КГОУ СПО «Красноярский педагогический колледж №2»

Факультет «Дошкольное образование»

ПЦК педагогических дисциплин

**ДИПЛОМНАЯ РАБОТА**

**ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СЕМЬИ ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ**

**(НА ПРИМЕРЕ МБДОУ Д/С №14 «ГНЕЗДЫШКО»)**

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение

Глава 1 Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме обучения детей старшего дошкольного возраста подвижным играм

* 1. Место и роль физической культуры в общей системе воспитания детей дошкольного возраста
  2. Система физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях: цели, задачи, средства
  3. Характеристика подвижной игры как средства физического воспитания детей дошкольного возраста

Глава 2 Формы взаимодействия ДОУ и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм

* 1. Новая философия взаимодействия ДОУ и семьи в современных условиях
  2. Описание форм взаимодействия ДОУ и семьи в современных условиях
  3. Формы взаимодействия руководителя физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм

Глава 3 Практическая часть. Формы взаимодействия руководителя физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм (на примере МБДОУ д/с №14 «Гнездышко»)

Заключение

Список используемой литературы

Приложение

**ВВЕДЕНИЕ**

Актуальность. Дошкольное детство - период в жизни человека, когда формируется здоровье, осуществляется развитие личности. В то же время в этот период ребёнок находится в полной зависимости от окружающих его взрослых - родителей, педагогов. Проблема эффективности развития и воспитания ребенка в период дошкольного детства относится к числу наиболее актуальных проблем дошкольной педагогики.

В соответствии с Законом «Об образовании» и Типовым положением о дошкольном образовательном учреждении одной из основных задач, стоящих перед детским садом, является «взаимодействие с семьёй для обеспечения полноценного развития ребёнка». Поэтому необходим активный курс на создание единого пространства развития ребёнка, как в ДОУ, так и в семье.

В детском возрасте формируются жизненно важные базовые, локомоторные навыки и умения, создается фундамент двигательного опыта, осваивается азбука движения, из элементов которой, в последствии формируется вся двигательная деятельность человека. Одним из определяющих факторов формирования здорового поколения, способного к активной деятельности, учению, труду, было и остается физическое воспитание.

Здоровое, красивое тело, красивые движения - результат правильного физического развития. Маленький человек не может сам себя развить - это задача взрослых. Подвижная игра является условием формирования двигательной активности детей, а также стимулирующим фактором развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер ребенка, становится очевидной необходимость интенсивной научной и практической разработки вопросов физического воспитания детей дошкольного возраста средствами подвижной игры.

Вместе с тем, анализ литературы свидетельствует, что традиции физического воспитания в современной семье изучены слабо, не рассматривается также вопрос об их влиянии на формирование у ребенка потребности в систематических занятиях физическими упражнениями. Кроме того, до сих пор открытым остается вопрос о ее роли и месте в целостной системе физкультурно-оздоровительной работы. Однако семья, как многогранная система в своем воздействии на формирование основ физической культуры ребенка имеет огромное влияние, что доказывается отечественными и зарубежными исследователями. Именно поэтому, проблема взаимодействия ДОУ с родителями, поиск эффективных форм и методов была, есть и будет актуальной. Особенно актуальной она становится, когда мы говорим об оздоровительной деятельности в семье.

Объект исследования: обучение детей старшего дошкольного возраста подвижной игре.

Предмет исследования: формы взаимодействия инструктора физического воспитания ДОУ и семьи в организации работы по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм.

Цель исследования: теоретическое и эмпирическое изучение, описание форм взаимодействия инструктора физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм.

Гипотеза исследования: мы предполагали, что активное взаимодействие семьи и инструктора физического воспитания ДОУ по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм содействует процессу правильного физического развития ребенка.

Для решения поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы решены следующие задачи:

* выявили место и роль физической культуры в общей системе воспитания детей дошкольного возраста;
* рассмотрели система физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях: цель, задачи, средства;
* охарактеризовали подвижную игру как средства физического воспитания детей дошкольного возраста;
* изучили формы взаимодействия ДОУ и семьи в современных условиях;
* описали формы взаимодействия руководителя физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм;
* организовали экспериментальную работу по выявлению эффективных форм взаимодействия руководителя физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм.

Применялись следующие теоретические и эмпирические методы исследования:

* анализ теоретической и научно-методической литературы по теме исследования;
* изучение и обобщение опыта работы ДОУ с семьей;
* сбор текущей информации через анкетирование, опрос, беседы;
* организация экспериментальной работы с использованием диагностических методик и их анализ.

Теоретической и методологической основой явились труды отечественных психологов и педагогов по проблемам детской игры.

Исследование проведено на базе МБДОУ д/с №14 «Гнездышко» г.Зеленогорска Красноярского края.

Практическая значимость: результаты исследования могут быть использованы воспитателями дошкольных учреждений в процессе сотрудничества с родителями воспитанников в целях укрепления их здоровья. Работа составлена из двух частей: теоретической и практической.

Структурно работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы и приложений. Общий объём работы составляет 60 страниц, список использованной литературы включает 32 источника.

**ГЛАВА 1 АНАЛИЗ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ**

**1.1 Место и роль физической культуры в общей системе воспитания детей дошкольного возраста**

Движения — естественный стимул жизнедеятельности организма, тренировка всех его систем и органов. Благодаря движению повышается общий жизненный тонус, возрастают работоспособность, выносливость, устойчивость к болезням. В первые семь лет жизни у детей формируются важнейшие двигательные навыки, закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности, создаются решающие предпосылки всестороннего развития личности.

Движение оказывает существенное влияние и на развитие интеллекта ребенка. Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него неустойчивое внимание, память. Именно в этот период осуществляются наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, закладывается база для всестороннего развития физических и духовных способностей.

Анализ научно-методической литературы, приведенной в конце работы многочисленные педагогические наблюдения показывают, что физическое воспитание – первая ступень комплексной системы воспитания дошкольников. Поэтому крайне важно организовывать занятия физической культурой именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечить в дальнейшем всестороннее гармоническое развитие личности.

Правильное физическое воспитание детей - одна из ведущих задач дошкольных учреждений, в процессе которого происходит знакомство с наиболее рациональными способами выполнения движений, положительно влияющих на работу всех органов и систем.

Теория физического воспитания детей дошкольного возраста, имея единое содержание и предмет изучения с общей теорией физического воспитания, вместе с тем специально изучает закономерности управления развитием ребенка в процессе его воспитания и обучения, учитывая возможности работоспособности организма, возникающие интересы и потребности, формы наглядно-действенного, наглядно-образного и логического мышления, своеобразии преобладающего вида деятельности, в связи с развитием которой происходят главнейшие изменения в психике ребенка и подготавливается переход ребенка к новой высшей ступени его развития. В соответствии с этим разрабатывается содержания всех форм организации физического воспитания и оптимальной педагогические условия его реализации.

Познавая и учитывая закономерности потенциальных возможностей ребенка каждого возрастного периода, теория физического воспитания предусматривает требования научно обоснованной программы всего воспитательно-образовательного комплекса физического воспитания (двигательные умения и навыки, физические качества, некоторые элементарные знания), усвоение которой обеспечивает детям необходимый уровень физической подготовленности для поступления в школу.

Физическое воспитание дошкольников - сложный процесс. Усвоение техники выполнения физических упражнений первоначально осуществляется на специально организованных физкультурных занятиях, но в дальнейшем ребенок использует эти движения в повседневной жизни, в самостоятельной деятельности, поэтому привычка действовать определенным образом успешно складывается только при тесном взаимодействии воспитателя по физической культуре, воспитателя группы и семьи [13; c.22].

Для того чтобы эта работа была эффективна, необходимо ясно представлять, какого рода отдача ожидается от каждого из них. При этом роль воспитателя по физической культуре представляется достаточно сложной и разнообразной. Предусматривается соблюдение строгой последовательности при усвоении детьми программы с учетом возрастных особенностей и возможности ребенка каждого периода его жизни, состояния нервной системы и всего организма в целом. Превышения требований, ускорение темпа обучения детей, минуя промежуточные звенья программы, следует считать недопустимым, так как это вызывает непосильное напряжение организма, наносящие вред здоровью и нервно-психическому развитию детей. Физическое воспитание в то же время комплексно решает задачи умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания. Во всех формах организации физического воспитания детей (занятия, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность и так далее) внимание руководителя физического воспитания направляется на воспитание сознательно действующего, в меру своих возрастных возможностей ребенка, успешно овладевающего двигательными навыками, умеющего ориентироваться в окружающем, активно преодолевать встречающееся трудности, проявляющего стремление к творческим поискам.

Теория физического воспитания детей дошкольного возраста непрерывно развивается и обогащается новыми знаниями, получаемыми в результате исследований, охватывающих многообразные стороны воспитания ребенка. Данные исследований, проверенные в массовой практике детских учреждений, вводятся в программы, учебные пособия, учебники и в практическую работу с детьми, содействуя прогрессу всего воспитательно-образовательного процесса. Осуществлять физическое воспитание детей, это значит[31; c.16]:

1. уметь анализировать и оценивать степень физического здоровья и двигательного развития детей;

2. формулировать задачи физического воспитания на определенный период (на пример, на учебный год) и определять первостепенные из них с учетом особенностей каждого из детей;

3. организовать процесс воспитания в определенной системе, выбирая наиболее целесообразные средства, формы и методы работы в конкретных условиях;

4. проектировать желаемый уровень конечного результата, предвидя трудности на пути к достижению целей;

5. сравнивать достигнутые результаты с исходными данными и поставленными задачами;

6. владеть самооценкой профессионального мастерства, постоянно совершенствуя его.

Таким образом, хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном учреждении должна быть нацелена на поиск резервов полноценного физического развития детей и формирование основ здорового образа жизни.

**1.2 Система физического воспитания в дошкольных учреждениях: цели, задачи, средства**

Система физического воспитания в дошкольных учреждениях представляет собой единство цели, задач, средств, форм и методов работы, направленных на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей [10; c.28]. Одновременно она является подсистемой, частью общегосударственной системы физического воспитания, которая помимо указанных компонентов включает так же учреждения и организации, осуществляющие и контролирующие физическое воспитание.

Физическое воспитание как система мероприятий, направленных на развитие растущего организма ребенка, его функций, является приоритетной для всей воспитательной работы с детьми в ДОУ. Каждое учреждение в зависимости от его специфики имеет свои конкретные направления в работе, отвечающие в целом государственным и общенародным интересам. Одним из направлений совершенствования системы физического воспитания детей является включение физической культуры в специально организованный педагогический процесс, который должен осуществляться грамотными специалистами - руководителями по физическому воспитанию.

Целью физического воспитания является формирование у детей основ здорового образа жизни. Организованные физкультурные занятия (как в детских садах, так и семье), свободная двигательная деятельность, когда ребенок во время прогулок играет, прыгает, бегает и т.п., улучшают деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, укрепляют опорно-двигательный аппарат, улучшают обмен веществ; повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма.

