

УДК 796/799

ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

А. Н. Гайсёнок

(Детский сад № 54, Барановичи, Беларусь)

В данной статье отражена проблема формирования потребности в занятиях физической культурой у детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: физическая культура, педагог, потребность, мотивация, физические занятия, физическое воспитание, физические качества.

Основа любой деятельности ребёнка – движение. Но, на сегодняшний день мы замечаем значительное снижение двигательной активности детей. Сегодня, как никогда, в наш технический век, особенно важно развивать интерес ребёнка к физической культуре и спорту, вызвать желание выполнять физические упражнения самостоятельно и обучать доступным двигательным умениям и навыкам.

На сегодняшнее время, большинство детей испытывает «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже нормы. Исходя из этого, происходит снижение силы и работоспособности мускулатуры, тем самым увеличивается статистическая нагрузка на определённые группы мышц, что влечёт за собой нарушение функций организма. Поэтому с целью создания оптимального режима двигательной активности старших дошкольников необходимо вести поиск новых подходов для привлечения детей к занятиям физической культурой и спортом, развивая интерес к движению как жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым, тем самым формируя потребность в занятиях физической культурой.

Значение физкультурных занятий многогранно. Являясь элементом двигательного режима, занятия должны способствовать удовлетворению естественной биологической потребности детей в движении, тренировать системы и функции организма через оптимальные физические нагрузки. Кроме того, физические занятия являются основной формой обучения детей дошкольного возраста двигательным умениям и навыкам формирования физических качеств [1].

Неотъемлемой частью педагогической работы в дошкольном учреждении является охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование функций организма воспитанника и его полноценное физическое развитие. Ведь именно в период дошкольного возраста активно формируются двигательные навыки, происходит становление двигательных способностей и закладываются основы для их дальнейшего совершенствования, а также прививается интерес и любовь к физической культуре и спорту. Поэтому, с целью создания оптимального режима двигательной активности старших дошкольников необходимо уделять внимание повышению потребности в занятиях физической культурой.

Целью реализации учебной программы является разностороннее развитие личности воспитанника раннего и дошкольного возраста

(в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями, способностями и потребностями), формирование у него нравственных норм, компетенций, необходимых для приобретения социального опыта, подготовка к продолжению образования.

Одной из главных задач реализации учебной программы является формирование культуры здоровья, физической культуры личности ребёнка [2].

Направление «Физическое развитие» включает содержание, которое обеспечивает гармоничное физическое развитие детей и предусматривает формирование культуры здоровья (первичных ценностных представлений о здоровье, здоровом образе жизни человека), физической культуры ребёнка (формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и личностных качеств, воспитание потребности в физическом совершенствовании) [2].

Основной формой обучения дошкольников движениям являются физкультурные занятия. Физкультурные занятия – основная форма систематического обучения дошкольников физическим упражнениям. Значение занятий заключается в систематическом осуществлении оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, в комплексном формировании культуры движений.

Обычно потребность воспитанника определяют как необходимость выполнять какую-либо деятельность. Если потребность осознаётся воспитанником, то у него возникает побудительная сила к действию, то есть, мотив. Воспитание потребностей и мотивов – это единый педагогический процесс. Воспитывая мотивы к занятиям физической культурой, в итоге формируют потребности детей и, наоборот, удовлетворяют потребности, а также воспитывают положительную мотивацию к занятиям физической культурой.

Потребность в физической культуре – главная побудительная, направляющая и регулирующая сила поведения личности. Они имеют широкий спектр: потребность в движениях и физических нагрузках, в общении, контактах и проведении свободного времени в кругу друзей, в играх, развлечениях, отдыхе, эмоциональной разрядке; в самоутверждении, укреплении позиции Я; в познании; в эстетическом наслаждении; в улучшении качества физкультурно-спортивных занятий.

Потребность также тесно связана с эмоциями – направляющая и регулирующая сила поведения личности (переживания, ощущение приятного и неприятного, удовольствие или неудовольствие). Формирова-

ние интереса к любому виду деятельности зависит от эмоционального насыщения данной деятельности. Если физическая активность вызывает у дошкольника какие-либо эмоции, если она заставляет его испытать радость, восторг, удовлетворяет его потребности, то ребёнок будет стремиться к регулярной физической активности. Если эмоциональной активности на занятиях у ребенка не возникает, то ему неинтересно заниматься данной деятельностью.

