**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад общеразвивающего вида № 328» городского округа Самара**

|  |
| --- |
| **РОССИЯ, 443076, г. САМАРА, ул. ПАРТИЗАНСКАЯ, д. 204,**  **тел./факс: (846)261 87 30 e-mail:** [**mdou328@mail.ru**](mailto:mdou328@mail.ru) |

**Консультация для воспитателей**

**«Влияние использования разных форм работы по физическому воспитанию на развитие физических качеств дошкольников».**

Подготовила

Инструктор по физической культуре

Болгова Г.А.

Самара

Правильное физическое воспитание детей – одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития.

Крайне важно организовывать занятия физической культурой именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечить в дальнейшем всестороннее гармоническое развитие личности.

 Положительные эмоции, эмоциональная насыщенность занятий являются основными условиями при обучении детей движениям. Заинтересованность положительно действует на двигательную активность детей, особенно малоподвижных и инертных. Освоение движений хорошо влияет на развитие речи ребенка и на его мышление.

Именно в детском возрасте формируются жизненно важные базовые навыки и умения, создается фундамент двигательного опыта, осваивается азбука движений, из элементов которой в последствии формируется вся двигательная деятельность.

С ростом ребенка под воздействием окружающих его взрослых быстро расширяется круг доступных движений. При этом время появления и дальнейшего совершенствования физических качеств обусловлено уровнем развития двигательного умения, без которого оно не может быть выполнено.

Двигательные умения тесно связаны с двигательными качествами, основные из которых – ловкость, быстрота, сила, выносливость. Связь эта взаимная. Чем шире, богаче арсенал движений, тем легче ребенку добиться успеха в двигательной деятельности.

Для двигательных качеств характерно то, что каждое из них может проявляться в разных движениях, но иметь один и тот же показатель. Так, способность к быстроте необходима в беге, езде на велосипеде, ходьбе на лыжах, в подвижных играх, требующих быстрой реакции, быстрых ответных движений.

Физическое воспитание детей непрерывно развивается и обогащается новыми знаниями, получаемыми в результате исследований, охватывающих многообразные стороны воспитания детей.

Исследуемая проблема нашла отражение в фундаментальных трудах Н. А. Бернштейна, В.С. Фарфеля, Э.Я. Степаненковой. Эти педагоги рассматривали развитие физических качеств в разных аспектах. Но исследования данной проблемы продолжаются на современном этапе.

Проблема исследования: использование разных форм работы по физическому воспитанию для развития физических качеств.

Цель исследования: определить зависимость развития физических качеств от использования разных форм работы.

Объект исследования: процесс развития физических качеств у детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: особенности использования разных форм работы для развития физических качеств.

Гипотеза исследования: развитие физических качеств детей дошкольного возраста будет эффективным, если воспитатель использует в режиме дня разные формы работы.

Для достижения поставленной в работе цели, были выдвинуты следующие задачи:

1. На основе теоретического изучения педагогической литературы раскрыть характеристику основных этапов обучения.
2. Изучить методику развития психофизических качеств.
3. Провести экспериментальную проверку развития уровня физической подготовленности детей подготовительной группы.
4. Разработать рекомендации воспитателям ДОУ по развитию психофизических качеств детей дошкольного возраста.

Практическая значимость: методика исследования может быть использована руководителями физического воспитания, воспитателями ДОУ в диагностической работе.

ГЛАВА 1. «ЭТАПЫ ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКИМ КАЧЕСТВАМ». В этой главе раскрывается характеристика основных этапов обучения. Представлена методика углубленного разучивания движений и методика закрепления и совершенствования движений. Описана роль сознания и эмоций при обучении детей движениями.

ГЛАВА 2. «МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ». Здесь речь идет о таких психофизических качествах как сила, быстрота, выносливость, гибкость и ловкость. Поскольку физические качества формируются у ребенка комплексно, то развитие одного из качеств, способствует улучшению других физических качеств. Развитие этих качеств имеет ряд особенностей и закономерностей, которые определяются морфологической, функциональной зрелостью детского организма, своеобразием реагирования на физическую нагрузку.

ГЛАВА 3. «ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА». Теоретический анализ проблемы показал, что успешность формирования и развития физических качеств определяется системностью физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении. Важнейшим условием развития физических качеств старших дошкольников является использование разнообразных форм работы на занятиях.

Цель опытно-экспериментальной работы: определить зависимость развития физических качеств детей дошкольного возраста от использования разных форм работы.

Методы исследования:

-анкетирование

-диагностика

-наблюдение

-моделирование

-анализ.

Время проведения: сентябрь 2013- апрель 2014г.

Место проведения: МДОБУ детский сад № 12 г. Нефтекамск, подготовительная к школе группа.

Опытно-экспериментальная работа проведена в 3 этапа: констатирующего, формирующего и контрольного эксперимента.

На первом этапе констатирующего эксперимента было проведено анкетирование с родителями детей контрольной и экспериментальной группе по методике Н.Н.Кожуховой с целью выявления отношения к физической культуре и спорту в семье.