Через двигательную деятельность ребенок познает мир, развиваются его психические процессы, воля, самостоятельность. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие. Поэтому, если данный период будет упущен в плане грамотного физического воспитания, то в дальнейшем наверстать пробелы, устранить допущенные ошибки будет чрезвычайно трудно. В процессе физического воспитания осуществляются следующие задачи [8; c.11].

Оздоровительные задачи.

1. Повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания. С помощью разумно дозируемых оздоровительных факторов природы (солнечные, водные, воздушные процедуры) слабые защитные силы детского организма существенно возрастают. При этом повышается сопротивляемость простудным заболеваниям (ОРЗ, насморк, кашель и др.) и инфекционным болезням (ангина, корь, краснуха, грипп и др.).

2. Укрепление опорно-двигательного аппарата и формирование правильной осанки (т.е. удерживание рациональной позы во время всех видов деятельности). Важно обращать внимание на укрепление мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия, так как оно может существенно ограничить двигательную активность ребенка. Для гармоничного развития всех основных мышечных групп необходимо предусматривать упражнения на обе стороны тела, упражнять те группы мышц, которые в меньшей мере тренируются в повседневной жизни, упражнять слабые группы мышц. Необходимо также с ранних лет создавать у ребенка представление о правильной осанке. Действенным средством предупреждения нарушений осанки: сутулости, асимметрии плеч и лопаток, а также сколиозов (заболеваний позвоночника, вызываемых слабостью мышц спины и длительным пребыванием тела в физиологически неудобных положениях) — являются физические упражнения.

3. Содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов. Активная двигательная деятельность ребенка способствует укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, улучшению обменных процессов в организме, оптимизации пищеварения и теплорегуляции, предупреждению застойных явлений и т.д. Физическая культура, придавая естественному процессу становления форм и функций растущего организма оптимальный характер, создавая благоприятные для этого условия, содействует тем самым нормальному функционированию всех систем детского организма.

4. Воспитание физических способностей (координационных, скоростных и выносливости). В дошкольном возрасте процесс воспитания физических способностей не должен являться специально направленным по отношению к каждому из них. Наоборот, на основе принципа гармонического развития следует так подбирать средства, менять деятельность по содержанию и характеру и регулировать направленность двигательной активности, чтобы обеспечивалось комплексное воспитание всех физических способностей.

Образовательные задачи.

1. Формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков. В дошкольном возрасте вследствие высокой пластичности нервной системы довольно легко и быстро усваивают новые формы движений. Формирование двигательных умений осуществляется параллельно с физическим развитием.

2. Формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой. Детский возраст является наиболее благоприятным для формирования устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями. Но при этом необходимо соблюдать ряд условий. Прежде всего необходимо обеспечить посильность заданий, успешное выполнение которых будет стимулировать детей на более высокую активность. Постоянная оценка выполненных заданий, внимание и поощрение будут способствовать выработке положительной мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями. В процессе занятий необходимо сообщать детям элементарные физкультурные знания, развивая их интеллектуальные способности, что позволит расширить их познавательные возможности и умственный кругозор.

Воспитательные задачи.

1. Воспитание морально-волевых качеств (честности, решительности, смелости, настойчивости и др.).

2. Содействие умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.

Оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи, хотя и являются относительно самостоятельными, на самом деле теснейшим образом взаимосвязаны, а поэтому и решаться должны в обязательном единстве, в комплексе. Только в этом случае ребенок приобретает необходимую базу для дальнейшего всестороннего, не только физического, но и духовного развития.

Первые семь лет жизни ребенка характеризуются интенсивным развитием всех органов и систем. Ребенок рождается с определенными унаследованными биологическими свойствами, в том числе и типологическими особенностями основных нервных процессов (сила, уравновешенность и подвижность). Но эти особенности составляют лишь основу для дальнейшего физического и психического развития, а определяющим фактором с первых месяцев жизни является окружающая среда и воспитание ребенка. Поэтому очень важно создать такие условия и так организовать воспитание, чтобы было обеспечено бодрое, положительно эмоциональное состояние ребенка, полноценное физическое и психическое развитие.

Физическое воспитание благоприятствует и осуществлению эстетического воспитания. В процессе выполнения физических упражнений следует развивать способность воспринимать, испытывать эстетическое удовольствие, понимать и правильно оценивать красоту, изящество, выразительность движений. Дети также овладевают трудовыми навыками, связанными с оборудованием помещения (устройство ямы с песком для прыжков в длину, заливка катка и т.д.).

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются: гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения и другие методы. Полноценное физическое воспитание достигается при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по-разному влияет на организм человека.

Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, питания, сна и т.д.) составляет обязательное условие для решения задач физического воспитания. Они повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм занимающихся. Например, занятие физическими упражнениями лучше содействует развитию костной и мышечной системы. Чистота помещений, физкультурного инвентаря, игрушек, одежды, обуви служат профилактикой заболеваний. Гигиенические факторы имеют и самостоятельное значение: они способствуют нормальной работе всех органов и систем. Соблюдение твердого режима дня приучает к организованности, дисциплинированности и т.д.

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) усиливает положительное влияние физических упражнений на организм, и повышают работоспособность человека. В процессе занятий физическими упражнениями на воздухе при солнечных излучениях или в воде (плавание) возникает положительные эмоции, повышаются функциональные возможности отдельных органов и систем организма (больше потребляется кислорода, усиливается обмен веществ и т.д.). Кроме того, естественные силы природы могут использоваться и как самостоятельное средство. Вода применяется для очищения кожи, механического воздействия на тело человека. Воздух с лесов, садов, парков, содержащий особые вещества фитонциды, способствуют уничтожению микробов, обогащает кровь кислородом, благотворно влияет на организм человека. Солнечные лучи способствуют отложению витамина Д под кожей, убивает различные микробы и охраняет человека от заболевания рахитом. Для разностороннего влияния на организм следует принимать, целесообразно сочетая, все естественные силы природы [25; c.68].

Следовательно, можно полагать, что физические упражнения используются для решения задач физического воспитания, т.е. значительно повысят уровень и темп развития детей.

**1.3 Характеристика подвижной игры как средства физического воспитания детей дошкольного возраста**

Подвижные игры различной направленности являются очень эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств. Они в наибольшей степени позволяют совершенствовать такие качества как ловкость, быстрота, сила, координация и др. При рациональном использовании игра становится эффективным методом физического воспитания. Использование подвижных игр предусматривает не только применение каких-либо конкретных средств, но может осуществляться путем включения методических особенностей игры в любые физические упражнения [7; 20;26; 27].

По определению П.Ф.Лесгафта, «подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни». По мнению М.Н.Жукова, «подвижная игра – относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил» [7; c.60]. А В.Л.Страковская считает, что «подвижная игра – это средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых качеств» [27].

Таким образом, «подвижная игра – это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами».

Подвижным играм отводится важнейшее место в формировании разносторонне развитой личности ребенка. Они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждает к определенным умственным и физическим усилиям. Специфика подвижной игры состоит в молниеносной ответной реакции ребенка на сигнал типа «Лови!», «Беги!», «Стой!».

Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм ребенка. Игра является незаменимым средством совершенствования движений; развивая их, способствует формированию быстроты, выносливости, координации движений. Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность.

Велика роль подвижной игры и в умственном воспитании ребенка: дети учатся действовать в соответствии с правилами, овладевать пространственной терминологией, осознанно действовать в изменившейся игровой ситуации и познавать окружающий мир. В процессе игры активизируются память, представления, развиваются мышление, воображение. Дети усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, творчески применяют имеющиеся двигательные навыки, учатся анализировать свои действия и действия товарищей. Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей.

Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Правила игры дети воспринимают как закон, и сознательное выполнение их формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируется честность, дисциплинированность, справедливость. Подвижная игра учит искренности, товариществу.

В подвижных играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма. Они овладевают поэтической образной речью.

Подвижная игра готовит ребенка к труду: дети изготавливают игровые атрибуты, располагают и убирают их в определенной последовательности, совершенствуют свои двигательные навыки, необходимые для будущей трудовой деятельности. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование новых психических процессов, новых качеств личности ребенка.

Таким образом, подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых и физических качеств.

Подвижные игры классифицируются по разным параметрам [26; c.25]: по возрасту, по степени подвижности ребенка в игре (игры с малой, средней, большой подвижностью), по видам движений (игры с бегом, метание и т.д.). Выделяется еще один вид игр - игры-забавы, в которых происходит выполнение знакомых движений в необычных условиях (бег в больших валенках, прыжки со связанными ногами, бег в мешках и т.д.). Они требуют проявления ловкости и доставляют много веселья и радости.

В теории и методике физического воспитания принята классификация игр по содержанию: подвижные игры с правилами и спортивные игры.

К спортивным играм — баскетбол, городки, настольный теннис, хоккей, футбол и др. Спортивные игры, по данным М.П.Голощекиной, Э.И.Адашкявичене и др., целесообразно использовать в старшей и подготовительной к школе группах дошкольного учреждения.

К подвижным играм с правилами относятся сюжетные и несюжетные игры.

Несюжетные подвижные игры содержат интересные детям двигательные игровые задания, ведущие к достижению цели. Эти игры делятся на игры типа:

* перебежек, ловишек;
* игры с элементами соревнования («Кто скорее добежит к своему флажку?» и т.п.);
* игры-эстафеты («Кто скорее передаст мяч?»);
* игры с предметами (мячи, обручи, серсо, кегли и т.п.).

Сюжетные подвижные игры отражают в условной форме жизненный или сказочный эпизод. Ребенка увлекают игровые образы. Он творчески воплощается в них, изображая кошку, воробышка, автомобиль, волка, гуся, обезьяну и т.д.

Содержание подвижной игры составляют ее сюжет (тема, идея), правила и двигательные действия.

Сюжет игры определяет цель действий играющих, характер развития игрового конфликта. Он заимствуется из окружающей действительности и образно отражает ее действия (например, охотничьи, трудовые, военные, бытовые) или создается специально, исходя из задач физического воспитания, в виде схемы противоборства при различных взаимодействиях играющих. Сюжет игры не только оживляет целостные действия играющих, но и придает отдельным приемам техники и элементам тактики целеустремленность, делает игру увлекательной.

Правила – обязательные требования для участников игры. Они обусловливают расположение и перемещение игроков, уточняют характер поведения, права и обязанности играющих, определяют способы ведения игры, приемы и условия учета ее результатов. При этом не исключаются проявление творческой активности, а также инициатива играющих в рамках правил игры.

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны. Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. Все двигательные действия могут выполняться в самых различных комбинациях и сочетаниях [7; c.55-75].

Методика проведения подвижной игры включает неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, умелое педагогическое руководство ею. Особое значение имеет профессиональная подготовка воспитателя, педагогическая наблюдательность и предвидение. Образовательные и воспитательные функции подвижной игры могут быть успешно осуществлены только при умелом руководстве ею, которое предусматривает управление двигательным и нравственным поведением детей.

