. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2003. – 450 с.
55. Шляхова Н.С., Абдульманова Л.В. Педагогические условия формирования двигательного опыта у детей старшего дошкольного возраста // URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskie-usloviya-formirovaniya-dvigatel'nogo-opyta-u-detey-starshego-doshkol'nogo-vozrasta>
56. 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.