

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

## **МАТЕРИАЛЫ**

**X ВСЕРОССИЙСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ  
КОНФЕРЕНЦИИ С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ  
«ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИННОВАЦИОННЫХ  
НАПРАВЛЕНИЙ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

(30 октября 2020 г., г. Краснодар)

Краснодар  
2020

УДК 373.203.71(06)  
ББК 74.1я73  
Т 33

Печатается по решению редакционного совета  
Кубанского государственного университета физической культуры,  
спорта и туризма

Редакционная коллегия: профессор С.М. Ахметов  
профессор Ю.К. Чернышенко  
профессор В.А. Баландин  
профессор Г.Б. Горская  
доцент Е.А. Пархоменко

Т 33 **Материалы X Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста» (30 октября 2020, г. Краснодар): материалы конференции / ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, В.А. Баландин, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 345 с.**

В сборнике материалов конференции представлены результаты исследований и разработок, проведенных специалистами дошкольного образования по актуальным проблемам физкультурного воспитания детей дошкольного возраста.

УДК 73.203.71(06)  
ББК 74.1я73

© КГУФКСТ, 2020.

## ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ ДОШКОЛЬНИКОВ В ДЕТСКОМ САДУ И ДОМА

С.В. Костенко, В.Ю. Артюх

Муниципальное дошкольное бюджетное образовательное учреждение  
муниципального образования Красноармейский район

«Детский сад общеразвивающего вида № 50»

**Аннотация.** Данный материал определяет проблему формирования кинестетической активности дошкольников в детском учреждении и в семье.

**Ключевые слова:** двигательная активность, физическая нагрузка, взаимодействие детского сада с семьей.

Если поинтересоваться у человека, что для него самое важное в жизни, то большинство ответит: «Семья и здоровье». Но только с годами понимаешь, что здоровье – это основа благополучной, счастливой жизни каждого человека. Дошкольный возраст – ведущий период в формировании личности, период усиленного развития двигательных умений. Именно в этот этап закладывается основа здоровья и долголетия, стойкость и сопротивляемости организма к вредным воздействиям внешней среды.

Наша цель, как специалистов, работающих в дошкольных учреждениях, состоит в планировании подходящего активного режима детей в течение дня, обеспечивая удовлетворение их физиологической потребности в движении, а также в нацеливании родителей воспитанников на формирование двигательной активности детей дома.

Современные дети стали меньше двигаться, много времени проводят за компьютером и просмотром телепередач, чему способствуют сами родители, отдавая предпочтение интеллектуальному развитию детей, обучая их письму цифр, букв и как следствие – долгому сидению за столом, которое неблагоприятно сказывается на осанке, зрение, способствует быстрой утомляемости детей.

Вместе с тем есть универсальные способы, не требующие огромных финансовых затрат, но позволяющие педагогам в детском саду, а родителям дома, организовать интересную ежедневную двигательную активность воспитанников. Один из видов двигательных умений – упражнения, проводимые в игровой форме. Можно организовать подвижные игры на подражание. Дети могут подражать действиям воспитателя, родителя или других детей (ведущих) и изображать: игрушки, животных, транспорт, бытовую технику, растения, морских обитателей и т. д.

Задание можно давать несколькими способами. Прочитать стихотворение или загадать детям загадку о том, что им нужно будет изобразить, просто показать или сказать детям, что делать, кого или что изображать, дети самостоятельно выбирают карточку с нарисованным заданием. Чтобы повысить свободу выбора, инициативность детей в детском саду и дома можно сделать

лабиринты из подручных предметов, где бы ребята могли выполнять различные двигательные задания с определенной физической нагрузкой на развитие всех видов мышц.

На стене можно закрепить баскетбольное кольцо, на полу разноцветным скотчем «нарисовать» схему для игры в «Гвистер», «Классики». Дети очень любят игры с ярким оборудованием для спортивных игр, любят придумывать разные соревнования. Игры с этими атрибутами развивают ловкость, координацию движений, глазомер, меткость, способствуют улучшению реакции. Чтобы заинтересовать детей, целесообразно придумать поощрительные смайлики – обозначения разных цветов (желтый, голубой, красный), и определить результаты для получения каждого смайлика. Например, чтобы получить желтый смайлик, надо прыгнуть в длину до «лягушки», голубой – до «зайчика», красный – до «кенгуру». И проводить соревнования как в детском саду среди сверстников, так и дома с родителями. А результаты размещать на «Доске достижений», с изображением детей «Самый меткий», «Попрыгунчик», «Спринтер».

Многие дети очень любят танцевать. Им можно предложить несколько интересных игровых упражнений: «Танцуй на стене» – это смешное задание очень нравится детям. Надо подойти к стене и лечь на спину. Топать по стене в такт музыки (быстро, медленно) до определенной метки. Многие дети любят бегать. «Поймай меня», «Кто первый?», «Ловкие и быстрые», «Ловишки с ленточками», «Поймай пару» – такие соревнования очень нравятся малышам. Их можно организовать как детскому саду, так и дома с родителями.

Взаимодействие детского сада и семьи в области укрепления здоровья детей может выражаться, например, в проведении мероприятий с участием родителей («Веселые старты», всевозможные Дни здоровья и малые олимпийские игры) они не только помогают восполнить двигательный дефицит, но и сближают детей и родителей, способствует повышению компетенции родителей в области физического развития дошкольников.

Любая физическая нагрузка гораздо полезнее ее отсутствия. Постоянная, заинтересованная, совместная работа педагогов детского сада и родителей воспитанников может привести к желаемым результатам в решении задач общего физического воспитания детей.

#### **Список литературы:**

1. Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду / Э.И. Адашкявичене. – М.: Просвещение, 1992. – 275 с.
2. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – СПб., 2013.
3. Яковлева Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 236 с.