

# **ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**



**Выполнила:  
Сидорова Наталья Евгеньевна**

# ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



- Наука о наиболее общих закономерностях физического воспитания и развития личности ребенка от рождения до 7 лет

# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



- Часть общей культуры общества, одна из сфер социальной деятельности, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека
- Совокупность духовных и материальных ценностей общества в области физического совершенствования человека
- Творческая деятельность, направленная на преобразование, совершенствование человеческой природы с помощью физических упражнений
- Духовная составляющая физической культуры направлена на самосозидание личности

# Часть общей культуры



- Термин «культура» возник в 30-е годы XIX в. от немецкого «Kultur», из французского «culture», из латинского «cultūra» — «земледелие» и по своему содержанию предполагает обработку, возделывание, т.е. преобразование некой данности.
- Таким образом, физическая культура направлена на преобразование человеческого тела. Это справедливо, так как в результате занятий развивается мозг, укрепляются мышцы, формируется осанка, воспитывается ловкость, укрепляется здоровье.
- Здоровый, гармонично развитый человек становится социально активным и полезным членом общества (П.Ф. Лесгафт, Е.А. Аркин, Н.А. Бернштейн, А.В. Кенеман, Э.Я. Степаненкова, Т.А.Семенова и др.).

# Совокупность духовных и материальных ценностей



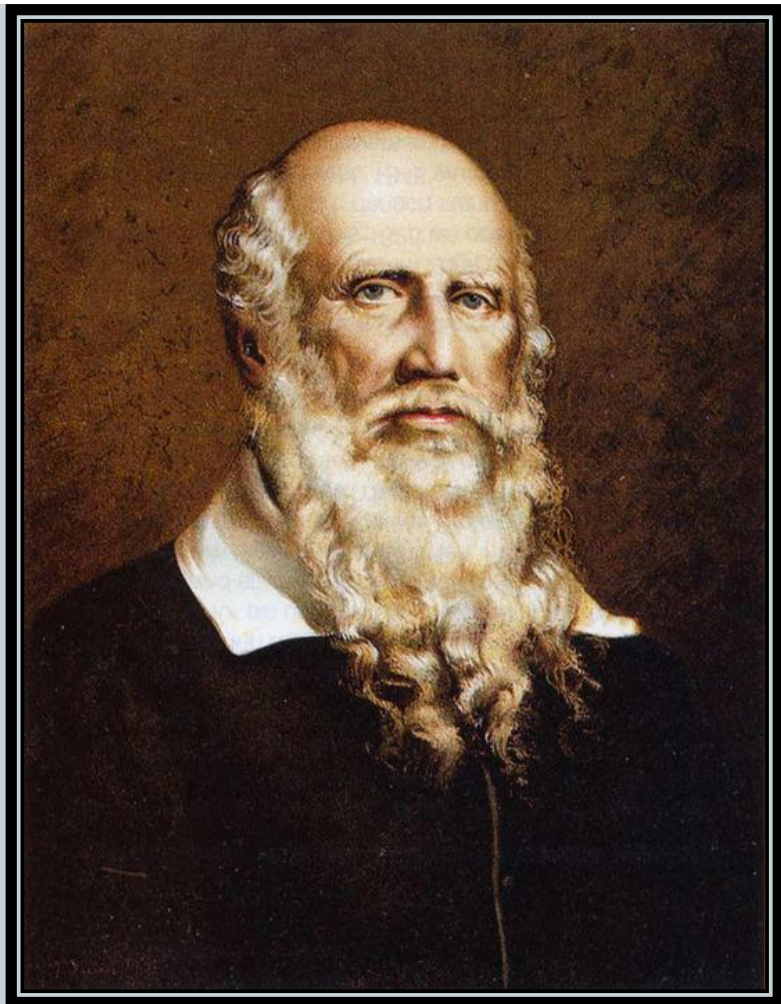
- К материальным ценностям относятся: спортивные базы, стадионы, бассейны, физкультурное оборудование, одежда и обувь для занятий и др.
- К духовным ценностям можно отнести: науку о физическом воспитании, произведения искусства, посвященные физической культуре и спорту (живопись, скульптура, музыка, кинофильмы), и др.

