

Особенности организации и проведения физкультурных занятий на прогулке



2018 год

Цель дипломной работы:

- 1. Выявить уровень сформированности двигательных умений и навыков у детей 6 - 7 лет с применением методики Т.А. Тарасовой при проведении констатирующего и контрольного этапов педагогического эксперимента.**
- 2. Определить, какое влияние оказывают физкультурные занятия на формирование двигательных умений и навыков детей 6 – 7 лет.**
- 3. Определить эффективность проведенной работы, направленной на формирование двигательных умений и навыков у детей 6 – 7 лет.**

Задачи дипломной работы:

- 1. Определить уровень сформированных двигательных умений и навыков детей с применением техники движений – ходьба, бег, прыжки в длину с места по методике Т.А. Тарасовой, проанализировать состояние здоровья детей.**
- 2. Разработать систему физкультурных занятий, направленных на формирование двигательных умений и навыков детей, определить критерии и задачи по расширению предметно-развивающей среды.**
- 3. Произвести анализ деятельности ДОУ по данной проблеме, определить эффективность проведенной мною работы.**

Физкультурные занятия на прогулке способствуют:

- **повышению выносливости и устойчивости к простудным заболеваниям**
- **умственному воспитанию**
- **развитию сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и других важнейших систем организма детей**
- **усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит.**

Задачи

- **Оздоровительные** – направлены на оптимизацию физического развития и физической подготовленности ребенка, ориентируют на всестороннее развитие его физических качеств, совершенствуют двигательные способности, укрепляют здоровье, закаливают организм и повышают его устойчивость к заболеваниям;
- **Образовательные** – предусматривают системное формирование необходимых двигательных навыков и умений и связанных с ними элементарных знаний в области физической культуры;
- **Воспитательные** – решаются в процессе физкультурного занятия: воспитание воли, позитивных качеств характера, эмоциональных потребностей детей, а также интерес, потребности в здоровом образе жизни. Воспитываются как физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), так и нравственные (целеустремленность, настойчивость, чувство долга, ответственности и т. п.).

Структура физкультурного занятия

1. Вводно-подготовительная часть:

- построение и ходьба;
- различные виды ходьбы;
- повороты;
- различные виды бега;
- ходьба.

Подготовительная часть занимает от 3 до 5 минут.

В холодный период года построение в начале занятия не проводится: по выходе из помещения дети идут к спортивной площадке, выполняя движения для рук

2. Основная часть:

Общеразвивающие упражнения с предметами и без них:

- ритмические упражнения;
- спортивные упражнения;
- имитации;
- преодоление препятствий;
- упражнение.

Основные виды движений:

- метание;
- лазание;
- прыжки;
- равновесие;
- подвижная игра.

Основная часть занятия продолжается от 14 до 26 минут.

В игре не должно быть длительных остановок, перерывы между повторениями 15-20 сек.

3. Заключительная часть:

- различные виды ходьбы;
- упражнения на восстановление дыхания;
- малоподвижные развивающие игры;
- игры на РТВ (развитие творческого воображения);
- телесно-тренировочные упражнения;
- дыхательные упражнения с элементами спортивных упражнений;
- хоровод.

Во время занятий на воздухе необходимо уделять внимание носовому дыханию. Одежда и обувь детей во время занятий на воздухе должна обеспечивать свободу движений, надежно предохранять от охлаждения и вместе с тем от перегревания.

Существуют различные подходы к классификации физкультурных занятий.

- **При первом подходе** их разделяют **на три основные группы**:
 - занятия, на которых дети обучаются определенным видам движений;
 - занятия, на которых дети закрепляют полученные навыки,
 - занятия, на которых дети совершенствуют качество движений.
- **При втором подходе** выделяют **обучающие, развивающие и оздоровительные занятия**.
- **При третьем подходе** выделяют **две группы** занятий:
 - так называемые «*традиционные*» и «*нетрадиционные*».
- Все эти классификации очень условны, но тем не менее определение вида физкультурного занятия по преобладающим целям позволяет правильно подобрать соответствующую методику его организации.

