

ков, развития и совершенствования специальных физических и психических качеств и способностей, формирование которых немислимо без использования средств и методов физической культуры, особенно на первых этапах адаптации.

Поддержание оптимального психофизического состояния и жизнеспособности у данной категории лиц, с помощью средств и методов адаптивной физической культуры помогает им реализовать свои способности и достичь выдающихся результатов [1].

Для лиц имеющих ограничения возможностей здоровья крайне важно получить доверие и подтверждение своей способности к социальному взаимодействию. Им необходимо помочь в поиске и выборе таких видов адаптивной физкультурно-спортивной деятельности, которые помогут лицам с ограниченными возможностями здоровья получить положительную оценку на разных уровнях социальных связей, самореализоваться и самоутвердятся в своих возможностях.

Библиографический список

1. Зеленин Л.А, Паначев В.Д. Влияние адаптивной физической культуры и спорта на социализацию личности детей с ограниченными жизненными возможностями // Международный журнал экспериментального образования. №1. 2012. С. 17-19.

2. Нарзулаев С. Б., Шуклова Л. А. Проблемы обучения детей с задержкой психического развития в условиях общеобразовательного учреждения // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). 2011. Вып. 2 (104). С. 45–57.

3. Чернышева И.В., Шлемова М.В., Гапоненко Н.И., Слепова Л.Н. Влияние физкультурно-спортивной деятельности на адаптационную систему личности людей с ограниченными возможностями // Известия Волгоградского государственного технического университета. Вып. 7. Том 8. 2010. С. 205-207.

Батухтина Т.С., Комлева С.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Аннотация. Для того чтобы вырастить здоровое поколение, необходима правильная организация физического воспитания с раннего детства. Современная дошкольная образовательная организация опирается на опыт, сформированный поколениями, и при этом стоит перед выбором новых, адекватных запросам воспитанников и их родителей технологий формирования физической культуры детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: физическая культура, дошкольный возраст, здоровье, физическое воспитание.

Batukhtina T. S., Komleva S. V.

Russian state vocational
pedagogical University, Ekaterinburg, Russia

PROBLEMS OF FORMATION OF PHYSICAL CULTURE IN PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

Abstract. In order to grow a healthy generation, we need proper organization of physical education in early childhood. Modern preschool educational organization relies on the experience formed by generations, and thus faces a choice of new, adequate to the needs of the pupils and their parents of the technology, the formation of physical culture of children of preschool age.

Keywords: physical education, preschool age, health, physical education.

В последнее время проблема физическое воспитание детей является особенно актуальной. Современные дети ведут малоподвижный образ жизни, и это приводит к гипокинезии. Гипокинезия приводит к слабости мышц, связок, костного аппарата, плохому физическому развитию, нарушению функций нервной системы.

На сегодняшний день в России каждый ребенок болеет не менее двух раз за год. Приблизительно 20–27 % детей относятся к категории часто и длительно болеющих. Количество детей, страдающих ожирением, возрастает на 1 % ежегодно. По данным прогнозов, 85 % этих детей – потенциальные больные сердечно-сосудистыми заболеваниями. Около 50 % детей нуждаются в психокоррекции, что характеризуются серьезным психологическим неблагополучием. Для того чтобы это предотвратить, необходима правильная организация физического воспитания с раннего детства.

Целью физического воспитания является содействие гармоничному формированию всесторонне развитой личности. Основным средством для достижения этой цели является изучение основ личной физической культуры, уровня здоровья, физического развития, разностороннее развитие двигательных способностей, умения осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность [1, 2]. При этом необходима целенаправленная работа по воспитанию ценностных ориентаций на физическое и духовное развитие личности, здоровый образ жизни, формирование потребности и желаний к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, развитие волевых и нравственных качеств.

Формы физического воспитания дошкольника:

1. Занятия физической культурой, утренняя гимнастика, спортивные досуги, подвижные игры, физкультминутки и физкультпаузы в режимных моментах.

2. Дополнительные формы физического воспитания, проводимые в детском саду или в спортивных школах.

3. Физическое воспитание в семье (утренняя гимнастика, физкультминутки – игры в семейном кругу, прогулки и игры на свежем воздухе, спортивные развлечения).

Главной ценностью является то, что при регулярном занятии физической культурой и спортом происходит непрерывное совершенствование механизмов, регулирующих работу всех органов и систем человека. В этом, главным образом, и заключается положительное влияние физической культуры как одного из мощных факторов на укрепление здоровья [1]. Двигательная активность является необходимым условием гармоничного развития личности ребёнка.

Основная форма физического воспитания – физические упражнения. Большая ценность физических упражнений состоит еще и в том, что, занимаясь ими, дошкольник не только укрепляет свое здоровье и получает разностороннее физическое развитие, но и приобретает ряд двигательных моральных качеств. Еще в дошкольном возрасте ребенок развивает такие физические качества как: ловкость, быстрота, сила, выносливость, гибкость. А также занимаясь физической культурой, дошкольник развивает в себе личностные качества, такие, как: коллективизм, товарищество, настойчивость, смелость, честность, дисциплинированность.

Состояние здоровья детей является одним из основных показателей работы детского учреждения. Особое значение в физическом развитии дошкольника занимают подвижные игры.

Подвижная игра – одно из важных средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерная ее особенность – комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Например, для того чтобы увернуться от «ловишки», надо проявить ловкость, а спасаясь от него, бежать как можно быстрее. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий за-

ставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности.

Проведя анализ организации физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении, мы выявили актуальные проблемы физического воспитания дошкольников в свете современных требований:

- Высокая заболеваемость детей, главная причина которой – это гипокинезия;
- Диагностика физического развития и физической подготовленности дошкольников, разработки показателей эффективности физкультурно-оздоровительной деятельности находятся в стадии обновления;
- Бездействие родителей в вопросах формирования физической культуры, отсутствие семейных традиций, направленных на физическое развитие и укрепление здоровья.

В качестве вывода важно сделать акцент на охрану жизни и укрепление здоровья дошкольников. Это остается приоритетным направлением в работе дошкольных учреждений. Педагог ДОУ обязан взаимодействовать с детьми-дошкольниками и их родителями и создавать условия для развития двигательной активности, общей физической культуры, укрепления здоровья, формирования умений и навыков активной жизнедеятельности.

Библиографический список

1. Бурухина Л.А. Взаимодействие доо и семьи в вопросах физического развития дошкольников и формирования у них навыков здорового образа жизни / Бурухина Л.А., Бритвина О.Н., Третьякова Н.В. // Эксперимент и инновации в школе. – 2014. – Т. 6. – С. 8–11.
2. Галанов А. С. Игры для укрепления здоровья малышей. СТРЕКОЗА, 2012.-64с.

Бачурина А.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

ВНЕДРЕНИЕ ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ В ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. В статье представлены материалы, на основании которых можно сказать, что физкультурное образование школьников требует модернизации, внедрения новых видов с оздоровительной направленностью. Широкие оздоровительные возможности фитнеса позволяют реко-