Методика проведения подвижной игры включает в себя: сбор детей на игру, создание интереса, объяснение правил игры, распределение ролей, руководство ходом игры, подведение итога.

При проведении подвижной игры следует помнить, что собирать детей необходимо в том месте на площадке, откуда будут начаты игровые действия, сбор должен проходить быстро и интересно. Объяснение игры – это инструкция, оно должно быть кратким, понятным, интересным и эмоциональным. Роли определяют поведение детей в игре, выбор на главную роль должен восприниматься как поощрение, как доверие. В подвижных играх детей старшего дошкольного возраста используются более сложные движения. Перед детьми ставится задача мгновенно реагировать на изменение игровой ситуации, проявлять смелость, сообразительность, выдержку, сноровку, смекалку. Подвижные игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей (до 3–4), роли распределяются между всеми детьми; используются игры-эстафеты.

Подбор игр. Для решения постепенно усложняющихся задач по совершенствованию движений следует подбирать игры, основанные на выполнении уже усвоенных детьми движений, доведенных до двигательного навыка. В старшем дошкольном возрасте появляется возможность выбирать игры с прыжками в длину с места, метанием и лазаньем. Возможностям старших дошкольников соответствуют бессюжетные игры, но по-прежнему доставляют большое удовольствие сюжетные подвижные игры. Игры с элементами соревнования построены на различных движениях и их сочетаниях, могут включать как индивидуальные, так и командные соревнования. С пятилетнего возраста можно использовать разнообразные игры-эстафеты, предусматривающие взаимодействие между играющими. Становятся доступными игры с элементами спортивных игр: городки, баскетбол, футбол и т.д. В старших группах к составлению вариантов игр можно привлекать самих детей.

Сбор детей на игру. Старшие дошкольники любят и умеют играть. Для сбора детей на игру и создания интереса можно договориться о месте и о сигнале сбора задолго до начала игры, собрать при помощи зазывалок («Раз, два, три, четыре, пять – всех зову я поиграть); поручить отдельным детям собрать остальных в установленный ограниченный срок (например, пока звучит мелодия); использовать звуковые и зрительные ориентиры; использовать сюрпризы-задания: например, играть будет тот, кто сумеет пробежать под вращающейся скакалкой.

Знакомство с новой игрой, объяснение правил. Предварительное объяснение правил игры происходит с учетом возрастных психологических возможностей детей. Это учит их планировать свои действия. Дети 4-6 лет способны понять и запомнить содержание и правила игры через их объяснение до начала действий, если оно четкое, краткое, выразительное. Для уточнения сигналов, по которым играющим предстоит действовать, сразу же после рассказа о содержании игры следует задать несколько вопросов. Например, в игре «Цветные автомобили»: «Когда можно выезжать из гаража? А по какому слову возвращаться в гараж? Помните: если автомобили столкнутся, то их нужно направлять в мастерскую для ремонта. Ехать дальше нельзя». Если игра включает произнесение текста, особенно в виде диалога, его лучше разучить заранее; четверостишие запоминается быстро при совместном проговаривании во время игры.

Принципиально важной является последовательность объяснений: назвать игру и ее замысел, кратко изложить ее содержание, подчеркнуть правила, напомнить движения (если нужно), распределить роли, раздать атрибуты, разместить играющих на площадке, начать игровые действия. Если игра знакома детям, то вместо объяснения нужно вспомнить вместе с детьми правила. Если игра сложная, то не рекомендуется сразу же давать подробное объяснение, а лучше сначала объяснить главное, а затем по ходу игры все детали.

Создание условий при проведении игры с детьми среднего и старшего возраста условия для игры могут создавать сами дети. Воспитатель предлагает поставить скамейку, разложить обручи, начертить границы перебежки и т.д. В дальнейшем эти умения могут пригодиться в самостоятельной деятельности.

Распределение ролей. Чаще всего в игре можно выделить три роли: ведущий, который подает сигналы, управляет игрой; водящий, который ловит, догоняет играющих; массовая роль, которую выполняют все остальные; как правило, их задача - не попасться водящему.

Выбор на главную роль дети должны воспринимать как поощрение. Существует несколько способов выбора водящего: назначает воспитатель, обязательно аргументируя свой выбор; с помощью считалки (предупреждают конфликты); при помощи «волшебной палочки»; с помощью жеребьевки; водящий может выбрать себе замену. Все названные приемы используются, как правило, в начале игры. Для назначения нового водящего основным критерием является качество выполнения движений и правил. Водящий должен владеть основными движениями, хорошо знать игровые правила и строго их выполнять.

В старшем дошкольном возрасте при выборе водящего можно спросить детей: «Кого мы выбираем? Самого быстрого? Самого ловкого? Или того, кто умеет правильно ловить, кто ни разу не попался?», и т.д. Чтобы показать детям различные удачные действия водящего, воспитатель берет эту роль себе. Следует отметить, что исполнение роли водящего взрослым значительно оживляет игру, усиливает ее эмоциональное воздействие.

Руководство игрой. Воспитатель руководит игрой, наблюдая за ней со стороны. Но иногда воспитатель участвует в игре, если, например, по условиям игры требуется соответствующее число играющих. Делает замечания нарушившему правила, подсказывает действия растерявшемуся, подает сигналы, помогает сменить водящих, поощряет детей, следит за действиями детей и не допускает статических поз (сидение на корточках, стояние на одной ноге), регулирует физическую нагрузку, которая должна увеличиваться постепенно. Замечания о неправильном выполнении правил отрицательно сказываются на настроении детей. Поэтому делать замечания надо в доброжелательной форме.

Подведение итога. При подведении итога игры воспитатель отмечает тех, кто проявил ловкость, быстроту, соблюдал правила; выясняют причины успешных действий, отмечают различные варианты, позволяющие достичь положительных результатов при решении двигательной задачи. Воспитатель анализирует, как удалось достичь успеха в игре. Подведение итогов игры должно проходить в интересной и занимательной форме. К обсуждению проведенной игры надо привлекать всех детей, это приучает их к анализу своих поступков, вызывает более сознательное отношение к выполнению правил игры.

По мере накопления детьми двигательного опыта игры нужно усложнять, но последовательность действий и эпизодов остается при этом постоянной. Изменения должны быть всегда обоснованы. Кроме того, усложнения делают для детей интересными хорошо знакомые игры.

Варьируя игру нельзя менять замысел и композицию, но можно:

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

Таким образом, в общей системе образовательной работы ДОУ физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. В этом аспекте, подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности.

Целенаправленное, методически-продуманное руководство подвижной игрой значительно совершенствует, активизирует деятельность детей. Развитие двигательного творчества формирует пытливый ум ребенка, заряжает его весельем, радостью, формирует стремление быть здоровым и крепким, готовым к решению сложных задач. В развитии активности в процессе подвижной игры детей важное место отводится методике руководства воспитателем.

**ГЛАВА 2 ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ДОУ И СЕМЬИ ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ**

**2.1 Новая философия взаимодействия ДОУ и семьи в современных условиях**

В настоящее время забота о здоровье детей стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно: современному обществу нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Здоровье, приобретенное в ранний и дошкольный период детства, служит фундаментом для общего развития и сохраняет свою значимость в последующие годы.

Сегодня в основе новой философии взаимодействия семьи и дошкольного учреждения лежит идея о том, что за воспитание детей несут ответственность родители, а все другие социальные институты призваны помочь, поддержать, направить, дополнить их воспитательную деятельность. Признание приоритета семейного воспитания требует новых линий отношений семьи и дошкольного учреждения. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие».

В Законе РФ «Об образовании» говорится, что «родители являются первыми педагогами и обязаны заложить в ребенке основы физического, психического и интеллектуального развития личности в раннем детском возрасте» [1; с.22]. Семья для ребенка – это первая и иногда почти единственная среда, формирующая его образ жизни.

Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм. Уменьшается и количество открытых мест для игр. Родители и педагоги все более и более обеспокоены тем, как, где и когда можно предоставить детям возможность активно и творчески поиграть. А чтобы поддержать интерес детей к таким играм, они должны их узнать, и задача педагога помочь им в этом.

Подвижные игры – наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребенка при его активной помощи. Игра – естественный спутник жизни ребенка и поэтому отвечает законам, заложенным самой природой в развивающемся организме ребенка – неуемной потребности его в жизнерадостных движениях. Преимущество подвижных игр перед строго дозируемыми упражнениями в том, что игра всегда связана с инициативой, фантазией, творчеством, протекает эмоционально, стимулирует двигательную активность.

**2.2 Описание форм взаимодействия ДОУ и семьи в современных условиях**

Просвещение родителей, повышение их грамотности в вопросах физического воспитания и укрепления здоровья дошкольников может осуществляться в разнообразных формах.

Дошкольные учреждения разнообразны, работают по различным программам и методикам, поэтому разнообразны формы и методы взаимодействия дошкольных учреждений с семьями - как уже утвердившиеся в этой области, так и новаторские, нетрадиционные.

В этих целях хорошо используются:

* информация в родительских уголках, в папках передвижках, в библиотеке детского сада;
* различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом семейного воспитания;
* семинары-практикумы, деловые игры и тренинги с прослушиванием магнитофонных записей бесед с детьми;
* «открытые дни» родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе, закаливающих и лечебных процедур;
* совместные физкультурные досуги, праздники;
* анкетирование и тестирование родителей по вопросу воспитания здорового ребенка. Анкетирование является одной из интересных форм работы с родителями. Оно помогает лучше узнать детей, интересы их родителей, собрать мнения и пожелания о своей работе. По результатам анализа анкетных данных в каждой группе воспитателями может быть создана картотека семей воспитанников, куда заносятся сведения о составе семьи, социальном положении, взаимоотношениях родителей с ребенком, интересах и хобби.

Рассмотрим основные формы взаимодействия ДОУ и семьи, воспитывающих детей раннего дошкольного возраста.

В качестве взаимодействия дошкольного учреждения с родителями детей можно использовать посещение семей с целью выяснения состояния условий для игровой деятельности ребенка, наличие игрушек и выявления их места в жизни малыша. Посещение семьи ребенка много дает для ее изучения, установления контакта с ребенком, его родителями, выяснения условий воспитания. Профессиональный социальный педагог уже с первого посещения семьи увидит, какие взаимоотношения преобладают между ее членами, каков психологический климат, в условиях которого происходит развитие ребенка. Поведение и настроение ребенка (радостный, раскованный, притихший, смущенный, приветливый) также помогут понять психологический климат семьи. При каждом последующем посещении семьи воспитатель или социальный педагог должен заранее определить конкретные цели и задачи, связанные с особенностями развития и воспитания ребенка, с типом семьи. Чтобы посещение на дому было эффективней, необходимо информировать родителей не только о времени посещения, но и о его основной цели. Практика показывает, что в таком случае беседа и наблюдения проходят более результативно

День открытых дверей, являясь достаточно распространенной формой работы, дает возможность познакомить родителей с дошкольным учреждением, его традициями, правилами, особенностями воспитательно-образовательной работы, заинтересовать ею и привлечь к участию. Проводится как экскурсия по дошкольному учреждению с посещением группы, где воспитываются дети пришедших родителей. Можно показать фрагмент работы дошкольного учреждения (коллективный труд детей, сборы на прогулку и др.). Открытые просмотры очень много дают родителям: они получают возможность наблюдать за своими детьми в ситуации, отличной от семейной, сравнить его поведение и умения с поведением и умениями других детей, перенять у педагога приемы обучения и воспитательных воздействий.