- **ЦЕЛЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТА:**
Определить влияние вариативных физкультурных занятий на формирование двигательных умений и навыков у детей 6 – 7 лет.
- Педагогический эксперимент включает в себя:
 - - констатирующий эксперимент;
 - - формирующий эксперимент;
 - - контрольный эксперимент.

КОНСТАНТИРУЮЩИЙ ЭКСПЕРИМЕНТ

Цель: Выявить уровень сформированности двигательных умений и навыков у детей 6 - 7 лет.

Задачи:

1. Выявляем уровень сформированности двигательных умений и навыков детей (техники движений – ходьба, бег, прыжки в длину с места).
2. Проводим анализ состояние здоровья детей.
3. Анализируем деятельность ДОУ по данной проблеме.

Для решения первой задачи нам необходимо провести «Диагностику двигательных умений и навыков» детей подготовительной группы по методике Т.А. Тарасовой.

При оценке качественных показателей двигательных умений и навыков детей (техники движений) используем трёхбалльную систему оценки.

Критерии оценки:

- 3 балла – правильное выполнение движения, т.е. двигательный навык сформирован, автоматизирован;
- 2 балла – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно техническом выполнении;
- 1 балл – указывает на неправильное выполнение движения.

Затем подсчитываем общее количество баллов, и путём вычисления среднего арифметического балла определяем уровень сформированности двигательных навыков и умений.

Шкала распределения уровней:

высокий уровень – 2,4 – 3 балла

средний уровень – 1,7 – 2,3 балла

низкий уровень – 1 – 1,6 балла

Диагностика развития бега у детей

Дата «18 » апреля 2018 г., группа « Непоседы» возраст 6-7 лет.

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Качественные показатели									
		Туловище вперед	Голова прямо	Движение ног			Движение рук		Согласованные движения рук и ног	Легкость бега	Сохранение направления
				Энергичное отталкивание	Хороший полет	Наличие переката	Энергичные	Руки согнуты в локтях			
1	Алин Никита	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3
2	Борчанинов Семен	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3
3	Вотинова Карина	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3
4	Гнездилова Виктория	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3
5	Дементьева Анастасия	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
....	Жеребцова Анна	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3

Развитие бега

высокий уровень – 16 детей; средний уровень – 3; низкий уровень – нет

Диагностика развития прыжка в длину с места

Дата «18» апреля 2018 г., группа «Непоседы» возраст 6-7 лет.

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Качественные показатели																		
		Исходное положение					Отталкивание					Полет				Приземление				
		Ноги расставлены Ступни параллельны	Ноги согнуты в голенях	Туловище наклонено вперед	Голова прямо	Руки отведены назад	Точка одновременно двумя ногами	Энергичное выпрямление ног	Энергичный взмах руками	Одновременное отталкивание и взмах	Выпрямление туловища	Ноги согнуты в коленях	Группировка	Постепенно опустить руки	Одновременно на обе ноги	Ноги полусогнуты в коленях	Наличие переката	Туловище вперед	Голова прямо	Движение рук назад - вперед
1.	Алин Никита	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	Борчаинов Семен	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3
3	Вотинова Карина	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
4	Гнездилова Виктория	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
.....	Дементьева Анастасия	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3

Развитие прыжка в длину с места

высокий уровень – 19 детей; средний уровень – нет; низкий уровень – нет.

Диагностика развития ходьбы у детей

Дата «18» апреля 2018 г., группа «Непоседы» возраст 6-7 лет.

