

Особенности развития движения и задачи физического воспитания детей 5-го года жизни.

Михайленко О.Н., инструктор по физической культуре

Ковалёва Е.В., инструктор по физической культуре

МБДОУ ДС № 10

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнениях. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности.

Внимание ребёнка среднего дошкольного возраста приобретает всё более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образу.

Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Ведущие элементы техники разных способов бега, прыжков, метания, действий с мячом и пр. не могут быть освоены ребёнком и применены продуктивно, если у него недостаточно развиты ловкость, координация и точность движений, быстрота, сила, выносливость, гибкость, а также способность сохранять устойчивое положение тела в самых различных условиях.

Развитие физических качеств, происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные

возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению определённых волевых усилий.

С детьми среднего дошкольного возраста необходимо решать общие задачи по укреплению здоровья, закаливанию, увеличению работоспособности детского организма; расширению и углублению их представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями и играми, воспитанию интереса к активной двигательной деятельности.

Продолжается формирование у детей умений и навыков правильного выполнения двигательных действий. В процессе занятий детей приучают осознанно следить за положениями и движениями частей своего тела в разнообразных упражнениях, формируют умение сохранять правильную осанку.

Детей приучают соблюдать определённые интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущими в колонне, ориентироваться в пространстве; в играх – подчиняться игровым правилам, выполнять ответственную роль. Во всех формах работы следует развивать у дошкольников умение быть организованными, поддерживать дружеские отношения со сверстниками; стремление быть инициативными в подготовке и уборке мест для занятий и инвентаря. Воспитывая у детей самостоятельность, необходимо поощрять их участие в подвижных играх, действиях с физкультурными пособиями, спортивных упражнениях по собственной инициативе.

Использованная литература:

1. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений/Под ред. С. О. Филипповой. – СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007 – 416с.
2. Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду.- М.: Просвещение, 1986. – 304 с.