Наряду с открытыми днями проводятся дежурства родителей и членов родительского комитета. Широкие возможности для наблюдения предоставляются родителям во время прогулок детей на участке, в дни праздников, вечеров развлечений. Эта форма педагогической пропаганды очень действенна и помогает педагогическому коллективу преодолеть еще встречающееся у родителей поверхностное мнение о роли детского сада в жизни и воспитании детей.

В качестве наиболее эффективных форм взаимодействия с родителями воспитывающих детей раннего возраста являются родительские собрания. Родительские собрания - действенная форма общения воспитателя с родителями. Именно на собраниях у воспитателя есть возможность организованно ознакомить родителей с содержанием и методами игры в условиях семьи и детского сада. Роль воспитателя - организовать встречу, спланировать ее ход, грамотно расставить акценты на наиболее значимых вопросах, помочь в разрешении затруднений, подготовить раздаточный материал, памятки, продумать практическую часть, подвести итоги работы, поблагодарить родителей за активность, желание работать вместе.

Можно проводить тематические родительские собрания по вопросам освоения подвижной игры. Но открытые просмотры родители не очень любят, поэтому их могут заменить современные технические возможности, например, использование фотоальбомов, стенгазет, записи занятий, игр с детьми или других видов деятельности на видеопленку. Во-первых, это хорошая «память» для родителей. А во-вторых, видеозапись занятий и игр с детьми можно показать на родительских собраниях, которая поможет убедительно подкрепить рассказ воспитателя.

Эффективны и семейные клубы. В отличие от родительских собраний, в основе которых назидательно-поучительная форма общения, клуб строит отношения с семьей на принципах добровольности, личной заинтересованности. В таком клубе людей объединяет общая проблема и совместные поиски оптимальных форм помощи ребенку. Тематика встреч формулируется и запрашивается родителями. С целью выявления запроса участников и получения дополнительной информации перед началом каждого заседания клуба проводится анкетирование.

Родители, особенно молодые, нуждаются и в приобретении практических навыков воспитания детей. Их целесообразно приглашать на семинары-практикумы. Эта форма работы дает возможность рассказать о способах и приемах обучения игры и показать их.

Беседы проводятся как индивидуальные, так и групповые. И в том и в другом случае четко определяется цель: что необходимо выяснить, чем воспитатель может помочь. Содержание беседы лаконичное, значимое для родителей, преподносится таким образом, чтобы побудить собеседников к высказыванию. Педагог должен уметь не только говорить, но и слушать родителей, выражать свою заинтересованность, доброжелательность.

Консультации проводятся как индивидуально так и для подгруппы родителей. На групповые консультации можно приглашать родителей разных групп, имеющих одинаковые проблемы или, наоборот, успехи в воспитании. Целями консультации являются усвоение родителями определенных знаний, умений; помощь им в разрешении проблемных вопросов. Формы проведения консультаций различны: сообщение специалиста с последующим обсуждением; обсуждение статьи, заранее прочитанной всеми приглашенными на консультацию; практическое занятие.

Родительские конференции – основная цель которых, обмен опытом семейного воспитания. Родители заранее готовят сообщение, педагог при необходимости оказывает помощь в выборе темы, оформлении выступления. Конференция может проходить в рамках одного дошкольного учреждения, но практикуются и конференции городского, районного масштабов. Важно определить актуальную тему конференции. К конференции готовятся выставка детских работ, педагогической литературы, материалов, отражающих работу дошкольных учреждений и т.п.

Следует серьезно относиться к такой форме работы, как наглядная пропаганда, правильно осознавать ее роль в педагогическом просвещении родителей, тщательно продумывая содержание, художественное оформление папок, стремясь к единству текстового и иллюстративного материалов. Значительным подспорьем здесь является библиотека специальной литературы по проблемам развития детей. Педагоги следят за своевременным обменом, подбором необходимых книг, составляют аннотации новинок. Большое значение следует придавать оформлению общих тематических стендов и выставок. К примеру, с большим удовольствием родители рассматривают работы детей, выставленные на специальном стенде: рисунки, лепка, аппликации и т.д. Можно постоянно оформлять групповые стенды типа «Для вас, родители», содержащие информацию по двум разделам: повседневная жизнь группы - различного рода объявления, режим, меню и т.п., и текущая работа по воспитанию детей в детском саду и семье. В разделе «Советы и рекомендации» под руководством психолога и социального педагога помещаются рекомендации по различным вопросам, отчеты членов родительского комитета о посещениях семей, дежурствах. Тематика материалов стенда должна зависеть как от возрастных особенностей, так и от особенностей семей.

В настоящее время, в связи с перестройкой системы дошкольного воспитания, практические работники ДОУ ищут новые, нетрадиционные формы работы с родителями, основанные на сотрудничестве и взаимодействии педагогов и родителей. К примеру, вечера вопросов и ответов представляют собой концентрированную педагогическую информацию по самым разнообразным вопросам, которые зачастую носят дискуссионный характер, и ответы на них нередко переходят в горячее, заинтересованное обсуждение.

Можно использовать такую динамичную форму педагогической пропаганды, как папки-передвижки. Они помогают при индивидуальном подходе в работе с семьей. В годовом плане необходимо заранее предусмотреть темы папок, чтобы педагоги могли подобрать иллюстрации, подготовить текстовой материал. Темы папок могут быть разнообразными, например, в папке на тему «Игра детей как средство воспитания»:

1) высказывания классиков педагогики о назначении игры для развития и воспитания детей дошкольного возраста;

2) какие игрушки необходимы ребенку того или иного возраста, перечень игрушек и фотографий;

3) как организовать игровой уголок дома;

4) краткая характеристика видов игровой деятельности в разном возрасте, ее роль в нравственном воспитании, примеры сюжетно-ролевых игр;

5) рекомендации по руководству детской игрой в семье;

6) список рекомендуемой литературы.

Учитывая занятость родителей, используются и такие нетрадиционные формы общения с семьей, как «Родительская почта» и «Телефон доверия». Любой член семьи имеет возможность в короткой записке высказать сомнения по поводу методов воспитания своего ребенка, обратиться за помощью к конкретному специалисту и т.п. Телефон доверия помогает родителям анонимно выяснить какие-либо значимые для них проблемы, предупредить педагогов о замеченных необычных проявлениях детей.

Нетрадиционной формой взаимодействия с семьей является и библиотека игр. Поскольку игры требуют участия взрослого, это вынуждает родителей общаться с ребенком. Если традиция совместных домашних игр прививается, в библиотеке появляются новые игры, придуманные взрослыми вместе с детьми.

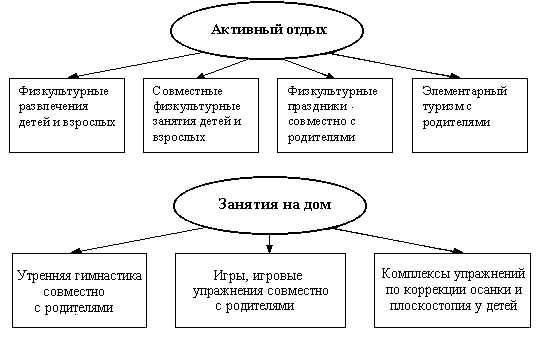
Встречи за «круглым столом» расширяют воспитательный кругозор не только родителей, но и самих педагогов. Темы встречи могут быть различными. Беседу следует начинать активистам-родителям, затем в нее должны включиться психолог, врач, дефектолог, воспитатели, социальный педагог, остальные родители. В этой форме работы примечательно то, что практически ни один родитель не остается в стороне, почти каждый принимает активное участие, делясь интересными наблюдениями, высказывая дельные советы.

**2.3 Формы взаимодействия руководителя физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм**

Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей, если в дошкольном учреждении не создано детско-взрослое общество (детей-родителей-педагогов), для которого характерно содействие друг другу, учет возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей. Следовательно, данную проблему дошкольника можно решить только при поддержке, желании и тесном сотрудничестве с семьёй. Воспитание, в частности физическое, детей в детском саду тесно связаны с целями и устремлениями родителей и зависят от них. А так как большая часть жизни ребёнка проходит в семье, развитие ребёнка тесно связано с образом жизни семьи, и родители должны заботиться о правильном физическом развитии ребёнка, занимаясь регулярно физкультурой, приобщаясь к здоровому образу жизни.

Специалисты детского сада должны дать необходимые педагогические и практические знания - упражнения и подвижные игры, способствующие развитию у ребёнка двигательных навыков, а так же освоить методы обучения этим упражнениям, чтобы в домашних условиях родители могли закрепить приобретённые навыки.

Один из путей решения этих задач – совместная деятельность детей и взрослых, как в массовом детском учреждении, так и в семье (рис.1).



**Рисунок 1 - Совместная спортивная деятельность детей и взрослых**

Организуя сотрудничество с семьей инструктор по физической культуре ДОУ, понимая тесную взаимосвязь данной работы с содержанием всей физкультурно-оздоровительной программы д/сада, особое внимание должен уделять поиску новых подходов к физическому развитию детей, в том числе организации обучения родителей детей подвижным играм с целью использования их в условиях семьи.

Совместная работа руководителя физического воспитания ДОУ с семьей должна строиться на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателю, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работой в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в детском саду.

3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

4. Взаимное доверие и взаимопонимание педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей в детском саду.

В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:

- ознакомление родителей с результатами диагностики физического развития ребенка;

- ознакомление родителей с подвижными играми, в этих целях используются информация в родительских уголках, в папках передвижках, в библиотеке детского сада;

- помощь в составлении индивидуальных занятий с подвижными играми в условиях семьи, с учетом физического развития детей;

- обучение конкретным подвижным играм, приемам и методам игровых упражнений;

- различные консультации, устные журналы и дискуссии с участием психолога, медиков, специалистов по физическому образованию, а также родителей с опытом по организации игр с детьми;

- семинары-практикумы, деловые игры и тренинги с просмотром видеоуроков;

- «открытые дни» родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе и т.д.;

- совместные физкультурные досуги, праздники;

- анкетирование родителей по данному вопросу.

Эффективной формой работы с семьей являются занятия в семейных клубах.

Таким образом, с уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй.