Используя критерии оценки, было выявлено отношение родителей к физической культуре. Анализ анкет показал, что к спорту все родители относятся положительно. Знают в основном такие виды спорта, как футбол, волейбол, хоккей, плавание, теннис, фигурное катание, баскетбол, легкая атлетика, гимнастика и другие. Половина из опрошенных самостоятельно занимаются спортом и делают зарядку, а другая половина предпочитает проводить время лежа на диване. Но к успехам своего ребенка по физическому воспитанию все родители проявляют интерес, также они уверены, что физические упражнения помогают укреплению здоровья.

Далее, с целью изучения физической подготовленности детей, была проведена диагностика согласно Нормативным показателям физического развития и подготовленности детей дошкольного возраста в Республике Башкортостан, утвержденным распоряжением Кабинета Министров РБ с детьми подготовительной группы, разделив на две подгруппы, контрольную и экспериментальную. Диагностика осуществлялась в начале образовательного периода (сентябрь) и повторная в конце учебного года (апрель, май).

При определении скоростных способностей контрольным упражнением являлся бег. В экспериментальной группе средний уровень у 80 % детей. В контрольной группе средний уровень у всех детей. В сентябре месяце ни экспериментальной, ни в контрольной группах не было высоких показателей. По результатам проведенной работы была составлена диаграмма.

При определении координационных способностей контрольным упражнением являлся дальность броска мешочка с песком правой и левой рукой. В начале года при метании мешочка вдаль правой рукой 60% детей экспериментальной группы и 20% детей контрольной группы показали высокий уровень, левой рукой 20 % детей в той и другой группах имеют высокие показатели. По результатам проведенной работы была составлена диаграмма.

При определении скоростно-силовых способностей контрольным упражнением являются прыжки в длину с места. В экспериментальной группе высокий уровень у 40 % детей, у 60 % - средний уровень. В контрольной группе дети показали средний уровень подготовленности. По результатам проведенной работы была составлена диаграмма.

При определении гибкости контрольным упражнением являлся наклон вперед из положения сидя. В экспериментальной группе высокий и низкий уровень у 20% детей, у остальных средний уровень. В контрольной группе дети высокий уровень показать не смогли, а низкий уровень гибкости у 40 % детей. По результатам проведенной работы была составлена диаграмма.

Результаты проведенной экспериментальной работы показала, что детей с высоким уровнем скоростных, координационных, скоростно-силовых способностей, выносливости и гибкости очень мало. Поэтому с детьми необходимо вести работу по развитию физических качеств, используя разные формы работы.

Следующим этапом опытно - экспериментальной работы было проведение формирующего эксперимента. Работа проводилась с детьми экспериментальной группы. Были проведены: занятия, физкультурные минутки, подвижные игры, физкультурный досуг, игровые упражнения, так же была составлена консультация и ширмы передвижки для родителей.

Проведенная с детьми экспериментальной группы работа по формированию физических качеств в разных формах работы дала положительные результаты, улучшила показатели физических качеств, закрепила двигательные умения и навыки.

С целью подтверждения эффективности проведенного опытно – экспериментального исследования был проведен контрольный эксперимент. На этом этапе была проведена повторная диагностика с экспериментальной и контрольной группами детей.

При определении скоростных способностей в констатирующем эксперименте высокого уровня не было ни в экспериментальной, ни в контрольной группах, а в контрольном эксперименте высокий уровень показали 40 % детей экспериментальной группы и 20 % детей контрольной группы. По результатам диагностики была составлена диаграмма.

При определении координационных способностей в констатирующем эксперименте высокий уровень метания мешочка правой и левой рукой показали 20% детей в экспериментальной группе. В контрольном эксперименте произошли значительные изменения: высокий уровень правой рукой показали 80 % детей и левой рукой 60 % детей экспериментальной группы, а в контрольной группе высокие результаты достигли 20% детей. По результатам диагностики была составлена диаграмма.

В результате прыжка в длину в констатирующем эксперименте высокий уровень показали 40 % детей экспериментальной и никто в контрольной группе. В контрольном эксперименте высокий уровень показали 80 % детей экспериментальной группы и 20 % детей контрольной группы. По результатам диагностики была составлена диаграмма.

В результате наклона вперед из положения сидя для определения гибкости, также произошли изменения. В констатирующем эксперименте низкий уровень показали 20 % детей экспериментальной группы и 40 % детей контрольной группы. В контрольном эксперименте низкий уровень снизился, результаты стали лучше: в экспериментальной группе 0% и в контрольной группе уровень снизился до 20%.Высокий уровень гибкости показали 40% детей экспериментальной группы. По результатам диагностики была составлена диаграмма.

Таким образом, проанализировав результаты проведенной опытно – экспериментальной работы, можно сделать вывод, что в экспериментальной группе детей с высоким уровнем стало больше, чем в контрольной группе. Отсюда следует, что развитие физических качеств зависит от использования разных форм работы. Следовательно, цель работы достигнута, выдвинутая гипотеза доказана.