



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ.
АБАЯ

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

Методика развития двигательных качеств детей
дошкольного возраста (5-7 лет)

Исполнитель: студент 4 курса
Амантай И.Э

Научный руководитель: к.п.н
Коваленко В.А

Алматы, 2017

Актуальность данной работы заключается в том, что необходимо с самого раннего возраста создавать такие условия, в которых физические и духовные возможности ребенка раскроются во всей полноте. С самого раннего возраста необходимо стимулировать желание детей заниматься двигательной деятельностью. Это является основой для решения всех воспитательных задач.



Дошкольный возраст - период интенсивного формирования всех органов и систем организма. Именно в дошкольном детстве формируются те двигательные качества, навыки и умения ребенка, которые служат основой его нормального физического и психического развития.



Здесь уместно вспомнить известное высказывание Н. А. Бернштейна:

«Психика
формируется
в движении»



Дошкольный возраст является началом всех начал. Именно в эти годы, закладывается фундамент здоровья, формируются личностные качества, интерес к занятиям любимым делом, раскрываются способности ребенка. И этот процесс продолжается всю жизнь и складывается из многих составляющих: наследственности, здоровья родных, собственного поведения и отношения к здоровью, образа жизни, состояния окружающей среды и социальных факторов. На этом этапе возраста происходит усиленное физическое и умственное развитие, развиваются мотивации, желание творить, выражать себя.



Исследованиями установлено, что уже в дошкольном возрасте отмечается недостаточная двигательная деятельность, т. е. гиподинамия, что отрицательно сказывается на состоянии здоровья ребят.

Вот почему для детей необходимы занятия физическими упражнениями, бегом, подвижные игры. Повышенная двигательная активность способствует активизации всех основных физиологических функций организма.

Повышение двигательной активности ребенка достигается путем ежедневного проведения утренней гимнастики, подвижных игр, использования упражнений спортивного характера - ходьба на лыжах, катание на коньках, санках, езда на велосипеде, плавание, бадминтон.



Объектом исследования в данной работе является процесс развитие и формирования двигательных качеств.

Предметом исследования в данной работе является методика стандартной программы для развития двигательных качеств.

Целью данной работы является совершенствование методики развития двигательных качеств, двигательных способностей.

Научная новизна данного исследования является тот факт, что при правильном подборе упражнений и с учётом индивидуальных особенностей ребёнка выявляются положительные результаты при развитии двигательных качеств детей 5-7 лет.



Методы исследования:

Теоретические: анализ педагогической литературы по теме исследования; обобщение.

Эмпирические: наблюдение; беседа.

Практическая значимость исследования.

Составлен диагностический инструментарий для оценки уровня развития физических качеств старших дошкольников и их физической подготовленности.

- Предложена система подвижных игр, направленных на развитие определенных физических качеств старших дошкольников, разработаны конспекты их проведения.
- Разработаны методические рекомендации для педагогов ДОО по использованию подвижных игр с целью развития физических качеств старших дошкольников.

Результаты экспериментального исследования дают возможность усовершенствовать процесс повышения уровня физических качеств у детей старшего дошкольного возраста и могут быть использованы в работе педагогов.

Достижение поставленной цели обусловило решение следующих задач исследования:

1. Проанализировать состояние проблемы в психолого-педагогической литературе.

2. Выявить уровень развития физических качеств старших дошкольников и их физической подготовленности.

3. Разработать методику развития физических качеств старших дошкольников, основанную на использовании подвижных игр.

Оценить эффективность разработанной методики развития физических качеств старших дошкольников.



Главная задача методики развития двигательных качеств у детей.

Главная задача методики развития двигательных качеств у детей дошкольного возраста - обеспечить всестороннюю физическую подготовленность каждого ребенка, помочь приобрести запас прочных умений и двигательных навыков, необходимых человеку на протяжении всей его жизни для труда и активного отдыха.

Всестороннее физическое развитие предполагает развитие двигательных качеств. Играя, двигаясь, ребенок становится более крепким, ловким, выносливым, уверенным в своих силах, возрастает его самостоятельность. Достигнутый уровень развития двигательных качеств, психологическая готовность к большей концентрации волевых усилий обуславливает новый виток физического развития, дальнейший рост физических возможностей детей, усвоение более сложных двигательных действий, овладение их техникой. Так постепенно достигается уровень физического совершенства, необходимый для определенного возрастного этапа.

Выводы

Обучение детей 5-7 лет двигательным качествам - важная составная часть процесса физического воспитания. Воспитатель может добиться решения различных задач, к основным из которых можно отнести реализацию основных потребностей детей (в самоутверждении, общении), воспитание некоторых черт характера, воли и др., воспитание положительной мотивации к развитию двигательных качеств. Построение учебно-воспитательного процесса развитию двигательных качеств детей 5-7 лет методом подвижных игр и может варьироваться с учетом насущных задач, стоящих перед воспитателем по физической культуре, с учетом физической подготовленности детей, индивидуальных особенностей и склонностей.

При развитии двигательных качеств необходимо основываться на потребностях детей, которые адекватны их возрасту: самоутверждение, расширение круга общения, выработка волевых черт характера.

Заключение

Чтобы успешно обучить детей двигательным качествам воспитатель должен учитывать определенные соотношения, которые существуют между образами в сознании и определенными действиями. Например, образ красивого спортивного костюма вызывает желание выполнить какие-либо упражнения; образ сильного человека может вызвать стремление подражать ему в занятиях силовыми упражнениями и т. п. Однако связь между мысленным образом и стремлением выполнять какое-либо действие, может быть не только положительной, но и отрицательной. Например, если ребёнок мысленно представляет себе ситуацию, когда учитель незаслуженно отчитал его за плохо выполненное упражнение или плохой результат, то переживание обиды может стать сигналом к прекращению занятий развитием двигательных качеств. При обучении детей развитию двигательным качеств важно формулировать понятную им цель, соответствующую потребностям детей этого возраста. Как уже указывалось, основными потребностями в данный период являются потребности в самоутверждении, расширении круга общения и выработке черт характера волевой направленности (смелость, упорство, настойчивость в преодолении трудностей и т. п.).

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.