Чтобы ребенок рос здоровым, и физически разносторонне развитым, сознательное отношение к физической культуре следует формировать, прежде всего, у родителей. Лучшим способом организовать взаимодействие ДОУ с родителями является создание эффективной системы сотрудничества.

В данной главе мы выявили формы взаимодействия ДОУ и семьи. Для этого мы охарактеризовали новую философию взаимодействия ДОУ и семьи в современных условиях; описали формы взаимодействия инструктора физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм.

Наблюдения показывают, что использование различных форм работы с родителями эффективны, в результате чего:

* повышается ответственность родителей за воспитание детей в семье;
* постоянно совершенствуются знания родителей;
* создается атмосфера взаимопонимания и доверительных отношений между родителями, педагогами и детьми;
* происходит обмен опытом между родителями;
* обеспечивается совместный успех в деле обучения детей подвижным играм в условиях семьи.

Следующая глава раскрывает практическое исследование эффективности данной проблемы.

**ГЛАВА 3. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

**ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СЕМЬИ ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ**

**(НА ПРИМЕРЕ МБДОУ Д/С №14 «ГНЕЗДЫШКО»)**

В настоящее время дети часто испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, проводимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы, в результате задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Дети имеют излишний вес, нарушения осанки. И одной из основных причин таких результатов является неосведомлённость родителей в вопросах физического воспитания детей.

Родители зачастую оберегают своих малышей от физических усилий («не бегай, не прыгай, не лазай, а то упадёшь, посиди»), даже от здорового соперничества в подвижных играх. Такая родительская любовь рискует превратиться в свою противоположность и принести только один вред. Ведь доказано, что подвижные игры и физические упражнения оказывают значительное влияние на нормальный рост и развитие ребёнка, на развитие всех органов и тканей, а если эти занятия проводятся на свежем воздухе - то и закаливают организм. Своевременное развитие основных двигательных навыков, так же важны, как и своевременное интеллектуальное развитие ребёнка - например, развитие речи.

Для того, чтобы выявить наиболее эффективные формы взаимодействия семьи и инструктора по физическому воспитанию ДОУ по обучению детей дошкольного возраста подвижным играм, было организовано и проведено исследование на базе МБДОУ д/с №14 «Гнездышко» г.Зеленогорска Красноярского края.

Исследование проводилось совместно с инструктором по физическому воспитанию Матвеевой Полиной Николаевной.

В нем приняли участие 14 детей старшего дошкольного возраста, из которых были сформированы две группы детей: одна группа – (7 детей) была экспериментальной, а вторая – контрольная (7 детей).

Исследование проводилось средствами анкетирования, наблюдения и эксперимента. Организация эксперимента проходила по следующей схеме: предварительное тестирование - проведение экспериментальных занятий в семье - контрольное тестирование.

Первый этап взаимодействия взрослых обеспечивает базовые условия для его успешности.

Цель - выявить возможности взаимодействия семьи и инструктора по физическому воспитанию.

Уровень профессионального мастерства педагога определяется отношением семьи к детскому саду и их требованиям. Только при условии положительных результатов всей физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, родители начнут доверять рекомендациям воспитателей и охотно пойдут с ними на контакт.

Задача педагога – найти подход к членам семьи ребенка, создать общую атмосферу доверия, выявить общий микроклимат в семье, традиции проведения и организации досуга ребенка и пр.

На данном этапе были проведены индивидуальные беседы и анкетирование родителей (Приложение 1).

Анкетирование показало, что папы и мамы мало знают о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений и подвижных игр. Родители испытывают трудности из-за недостатка опыта, недооценки важности данного вида деятельности, незнания способов организации, приемов руководства, возрастных особенностей детей, игнорирования желаний и интересов своего ребенка.

Анкетирование также показало, что родители нуждаются в знаниях по обучению детей подвижным играм в условиях семьи. Это и определило направление поиска оптимальной модели взаимодействия семьи и инструктора по физическому воспитанию. А для того, чтобы увидеть эффективность данного взаимодействия в развитии ребенка, мы провели тестирование уровня физической подготовленности по контрольным испытаниям, предусмотренным программой физического воспитания для старших дошкольников.

Обследование развития основных движений у детей дошкольного возраста проводилось по следующим видам движений: ходьба, бег, прыжки и метание. Для оценки результатов тестирования применяется оценочная шкала физической подготовки (Приложение 2).

При оценке развития основных движений отмечаются как качественные, так и количественные показатели.

Качественные показатели.

Ходьба. Корпус и голову держит прямо, но не напряженно, плечи слегка отведены назад, движения рук и ног согласованны; идет равномерно, свободным шагом. Ноги поднимает не высоко, но не шаркает ими по полу.

Бег. Корпус и голова слегка отклонены назад, но не запрокинуты; движения рук и ног согласованны, бег с отрывом от почвы, движения ног равномерные, не семенящие.

Прыжок. Четкий толчок при отрыве от почвы и мягкое приземление на полусогнутые ноги.

Метание. Правильное исходное положение - при метании правой рукой левая нога выставлена вперед, тяжесть тела переносится на правую ногу; во время метания корпус поворачивается влево, тяжесть тела переносится на левую ногу (при метании левой рукой положение ног обратное). При броске учитывается хороший замах, соблюдение указанного направления.

Количественные показатели.

Ходьба. Учитывается время (в секундах) ходьбы на расстояние 10 м.

Бег. Учитывается время (в секундах) бега на расстояние 10 м.

Прыжок в длину с места. На землю (или пол) кладут шнур. Ребенок стоит у шнура, касаясь его носками. Ему предлагают прыгнуть как можно дальше, перепрыгивая через шнур. Учитывается расстояние от шнура до пяток в момент приземления. Прыжок повторяют 2-3 раза.

Прыжок в высоту с разбега. Веревку натягивают между двумя стойками при помощи небольших грузиков на высоте 10-15 см для младшей группы, 15-20 см для средней и 30-35 см для старшей группы. Если дети не могут прыгнуть на эту высоту, то веревку опускают ниже. Разбег 3-4 м. Высоту постепенно повышают и записывают максимальную высоту, которую ребенок преодолел.

Метание вдаль. Производится метание мешочков с песком весом 150 г для младшей и 200 г для средней и старшей групп. Ребенок, стоя у черты, бросает мешочки каждой рукой по 2-3 раза. Учитывается расстояние от черты до места падения мешочка (в метрах). Записывается максимальное расстояние.

Результаты констатирующего эксперимента в табл. 1, 2.

**Таблица 1 - Показатели основных движений**

**(экспериментальная группа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И.  ребёнка | Пол | Прыжок в длину  с места, см | Бег с высокого старта 10 м/с | Метание на  дальность, м | Ходьба 10 м/с |
| Б.М. | М | 65 | 4,5 | 5,0 | 8,0 |
| Г.А. | М | 60 | 4,6 | 4,8 | 7,8 |
| К.Н. | Д | 55 | 4,4 | 3,7 | 7,3 |
| Р.А. | Д | 49 | 4,0 | 4,0 | 7,0 |
| Ч.К. | М | 66 | 4,6 | 5,0 | 8,0 |
| Ш.И. | М | 70 | 4,4 | 5,8 | 8,0 |
| Я.А. | Д | 52 | 4,1 | 4,3 | 7,5 |

**Таблица 2 - Показатели основных движений (контрольная группа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И.  ребёнка | Пол | Прыжок в длину  с места, см | Бег с высокого старта 10 м/с | Метание на  дальность, м | Ходьба 10 м/с |
| Б.Р. | М | 55,0 | 4,4 | 3,7 | 7,3 |
| Г.М. | М | 67,0 | 4,0 | 5,8 | 8,0 |
| Н.К. | Д | 49,0 | 4,0 | 4,0 | 7,0 |
| Г.М. | М | 70,0 | 4,4 | 5,8 | 8,0 |
| Ч.Ю. | М | 66,0 | 4,6 | 5,0 | 8,0 |
| Ш.Д. | Д | 52,0 | 4,1 | 4,3 | 7,5 |
| Ш.С. | Д | 52,0 | 4,1 | 4,3 | 7,5 |

Затем, на основании изучения особенностей их развития и определения уровня физической подготовленности был подобран репертуар подвижных игр различной направленности для использования в домашних условиях (Приложение 3, 4).

На втором этапе взаимодействия, задача инструктора по физической культуре ДОУ – дать родителям необходимый объем знаний о подвижной игре, разъяснить своеобразие, многообразие видов, развивающий потенциал; развить умения и способности во взаимодействиях с ребенком в подвижной игре в условиях семьи; помочь родителям создать условия для организации проведения игр.

В ходе данного этапа, в совместной работе инструктора по физическому воспитанию и родителей широко использовались консультации, родительские собрания, беседы, тематические выставки, конкурсы.

Родители также имели возможность просмотреть видеоматериалы по организации подвижных игр в условиях семьи и детского сада. Широко использовалась информация в родительских уголках, в папках-передвижках и т.д.

Проведенная работа не только позволила познакомить родителей дошкольников с многообразием подвижных игр, но и показать им сам образовательный процесс, педагогическую технологию руководства игрой.

Конкретные виды подвижных игр были отобраны и сгруппированы по преимущественному воздействию на те или иные двигательные качества (табл.3).

Подвижные игры различной направленности были применены в процессе физических занятий детьми экспериментальной группы в условиях семьи. В контрольной группе данная методика не проводилась.

В приложениях 3, 4 предлагаются описание и методика проведения некоторых подвижных игр, в которых могут активно участвовать дети 4-5 лет.

**Таблица 3 - Подвижные игры для развития физических качеств**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название игры | | Физические качества | | | | | | | |
| быстрота | | коорд. движения | | сила | | гибкость | |
| 1. | Построй мост | - | | + | | - | | + | |
| 2. | Мяч над головой | - | | + | | - | | + | |
| 3. | Перекати поле | + | | + | | - | | + | |
| 4. | Волна |  | | + | | + | | + | |
| 5. | Желобок |  | | + | |  | | + | |
| 6. | Кто быстрее | + | | + | | - | | - | |
| 7. | Скороходы | + | |  | | + | | - | |
| 8. | Быстро по местам | + | | + | | - | | - | |
| 9. | Космонавты | + | | + | | - | | - | |
| 10. | Совушка | - | | + | | - | | - | |
| 11. | Отгадай чей голосок | - | | + | | - | | - | |
| 12. | Кто подходил | - | | + | | - | | - | |
| 13. | Мяч на полу | + | | + | | - | | - | |
| 14. | Тяга кольца |  | |  | | + | | + | |
| 15 | Эстафеты с лазанием и перелазанием | + | | + | | + | | + | |
| 16. | Комбинированная эстафета с набивным мячом | + | | + | | + | | + | |
| 17. | Передача набивного мяча | + | | - | | - | | + | |
| 18. | Гребцы | + | | + | | - | | + | |
| 19. | Передача мяча согнувшись и прогнувшись | + | | - | | - | | + | |
| 20. | Деревянный человечек | + | | + | | - | | + | |

Третий этап. В конце эксперимента детям экспериментальной и контрольной групп были предложены контрольные испытания, определяющие уровень физической подготовленности.