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Качественные показатели										
		Туловище прямо	Голова прямо	Плечи расправлены	Движение ног			Движение рук		Согласованные движения рук и ног	Легкий шаг	Сохранение направления
					Отсутствие шарканья	Наличие переката	Пятки сближены, носки разведены	Энергичное размахивание	В сторону назад			
1.	Алин Никита	1	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3
2	Борчанинов Семен	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3
3	Вотинова Карина	2	1	2	3	3	3	2	2	1	3	3
4	Гнездилова Виктория	1	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3
.....	Дементьева Анастасия	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3

Развитие ходьбы

высокий уровень – 19 детей

средний уровень – нет

низкий уровень – нет

Вторым критерием отбора детей для участия в педагогическом эксперименте было выбрано состояние их здоровья. Поэтому для решения второй задачи я произвела анализ медицинских карт детей:

Анализ медицинских карт детей

- Группа здоровья:
 - I – 8 детей; II – 10 детей; III – 1 ребенок; IV – нет.
- Состоят на учёте у специалистов: 1 ребенок (Жеребцова Аня – физическое развитие в норме, отмечена задержка псих. развития).
- Показатели физического развития:
 - низкие – нет;
 - ниже среднего – нет;
 - средние – 11 детей;
 - выше среднего – 8 детей;
 - высокие – нет.
- Физическая группа:
 - основная – 19 детей (100 %) - из них: мальчиков – 7, девочек – 12.
 - подготовительная – нет детей (0 %) - из них: девочек - 0, мальчиков - 0.

Для решения же третьей задачи необходимо проанализировать годовой план работы МКДОУ «Детский сад «Березка» по реализации задач физкультурно-оздоровительного направления

Анализ деятельности МКДОУ «Детский сад Березка»

В соответствии с годовым планом в МКДОУ «Детский сад «Березка» проводятся:

1. Физкультурные праздники и развлечения:

- спортивно-развлекательное мероприятие с участием родителей «Мама, папа и я – здоровая семья»;
- сезонные спортивные мероприятия «Зимний спортивный праздник «Зимняя олимпиада», «Летний спортивный праздник «Здравствуй, лето красное!»;
- организация и проведение месячника в детском саду «Месяц здоровья»;
- ежемесячное проведение всевозможных физкультурных развлечений.

2. Физкультурно-профилактическая работа:

- систематическое проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий в каждой возрастной группе;
- проведение закаливающих процедур, как то обливание холодной водой, сон с доступом воздуха в теплое время года, солнечные и воздушные ванны;
- использование корригирующих дорожек для профилактики плоскостопия;
- работа по привитию культурно-гигиенических навыков;
- работа с детьми по формированию бережного отношения к своему здоровью;
- работа по формированию навыков здорового образа жизни (рассматривание книг, иллюстраций о спорте, чтение художественной литературы о спорте, беседы о вредных привычках);
- витаминизация 3-го блюда;
- для профилактики простудных заболеваний включение в рацион питания лука и чеснока, обладающих высоким бактерицидным действием.

Выписка из годового плана работы МКДОУ «Детский сад «Березка» по реализации задач физкультурно оздоровительного направления.

Физкультурные праздники и развлечения.

Цель: Закреплять двигательные способности детей, воспитывать волевые и физические качества, интерес к занятиям физкультурой и спортом, доставлять радость и удовольствие.

1. Спортивное развлечение «Мама, папа и я – здоровая семья»	Воспитатели. Музыкальный руководитель	Октябрь	
2. Зимний спортивный праздник «Зимняя олимпиада».	Воспитатели старшей и подготовительной групп, специалисты	Январь.	
3. Летний спортивный праздник «Здравствуй, лето красное!».	Воспитатели старшей и подготовительной групп, специалисты	Июнь.	
4. Организация и проведение «Месяца здоровья» в детском саду.	Заведующая Мутовкина Г.И., Ст.медсестра воспитатели.	Середина октября- до середины ноября	
Физкультурные развлечения	Воспитатели всех групп, ст.медсестра	1 раз в месяц	

Физкультурно-профилактическая работа.

Цель: Укрепление здоровья детей, формирование у детей навыков бережного отношения к своему здоровью, потребности в здоровом образе жизни.

Мероприятия.	Ответственные.	Сроки.	Отметка о выполнении.
1. Систематическое проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий в каждой возрастной группе.	Воспитатели.	В течение года.	
2. Проведение закаливающих процедур: - обливание холодной водой, - сон с доступом воздуха в теплое время года, - солнечные и воздушные ванны.	Воспитатели.	В течение года.	
3. Использование корригирующих дорожек для профилактики плоскостопия.	Воспитатели,	В течение года.	
4. Работа по привитию культурно-гигиенических навыков.	Воспитатели.	В течение года.	
5. Работа с детьми по формированию бережного отношения к своему здоровью:	Воспитатели.	В течение года.	