Чтобы вовлечь дошкольника в физическую деятельность, насытить её эмоциональным компонентом, необходимо использовать следующие приёмы воспитательной деятельности: использование игровой деятельности в качестве основной формы обучения и развития дошкольников (физические упражнения, предложенные в игровой форме, займут устойчивую позицию на занятиях физической культурой); немаловажно создание предметно-развивающей среды (она должна моделировать деятельность дошкольников и различные ситуации, а также физическую деятельность); вариативность физической активности (нельзя использовать одну форму физической деятельности, занятия должны быть разнообразными и увлекательными, с использованием различных атрибутов); должна быть простота и доступность физической деятельности (физические упражнения должны находиться в соответствии с уровнем развития дошкольника, его возрастными физиологическими возможностями; объяснять их выполнение необходимо наглядным примером, доступным языком); выявление педагогом предпочтения детей в физической деятельности и физических упражнениях; диагностирование эмоционального состояния дошкольников в ходе выполнения физических упражнений (это помогает пересмотреть методы и приёмы организации занятия, мотивировать к нему на подготовительном этапе). Практический опыт педагогов показывает, что интерес старших дошкольников к физическим упражнениям можно развивать путём применения форм организации физкультурных занятий.

Педагогу необходимо строить учебно-воспитательный процесс на основе составляющих: 1) создание мотивации закрепления и использования знаний на практике у дошкольников; 2) создание благоприятной психологической атмосферы и эмоционального настроения (спокойный и доброжелательный тон речи педагога, обеспечение успешности для каждого ребенка); 3) смена и чередование видов деятельности с уче-

том быстрой утомляемости детей; 4) развивающий характер заданий; 5) индивидуальный подход с учётом возрастных и психологических особенностей каждого ребенка; 6) получение положительных эмоций в процессе выполнения физических упражнений. Особое внимание педагогу следует обратить на отстающих воспитанников, так как именно они чаще всего теряют интерес к занятиям.

В основе формирования потребности к занятиям физической культурой детей старшего дошкольного возраста относятся: потребность в активной деятельности, потребность в общении и совместной деятельности, самоутверждение в коллективе.

Для удовлетворения потребности в активной двигательной деятельности, занятия должны быть построены таким образом, чтобы они были насыщены интересными приёмами и формами разнообразных физических упражнений. Также следует периодически менять комплексы общеразвивающих упражнений, использовать различный спортивный инвентарь, подвижные игры, спортивные развлечения. Педагог сможет сформировать у детей потребность в занятиях физической культурой, если будет применять разнообразные формы и методы работы, такие как занятия ритмической гимнастикой, детским фитнесом, танцами, музыкой, опорными схемами, стретчингом, аэробикой и др.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод: для достижения наилучших результатов в формировании двигательных навыков обучение на физкультурных занятиях должно осуществляться в определённой системе и последовательности. Для того чтобы накопить организму силы и в дальнейшем обеспечить не только полноценное физическое, но и разностороннее развитие личности и сформировать потребность у детей старшего дошкольного возраста в занятиях физической культуры, крайне важно правильно организовать работу в этом направлении. Чтобы успешно решать основные задачи физического воспитания, воспитывать потребность детей в физических занятиях, педагог должен владеть необходимым объёмом знаний о месте физической культуры в здоровом образе жизни и способах сохранения здоровья, об анатомо-физиологических и психологических особенностях функционирования детского организма, методическим инструментом проведения всех форм работы по физическому воспитанию.

И поэтому в совокупности различных форм и средств можно сформировать потребность в занятиях по физической культуре у дошкольников старшего дошкольного возраста.

Список использованной литературы

1. Дедулевич, М.Н. Физкультурные занятия с детьми в разновозрастной группе : пособие для педагогов учреждений дошк. образования / М.Н. Дедулевич. – Минск : Нац ин-т образования, 2016. – 192 с.
2. Учебная программа дошкольного образования (для учреждений дошкольного образования с русским языком обучения и воспитания) / М-во образования Респ. Беларусь, – Минск : НИО, 2023. – 380 с.

Электронный архив библиотеки МГУ имени А. А. Кулешова