По итогам контрольной диагностики выявились различия по всем применявшимся тестам (табл. 4,5).

**Таблица 4 - Показатели контрольной диагностики основных движений дошкольников (экспериментальная группа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребёнка | Пол | Прыжок в длину  с места, см | Бег 10 м/с | Метание на  Дальность, м | Ходьба 10 м/с |
| Б.М. | М | 66,3 | 4,6 | 5,1 | 8,2 |
| Г.А. | М | 61,2 | 4,7 | 4,9 | 8,0 |
| К.Н. | Д | 56,1 | 4,5 | 3,8 | 7,4 |
| Р.А. | Д | 50,0 | 4,1 | 4,1 | 7,1 |
| Ч.К. | М | 67,3 | 4,7 | 5,1 | 8,2 |
| Ш.И. | М | 71,4 | 4,5 | 5,9 | 8,2 |
| Я.А. | Д | 53,0 | 4,2 | 4,4 | 7,7 |

**Таблица 5 - Показатели контрольной диагностики основных движений дошкольников (контрольная группа)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребёнка | Пол | Прыжок в длину  с места, см | Бег 10 м/с | Метание на  Дальность, м | Ходьба 10 м/с |
| Б.М. | М | 55,6 | 4,4 | 3,7 | 7,4 |
| Г.А. | М | 67,7 | 4,1 | 5,9 | 8,1 |
| К.Н. | Д | 49,5 | 4,0 | 4,0 | 7,1 |
| Р.А. | Д | 70,0 | 4,4 | 5,9 | 8,0 |
| Ч.К. | М | 66,7 | 4,6 | 5,1 | 8,0 |
| Ш.И. | М | 52,5 | 4,1 | 4,3 | 7,5 |
| Я.А. | Д | 52,1 | 4,1 | 4,3 | 7,6 |

Видно также, как увеличилось количество детей с «высоким» уровнем физического развития (табл.6).

**Таблица 6 - Диагностические показатели физических качеств и двигательных навыков детей (сравнение), %**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровни освоения стандартов | Контрольная группа  (7 человек) | | Экспериментальная группа  (7 человек) | |
| Начало исследования | Конец исследования | Начало исследования | Конец исследования |
| Высокий | 0,0 | 10,0 | 0,0 | 60,0 |
| Средний | 100,0 | 80,0 | 100,0 | 40,0 |
| Низкий | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |

Повторное анкетирование родителей по итогам эксперимента, выявило положительную динамику роста заинтересованности родителей и их детей в совместных занятиях подвижными играми (Приложение 5).

Наиболее эффективными формами взаимодействия родителей и инструктора по физическому воспитанию признаны тренинги, практикумы, где родители активно обучаются, осваивают практические навыки.

Кроме того, был проведен дополнительный опрос из которого видно, что практически все родители в течение всего года посещали все занятия и оценили проведенную работу как «хорошая» (Приложение 6).

Таким образом, проведенное исследование показало эффективность построения системы взаимодействия инструктора по физическому воспитанию и семьи в приобщении дошкольников к физической культуре посредством обучения их подвижным играм и организации с ними занятий с применением подвижных игр.

Обучение родителей навыкам совместного занятия с детьми подвижными играми является хорошим средством их успешного взаимодействия. Совместные игры родителей с детьми значительно укрепляют их взаимопонимание, разнообразят общение.

В результате исследования была подтверждена гипотеза о том, что активное взаимодействие семьи и инструктора физического воспитания ДОУ по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм содействует процессу правильного физического развития ребенка.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В теоретической части работы, на основе изучения специальной литературы в теоретической части работы мы рассмотрели, выявили и охарактеризовали:

* место и роль физической культуры в общей системе воспитания детей дошкольного возраста;
* систему физического воспитания: цели, задачи, средства физического воспитания в дошкольных учреждениях;
* характеристику подвижной игры как средства физического воспитания детей дошкольного возраста;
* совместные подходы к установлению взаимодействия дошкольного образовательного учреждения с семьей ребенка;
* формы взаимодействия инструктора физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм.

В практической части провели экспериментальную работу по выявлению форм взаимодействия инструктора физического воспитания и семьи по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм (на примере МБДОУ д/с №14 «Гнездышко»).

В результате сделаны следующие выводы.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, всесторонней физической подготовленности и гармонического физического развития.

Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Подвижные игры - это сознательная активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданием связанных с обязательным для всех правилом.

Значение такой игры в том, что развивается внимание в движение, ориентировка в пространстве, скорость, координация, совершенствуются такие физические качества как быстрота и ловкость. Во время подвижных игр с бегом у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость.

В общей системе образовательной работы ДОУ физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

В этом аспекте, подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности.

Целенаправленное, методически-продуманное руководство подвижной игрой значительно совершенствует, активизирует деятельность детей. Развитие двигательного творчества формирует пытливый ум ребенка, заряжает его весельем, радостью, формирует стремление быть здоровым и крепким, готовым к решению сложных задач.

В развитии активности в процессе подвижной игры детей важное место отводится методике руководства игрой взрослыми. Однако игра приносит пользу только тогда, когда присутствуют отношения дошкольного учреждения с семьей, которые должны быть основаны на сотрудничестве и взаимодействии.

Взаимодействие ДОУ с семьей в интересах развития игровой деятельности у детей в настоящее время является одной из самых актуальных тем. Поэтому использование различных форм работы с ДОУ с родителями необходимы, т.к. в результате:

* повышается ответственность родителей за воспитание детей в семье;
* постоянно совершенствуются знания родителей;
* создается атмосфера взаимопонимания и доверительных отношений между родителями, педагогами и детьми;
* происходит обмен опытом между родителями;
* обеспечивается совместный успех в деле обучения детей подвижным играм.

Проведенное исследование показало эффективность построения системы взаимодействия инструктора по физическому воспитанию и семьи в приобщении дошкольников к физической культуре посредством обучения их подвижным играм и организации с ними занятий с применением подвижных игр.

Обучение родителей навыкам совместного занятия с детьми подвижными играми является хорошим средством их успешного взаимодействия. Совместные игры родителей с детьми значительно укрепляют их взаимопонимание, разнообразят общение.

Таким образом, результаты наших исследований подтверждают выдвинутую в начале исследования гипотезу о том, что активное взаимодействие семьи и инструктора физического воспитания ДОУ по обучению детей старшего дошкольного возраста подвижным играм содействует процессу правильного физического развития ребенка.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Закон Российской Федерации «Об образовании». - М.: ТЦ Сфера, 2006. - 46 с.
2. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие / Т.Л.Богина. – М.: Мозаика – Синтез, 2005. - 112 с.
3. Глазырина, Л.Д. Физическая культура дошкольникам: Программа и программные требования / Л.Д.Глазырина. - М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. -
4. Давыдова, О.И. Работа с родителями в детском саду / О.И.Давыдова, Л.Г.Богославец, А.А.Майер. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 144 с.
5. Доронова, Т.Н. Основные направления работы ДОУ по повышению психолого-педагогической культуры родителей / Т.Н.Доронова // Дошкольное воспитание. - 2004. - №1. - С.63.
6. Евдокимова, Е.С. Педагогическая поддержка семьи в воспитании дошкольника / Е.С.Евдокимова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 96 с.
7. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов / М.Н.Жуков. – М.: ИЦ «Академия», 2002. – 160 с.
8. Зайцев, А.А. Физическое воспитание дошкольников: Учеб. пособие / А.А.Зайцев, Е.В.Конеева, Н.К.Полещук и др. / Калининград: Калинингр. ун-т., 1997. - 71 с.
9. Зверева, О.Л. Общение педагога с родителями в ДОУ: Методический аспект / О.Л.Зверева, Т.В.Кротова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 80 с.
10. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века. / Авт. сост. Ю.Е.Антонов, М.Н.Кузнецова, Т.Ф.Саулина. – М.: АРКТИ, 2001. – 80 с.
11. Каштанова, Г.В. Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников // Практическое пособие / Г.В.Каштанова, Е.Г.Мамаева. – М.: АРКТИ, 2006. – 64 с.
12. Квашук, П.В. Технологии определения двигательной подготовленности и физического состояния детей и подростков. Методическое пособие / П.В.Квашук, Г.Н.Семаева. - М.: Де-Ново, 2004. – 35 с.
13. Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие / Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М.Самодурова; Под ред. С.А.Козловой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 320 с.
14. Коровина, Л.М. Совершенствование двигательных навыков у детей в упражнениях и играх с использованием элементов соревнования и творческих заданий / Л.М.Коровина; под ред. А.В.Кенеман, М.Ю.Кистяковой, Т.И.Осокиной. – М.: Наука, 1999. – 176 с.
15. Кузнецова, М. Современные пути оздоровления дошкольников / М.Кузнецова // Дошкольное воспитание. - 2002. - №11.
16. Куликова, Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание / Т.А.Куликова. – М.: Академия, 1999. – 232 с.
17. Максаков, А. Учите играя / А.Максаков, Т.Тумакова. – М.: Просвещение, 2005. – 144 с.
18. Маханева, М. Здоровый ребенок: Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе / М.Маханева. - М.: АРКТИ, 2004. – 263 с.
19. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста / Сост. Н.А.Ноткина, Л.И.Казьмина, Н.Н.Бойнович. – СПб.: Акцидент, 1998. – 32 с.
20. Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И.Пензулаева. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 157 с.
21. Работа дошкольного образовательного учреждения с семьей / Авт.-сост. И.А.Дядюнова. – М.: АПК и ПРО, 2004. – 32 с.
22. Рукова, М. Особенности организации занятий по физкультуре / М.Рукова // Дошкольное воспитание. – 2002. - №9.
23. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста / Сост. С.С.Бычкова. – М.: АРКТИ, 2002. – 64 с.
24. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений / под ред. С.О.Филипповой. – СПб.: Детство-Пресс – 2005. – 416 с.
25. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития дошкольников / Э.Я.Степаненкова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 368 с.
26. Степаненкова, Э.Я. Подвижные игры как следствие гармоничного развития дошкольников / Э.Я.Степаненкова // Дошкольное воспитание. – 1995.– № 12. – с.23–25.
27. Страковская, В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994. – 288 с.
28. Утробина, К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. - М.: ГНОМ, 2004. – 103 с.
29. Физическое воспитание и развитие дошкольников: учеб. пособ. для студ. сред. пед. учеб. заведений / под ред. С.О.Филипповой. – М.: Академия, 2007.– 224 с.
30. Шарманова, С.Б.Физическое воспитание детей дошкольного возраста: теория и практика / С.Б.Шарманова. - Челябинск, 2001. - С. 113-122.
31. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников: Учебное пособие / В.Н.Шебеко, Н.Н.Ермак, В.В.Шишкина. - М.: Академия, 2000. - 176 с.
32. Шилкова, И.К. Здоровьеформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет / И.К.Шилкова, А.С.Большев. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС.- 2001. – 336 с.