Физкультурно-профилактическая работа.

Продолжение таблицы.

Мероприятия.	Ответственные.	Сроки.	Отметка о выполнении.
6. Работа по формированию навыков здорового образа жизни: - рассматривание книг, иллюстраций о спорте, - чтение художественной литературы о спорте, - беседы о вредных привычках,	Воспитатели.	В течение года	
7. Витаминизация 3-го блюда.	Старшая медсестра Воспитатели.	В осенне-зимний период.	
8. Для профилактики простудных заболеваний включение в рацион питания лука и чеснока, обладающих высоким бактерицидным действием.		В осенне-зимний период.	

3. Наличие физкультурного оборудования:

На территории детского сада.







В подготовительной группе.





Формирующий эксперимент

Цель: выявить влияние физкультурных занятий на формирование двигательных умений и навыков детей.

Задачи:

- 1. Разработать систему физкультурных занятий, направленных на формирование двигательных умений и навыков детей.**
- 2. Расширение предметно-развивающей среды.**

1. Для решения первой задачи мной разработана система занятий, направленных на формирование двигательных умений и навыков детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) по которой я проводила физкультурные занятия (см. Приложение 5. «План-конспект физкультурных занятий» на 24 листах).

С целью выявления потребности родителей в оздоровительных услугах для детей, так-же мной было проведено анкетирование родителей воспитанников подготовительной группы по разработанным мной анкетам. В опросе принимали участие 19 родителей (см. Приложение 6).

2. Определены были мной и основные задачи в расширении предметно-развивающей среды при организации и проведении физкультурных занятий с детьми подготовительной группы.

Контрольный эксперимент

Для решения данной задачи необходимо снова провести «Диагностику двигательных умений и навыков» детей старшей дошкольной группы по методике Т.А. Тарасовой аналогично констатирующему этапу педагогического эксперимента.

Цель: выявить эффективность проведенной работы, направленной на формирование двигательных умений и навыков у детей 6 - 7 лет.

Задача: выявить уровень сформированности двигательных умений и навыков детей (техники движений – ходьба, бег, прыжки в длину с места).

Сравнив показатели проведенной мной диагностики и проанализировав показатели уровня развития движений на констатирующем и контрольном этапах проведенного педагогического эксперимента, видим:

После проведения
констатирующего этапа
эксперимента:

1. Развитие бега

высокий уровень – 16 детей

средний уровень – 3 ребенка

низкий уровень – нет

2. Развитие ходьбы

высокий уровень – 19 детей

средний уровень – нет

низкий уровень – нет

3. Развитие прыжка в длину с

места

высокий уровень – 19 детей

средний уровень – нет

низкий уровень – нет.

После проведения
контрольного этапа
эксперимента:

1. Развитие бега:

высокий уровень – 19 детей.

средний уровень – нет.

низкий уровень – нет.

2. Развитие ходьбы:

высокий уровень – 19 детей.

средний уровень – нет.

низкий уровень – нет.

3. Развитие прыжка в длину с места:

высокий уровень – 19 детей.

средний уровень – нет.

низкий уровень – нет.

Проведя исследование и внимательно изучив их результаты, мной были отмечены не очень может быть существенные, но заметные изменения в основных двигательных умениях и навыках детей исследуемой мной подготовительной группы «Непоседы». В лучшую сторону изменилась техника таких движений, как ходьба, бег, прыжки в длину с места, а так же техника других движений. А это значит, что педагогам детских дошкольных учреждений следует уделять особое внимание проблеме физического воспитания детей и помнить всегда о том, что занимаясь воспитанием детей в ДОУ, они закладывают не только нравственный, но и физический фундамент в воспитании будущего поколения нашей с вами России.

Спасибо за внимание!