**Приложение 1**

**РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ**

**(на начало исследования)**

Какое место занимает физкультура в вашей семье

1. Кто-то из родителей занимается или занимался спортом?

ДА – 45% нет – 55%

2. Есть в доме спортивный снаряд?

ДА – 15% НЕТ – 85%

3. Установлен ли для Вашего ребенка режим дня?

ДА - 70% НЕТ – 30 %

4. Соблюдает ли ребенок этот режим?

ДА – 60% НЕТ – 40%

5. Делаете ли вы с ребенком дома утреннюю гимнастику?

а) ДА – 30% НЕТ – 70%

б) регулярно или нерегулярно ДА 5% НЕТ – 95%

6. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги и т.д.)?

ДА – 100%

7. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада?

ДА – 60% НЕТ – 5% ИНОГДА – 35%

8. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:

а) Подвижные игры - ДА – 5%

б) Спортивные игры - ДА – 0%

в) Настольные игры - ДА – 80%

г) Сюжетно - ролевые игры - ДА – 65%

д) Музыкально - ритмическая деятельность - ДА – 0%

е) Просмотр телепередач – ДА – 60%

ж) Конструирование - ДА – 40%

з) Чтение книг – ДА – 5%

**Приложение 2**

**РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ**

**(на конец исследования)**

Какое место занимает физкультура в вашей семье

1. Кто-то из родителей занимается или занимался спортом?

ДА – 70% нет – 30%

2. Есть в доме спортивный снаряд?

ДА – 65% НЕТ – 35%

3. Установлен ли для Вашего ребенка режим дня?

ДА - 90% НЕТ – 5 %

4. Соблюдает ли ребенок этот режим?

ДА – 75% НЕТ – 35%

5. Делаете ли вы с ребенком дома утреннюю гимнастику?

а) ДА – 60% НЕТ – 40%

б) регулярно или нерегулярно ДА 30% НЕТ – 70%

6. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги и т.д.)?

ДА – 100%

7. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада?

ДА – 85% НЕТ – 5% ИНОГДА – 10%

8. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:

а) Подвижные игры - ДА – 85%

б) Спортивные игры - ДА – 30%

в) Настольные игры - ДА – 80%

г) Сюжетно - ролевые игры - ДА – 65%

д) Музыкально - ритмическая деятельность - ДА – 15%

е) Просмотр телепередач – ДА – 60%

ж) Конструирование - ДА – 40%

з) Чтение книг – ДА – 25%

**Приложение 3**

**РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ**

**(по итогам исследования)**

1. Сколько раз Вы посетили занятия, совместные встречи, тренинги?

ВСЕ – 80%

3 занятия – 20%

2. Что Вам понравилось больше всего?

Понравилось все – 80%

Практические занятия – 20%

3. Что на Ваш взгляд не хватает в занятиях?

Все устраивает – 100%

4. Выполняете ли Вы с ребенком те упражнения и подвижные игры, которым обучились?

ДА – 60%

ИНОГДА – 40%

5. Ваши предложения.

Больше проводить соревновательных мероприятий – 40 %

6. На какую оценку Вы бы оценили работу клуба

Хорошо – 90%

Удовлетворительно – 10%

**Приложение 4**

**ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ С 4 ДО 10 ЛЕТ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | Физические способности | Контрольные упражнения  (тест) | Возраст | Результаты | |
| мальчики | девочки |
| 1 | Скоростные | Бег 30 м., сек. | 4. | 9.8-7.9 | 10.2-7.9 |
| 5. | 8.5-8.1 | 8.5-8.2 |
| 6. | 8.0-6.5 | 8.1-6.5 |
| 7. | 7.3-6.2 | 7.5-6.4 |
| 8. | 7.0-6.0 | 7.2-6.2 |
| 9. | 6.7-5.7 | 6.9-6.0 |
| 10. | 6.5-5.6 | 6.5-5.6 |
| 2 | Координа-  ционные | Челночный бег  3\*10м., сек. | 5. | 12.8-11.1 | 12.9-11.1 |
| 6. | 11.2-9.9 | 11.3-10.0 |
| 7. | 10.8-10.3 | 11.3-10.6 |
| 8. | 10.0-9.5 | 10.7-10.1 |
| 9. | 9.9-9.3 | 10.3-9.7 |
| 10. | 9.5-9.0 | 10.0-9.5 |
| 3 | Скоростно-  силовые | Прыжок в длину с  места, см. | 4. | 64.0-91.5 | 60.0-88.0 |
| 5. | 85.0-130 | 85.0-125 |
| 6. | 100-135 | 90.0-130 |
| 7. | 115-140 | 110-135 |
| 8. | 125-145 | 125-140 |
| 9. | 130-150 | 135-150 |
| 10. | 140-160 | 140-155 |
| 4 | Выносливость | Продолжительность  бега:  5 лет.-3-5 мин.;  6 лет.-5-10мин.;  7-10 лет.-6мин  Дистанция, м. | 5. | 500-750 | 500-750 |
|  |  |
| 6. | 750-1.500 | 750-1.500 |
|  |  |
| 7. | 750-900 | 600-800 |
| 8. | 800-950 | 650-850 |
| 9. | 850-1000 | 700-900 |
| 10. | 900-1050 | 750-950 |
| 5 | Гибкость | Наклон вперёд:  5-6лет - стоя на  гимнастической  скамейке, см;  7-10лет - из положения сидя на  полу, см. | 5. | 3-6 | 6-9 |
| 6. | 4-7 | 7-10 |
| 7. | 3-5 | 6-9 |
| 8. | 3-5 | 5-8 |
| 9. | 3-5 | 6-9 |
| 10. | 4-6 | 7-10 |
| 6 | Силовые | 4-6лет-метание ме-  шочка(150-200гр),м.  7-10лет-подтягива-  ние на высокой перекладине из виса  мальчики, раз; на  низкой перекладине  из виса лёжа девоч-  ки, раз. | 4. | 4.1 | 3.4 |
| 5. | 5.7 | 4.4 |
| 6. | 7.9 | 5.4 |
| 7. | 2-3 | 4-8 |
| 8. | 2-3 | 6-10 |
| 9. | 3-4 | 7-11 |
| 10. | 3-4 | 8-13 |

**Приложение 5**

**Репертуар подвижных игр для детей старшего дошкольного возраста**

«ВОЗЬМИ ПЛАТОЧЕК!» Дети стоят в колонне парами, взявшись за руки. Перед ними на расстоянии 5-6 м стоит водящий с платочком в руке. Он говорит слова: « Кто успеет добежать и платочек забрать. Раз, два, три — беги!». После слова: «Беги!» дети, стоящие последними в колонне, опускают руки и бегут, чтобы взять платочек. Тот, кто первый взял платок, становится водящим. Новая пара становится впереди колонны.

«МЫШЕЛОВКА». Играющие делятся на две группы. Дети одной группы образуют круг — «мышеловку», остальные изображают мышей и находятся вне круга. Дети, изображающие мышеловку, берутся за руки и начинают ходить по кругу то влево, то вправо со словами.

«Ах, как мыши надоели! Берегитесь же, плутовки,

Развелось их — просто страсть, Доберемся мы до вас.

Все погрызли, все поели, Вот поставим мышеловки

Всюду лезут — вот напасть! Переловим всех сейчас!»

По окончании стихотворения дети останавливаются и подни- ] мают сцепленные руки вверх. Мыши вбегают и выбегают из « мышеловки». По сигналу воспитателя «Хлоп!», дети, стоящие в кругу,;! опускают руки и приседают — мышеловка захлопнута. Мыши, не J успевшие выбежать из круга, считаются пойманными. Они садятся на скамейку. Затем дети меняются местами.

«ХИТРАЯ ЛИСА». Дети становятся в круг. Выбирается водящий, у него в руках маленькая резиновая игрушка — лиса. У детей руки спрятаны за спину, глаза закрыты. Водящий идет за кругом, кладет кому-нибудь в руки игрушку и встает вместе с детьми в круг. Дети открывают глаза и спрашивают 3 раза (вначале тихо, а потом громче): «Хитрая лиса, где ты?». Ребенок, у которого в руке игрушка, выходит в центр круга, поднимает игрушку вверх и говорит: «Я здесь!». Дети разбегаются, а лиса их ловит, дотрагиваясь игрушкой. Те, кого лиса коснулась, садятся на скамейку. После того, как лиса поймает 2-3 детей, воспитатель произносит: «Раз, два, три — в круг скорей беги!» и игра начинается вновь.

«УДОЧКА». Играющие становятся в большой круг, в центре — воспитатель с веревкой, на конце которой пришит мешочек с носком. Он вращает веревку так, чтобы мешочек касался пола, а дети подпрыгивают на двух ногах, стараясь не задеть мешочек. Описав мешочком 2-3 круга, воспитатель делает паузу, во время которой подсчитывает количество детей, задевших мешочек — «пойманных на удочку» и дает необходимые указания по выполнению прыжков

«ЛОВИШКИ С ЛЕНТОЧКОЙ». Играющие прикрепляют сзади цветные ленточки. Выбирается водящий. Дети хором говорят: «Раз, два, три — лови!» и разбегаются, а водящий, бегая за детьми, старается вытянуть у кого-либо ленточку. Тот, кто лишился ленточки, отходит в сторону. «Раз, два, три, в круг быстрей беги!» —произносит педагог, все играющие должны быстро встать в круг. Водящий подсчитывает ленточки и возвращает детям. Игра повторяется с другим водящим.

«МОРОЗ-КРАСНЫЙ НОС». Играющие стоят по кругу. Выбирается водящий — «Мороз-Красный нос». Он становится в центр круга и произносит слова:

«Я — Мороз-Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?»

Играющие хором отвечают:

«Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз». После слова «мороз» дети разбегаются по залу, а водящий догоняет их, стараясь коснуться рукой— «заморозить». «Замороженные» останавливаются на том месте, где до них дотронулся водящий, и до окончания игры стоят, не двигаясь.

«ВЫШИБАЛЫ». Выбирается водящий — «вышибала». Он стоит в центре зала на определенной метке (например, на плоском кольце), на которой он должен обязательно находиться во время броска мяча. Дети стоят свободно по залу. По сигналу водящего: «Раз, два, три — беги!», дети разбегаются по залу, водящий старается попасть в них мячом (по ногам). Те, в кого попали мячом, садятся на скамейку. При разучивании правил этой игры лучше, если водящим будет воспитатель. Дети хорошо усваивают правила, у них появляется устойчивый интерес к игре.

«ВДВОЕМ В ОДНОМ ОБРУЧЕ» (проводится с музыкальным сопровождением). Обручи лежат на полу по кругу. В каждом обруче — двое детей. Воспитатель дает задание: легкий бег (или подскоки, или боковой галоп и т.д.) и включает музыку. Дети выполняют движения около обручей по большому кругу до тех пор, пока играет музыка. Как только музыка перестает играть, дети должны бегом занять любой обруч попарно. Тот, кто не успел, становится проигравшим. Игра повторяется 2-3 раза.

Игра-эстафета «ПО МЕСТАМ!» Дети строятся в две шеренги напротив друг друга. Задание: запомнить свои места. По сигналу «Разойдись!», дети бегают, прыгают по всему залу. По команде «По местам!», дети должны занять свои места в шеренге. Побеждает команда, все члены которой быстрее займут свои места.

Игра-эстафета «КЛАССИКИ». Дети строятся в 2 колонны. Перед ними разложены обручи в виде классиков: два, один, два, один, два. По сигналу педагога, дети прыгают через обручи туда и обратно, передают эстафету следующему из своей команды легким хлопком по руке и встают в конец колонны.

«МЯЧ КАПИТАНУ». Играющие становятся в 3-4 колонны. На расстоянии 1,5 м от первых игроков в колоннах — водящие с мячами большого диаметра. Для водящих и игроков колонны обозначается линия (шнур, черта), за которую нельзя заступать. По сигналу педагога, водящие бросают мячи первым игрокам колонны, а те возвращают их обратно и перебегают в конец своей колонны. Следующий в колонне передвигается к исходной линии. Когда первым в колонне окажется игрок, начавший выполнять задание, он поднимает руку вверх. Определяется команда-победитель. Игровое задание повторяется.

«МЯЧ СОСЕДУ!» Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Один из играющих держит мяч, водящий занимает место вне круга, за игроком с мячом. По сигналу педагога дети начинают перебрасывать мяч друг другу, а водящий, Пегая за кругом, старается коснуться мяча на лету. Если это ему удается, то он становится новым водящим. Если водящему долго не удается коснуться мяча или поймать его, то назначается другой водящий

«КАРУСЕЛЬ». Дети образуют круг, держась одной рукой за веревку, концы которой связаны. Идут по кругу сначала медленно, потом быстрее. Движения выполняются в соответствии с текстом:

Еле-еле, еле-еле Тише, тише, не спешите!

Закружились карусели, Карусель остановите!

А потом кругом, кругом, Раз-два.раз два.

Все бегом, бегом, бегом. Вот и кончилась игра!

«БЫСТРО ВОЗЬМИ». Из кубиков образуют круг, но кубиков на два меньше количества играющих. Дети стоят по кругу. Педагог дает задание: бег (прыжки галопом, подскоки, бег спиной, и прыжки на одной ноге или др.) Педагог говорит: « Быстро возьми!» Каждый из играющих должен взять один кубик. Тот, кто остался без предмета, считается проигравшим.

«СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА». Из числа играющих выбирается водящий — Снежная королева. Дети разбегаются по площадке, Снежная королева старается дотронуться до них. Тот, кого она коснулась, превращается в льдинку и должен уйти в ее царство (сесть на скамейку).

«УСПЕЙ ВЫБЕЖАТЬ». Дети образуют круг. В середине Круга одна половина играющих. Стоящие в кругу, взявшись, за руки идут (или бегут). Стоящие в центре круга хлопают в ладоши в такт ходьбы (или бега). По сигналу педагога «Стой!», идущие по кругу останавливаются и поднимают вверх сцепленные руки. Педагог считает до трех. За это время стоящие в середине должны выбежать из круга. После счета «три» дети быстро опускают руки. Не успевшие выбежать считаются проигравшими.

«СОБЕРИ МЯЧИ». В центре зала большая корзина с мячом и. Около корзины стоят дети. По сигналу воспитатель выбрасывает мячи из корзины, а дети — собирают. Игра продолжается I мин. Но сигналу «Стоп!» игра прекращается. Если в корзине 7-8 мячей, то выиграли дети.

«МЕТКИЙ СТРЕЛОК». Играющие образуют круг, стоя друг от друга на расстоянии вытянутых рук. Водящий становится в центре круга. У ног его лежат 3-4 мяча. Водящий выполняет упражнения с мячом (отбивает рукой о пол, подбрасывает вверх, вращает пальцами рук, катает ногой и др.), играющие выполняют эти движения без мяча. После слов водящего «Раз, два, три — беги!», дети начинают бежать по кругу. Водящий, не сходя с места, бросает в играющих мячи один за другим. Затем, по сигналу воспитателя «Раз, два, три — в круг скорей беги!», дети снова образуют круг. Воспитатель объявляет количество детей, в которых попал водящий. Выбирается новый водящий, и игра возобновляется.

«Удочка»: Играющие образуют круг. Водящий, стоя в центре, вращает веревочку с привязанным на конце мешочком с песком (удочку). Играющие перепрыгивают через веревочку, когда она проходит под ногами, стараясь не задеть ее. Коснувшийся веревки становится водящим.

«Перетягивание через линию»: Участники игры встают друг к другу лицом на расстоянии 1 метра. Каждый игрок захватывает запястье соперника напротив, между ними проводится линия. По сигналу игроки начинают перетягивать друг друга. Побежденным считается тот, кто переступит линию обеими ногами. Продолжительность игры для одной пары играющих 3-5 минут.

«Вытолкни из круга»: В круг диаметром 3-4 метра встают участники игры. По сигналу соперники (стоящие напротив) начинают выталкивать друг друга из круга. Выталкивать можно руками и туловищем. Побеждает тот, кто останется в кругу. Повторить 3-4 раза, меняя игроков местами.

«Подними соперника»: Дети садятся на пол друг против друга, упираясь ступнями и держась за спортивную палку прямыми руками. По команде начинают тянуть палку к себе, стараясь поднять соперника. Побеждает тот, кому это удается. Палку следует тянуть только на себя, не делая рывков вверх и в стороны. Повторить 4-5 раз.

«Салки»: Водящий поднимает руку и говорит: «Я – салка!». После этого он старается догнать кого-либо из играющих и коснуться его рукой. Убегающие пытаются увернуться от водящего. Игрок, которого водящий коснулся, становится салкой.

«Мы – веселые ребята»: Игроки стоят за чертой на одной стороне площадки. Сказав; «Мы веселые ребята, любим бегать и играть, ну попробуй нас догнать!», играющие бегут на другую сторону площадки за черту. Водящий, находящийся в середине площадке, между двумя чертами, должен догнать и коснуться рукой бегущих. Осаленный игрок помогает водящему. Победителем считается последний осаленный игрок.

«Кто обгонит?»: По сигналу играющие прыгают на одной ноге до линии финиша (8-12 метров), стараясь обогнать друг друга.

«Салки с прыжками на одной ноге»: Водящий, прыгая на одной ноге, старается догнать игроков, прыгающих также на одной ноге. После того, как салка догнал и коснулся любого игрока, они меняются местами. Коснувшийся земли двумя ногами, либо становится салкой, либо выбывает из игры (например, на 3 смены салки).

«Волк во рву»: На площадке чертят две параллельные линии (ров) шириной 55-60 см. Играющие (козлята) находятся на одной стороне рва, а во рву (между линиями) 2-3 водящих (волка). По сигналу «козлята» прыгают через ров, а «волки» стараются их поймать (осалить). Пойманные (осаленные) «козлята» выходят из игры. Когда число не пойманных «козлят» сравняется с числом «волков» игра заканчивается. «Волки» и не пойманные «козлята» меняются ролями.

«Охотники и утки»: На площадке на расстоянии 10-15 метров проводятся две параллельные линии. Все играющие делятся поровну на «охотников» и «уток». «Охотники» становятся снаружи линии, а «утки» между линиями. «Охотники» бросая мяч, стараются попасть им в «уток». Осаленные «утки» выбывают из игры. Когда все «утки» осалены, команду меняются ролями. Выигрывает команда, которая за меньшее время осалить всех «уток».

«Бой петухов»: Чертится круг диаметром 1,5-2,0 метра, в который заходят два участника игры и располагаются на расстоянии полшага друг от друга. Оба сгибают одну ногу, придерживая ее рукой сзади за стопу, другая рука за спиной. Суть игры заключается в том, что, прыгая на одной ноге и, толкая соперника плечом, вывести его из равновесия и вытолкнуть из круга.

**Приложение 6**

**Играем вместе с родителями**

**Подвижные игры**

Волшебный мяч

Материал: мяч

Ход игры:

1. Сидя на стуле, прокатывать мяч (диаметр 10 – 15 см.) стопами ног поочерёдно вперёд – назад, вправо – влево, по кругу. Катание босыми ногами деревянных или шипованных мячей (диаметр 4 – 6 см.) в течении 3 минут.
2. Лёжа на спине или сидя на стуле, поднимать и опускать ноги с зажатым между ступнями мячом (диаметр 15 – 20 см.) (5 – 6 раз)
3. Сидя на стуле, перекатывать мячи (диаметр 6 – 8 и 10 – 15 см.) правой и левой ногой от ребёнка к родителю и наоборот.
4. Ходьба и прыжки с продвижением вперёд, зажав мяч между коленями.

Играем со скакалкой

1. Перепрыгнуть вперёд через опущенную скакалку
2. Вращать скакалку, сложенную вдвое, только кистью (держа попеременно в правой и левой руке). Подпрыгивать невысоко на двух выпрямленных ногах при ударе скакалки об пол.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С ДЫХАТЕЛЬНЫМИ

УПРАЖНЕНИЯМИ

« ЖУКИ»

Ребёнок сидяи на полу по турецки, родитель произносит: « Ж-ж-ж,- сказал крылатый жук, - посиж – ж – ж – у ».

Ребёнок обнимают себя за плечи, произносит: « Поднимусь, полечу; громко, громко зажуж – ж – ж – ж – у ».Ребёнок и родитель разводят руки в стороны и перемещаются по залу с произнесением звуков « ж – ж – ж – ж» (2 – 3 мин).

«МЕДВЕЖОНОК»

Ребёнок ложится на спину, руки - под головой; выполняет глубокий вдох через нос, на выдох «похрапывает». Родитель комментирует: «Медвежата спят в берлоге…» « Мишка проснулся, потянулся, перевернулся». Ребёнок выполняет движения, потягивается, сгибает ноги в коленях к животу, выполняя при этом глубокий выдох через нос; переворачивается и ….опять «засыпает, похрапывая».

«ХОМЯЧКИ»

Ребёнок и родитель сильно надувают щёки, «как у хомячков» ( дышат через нос ) и ходят по комнате. По сигналу кулачками надавливают на щёки, выпуская при этом воздух через рот «щёки, как у детей». Игра повторяется 5 – 6 раз.

«ЧЕЙ САМОЛЕТ УЛЕТИТ ДАЛЬШЕ»

Ребёнок и родители располагаются на одной линии; у каждого в руках бумажный самолётик. По команде «запускают» самолётики как можно дальше ( можно поддувать на самолёт не давая ему опускаться).

« МАМА ОБНИМАЕТ МЕНЯ»

Вдох носом, руки, развести в стороны, задерживаем дыхание 3 секунды, выдох обнять себя так крепко, как мама обнимает вас.