# Основные направления физической культуры в Европе



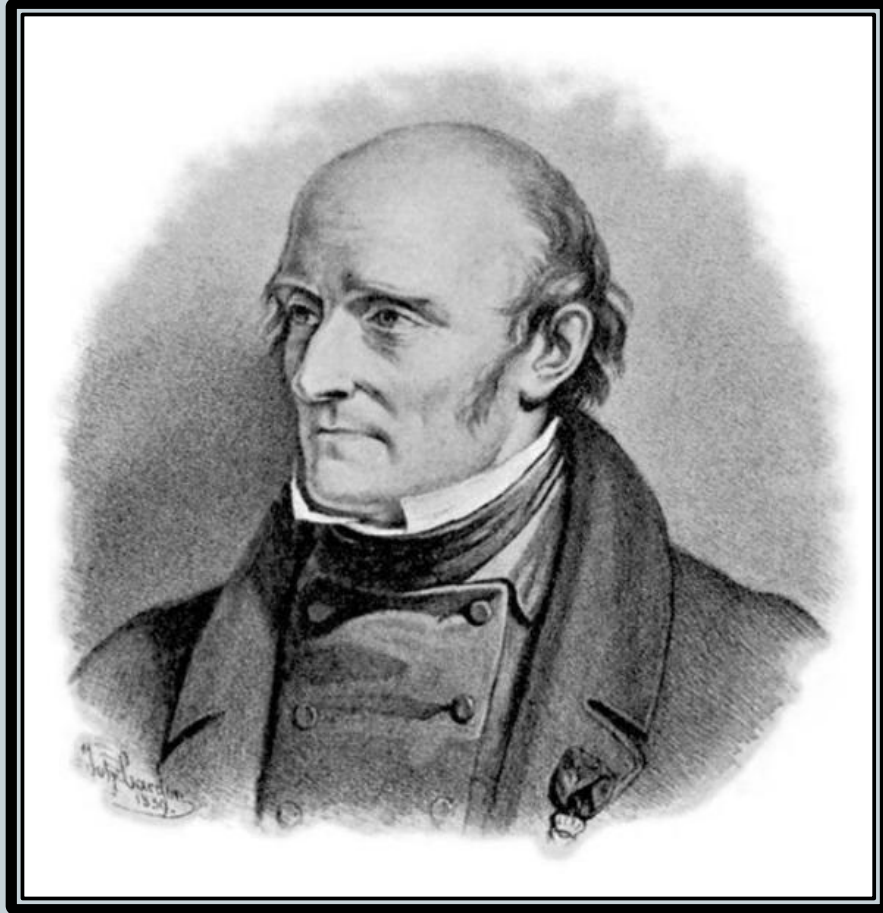
- **Немецкое**  
(Ф.Л. Ян (F.L. Jahn) и Э. Айзелен (E. Eiselen)).
- **Шведское**  
П. Линг (P. Ling)
- **Чешское** (М. Тырш (M. Tyrš))

# Немецкая система (турнерское движение)



- Фридрих Людвиг Ян
- Э. Айзелен
- Было направлено на качественное повышение боевой выучки солдат немецкой армии для борьбы с Наполеоном.
- В 1811 г. под Берлином была построена спортивная площадка (турнплац), оборудованная специальными снарядами (турниками) — перекладинами, брусьями, лестницами и др.

# Шведская система



- Пehr Хенрик Линг
- предложил разделить гимнастику на четыре основных вида: военную, педагогическую, эстетическую и врачебную.
- Но создал автор только военную гимнастику, педагогическую разрабатывал его сын Я. Линг (H. Ling), который описал структуру и методику урока физической культуры, обосновал использование гимнастических снарядов — шведской стенки, скамейки, бума и др.



# Чешская система (сокольская гимнастика)



- Мирослав Тырш
- Особое внимание на уроках физической культуры уделялось красоте и грациозности движений, выполнению упражнений под музыку, групповым упражнениям и подвижным играм.

# Сокольский слет

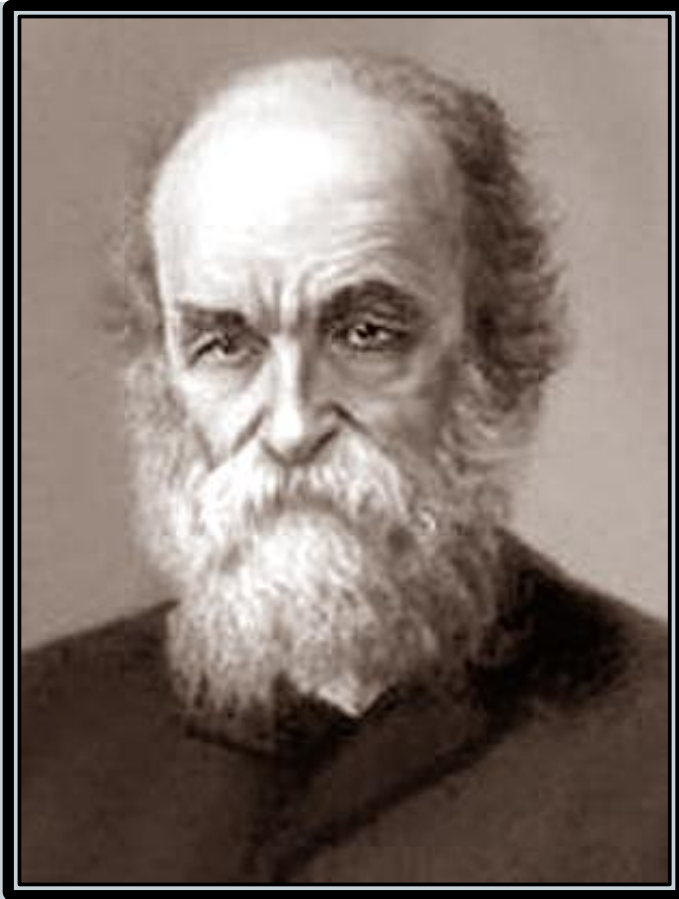


# Система физического воспитания в Англии



- Т. Арнольд
- Основана на предположении, что совместными усилиями школы, спорта и церкви можно воспитывать положительные личностные качества молодежи.
- Следовательно, можно говорить о том, что духовная составляющая физической культуры косвенно была выделена еще в XIX в.

# Творческая деятельность, направленная на преобразование человеческой природы



- Петр Францевич Лесгафт
- Основоположник российской системы физического воспитания

# Курсы для руководительниц физического воспитания в Санкт-Петербурге



# Духовная составляющая физической культуры



Рафаэль



Леонардо да Винчи





- *«Разница духовного облика при весьма сходных соматических формах (очертаниях глаз, носа, рта, почти сходных размерах и соотношениях головы и частей лица) выражается в чуть ином абрисе бровей, форме глазной щели, неуловимо тонкой складке губ. При этом становится заметно, что одно лицо вульгарно, а другое — тонко и красиво»*

**Архиепископ Лука Войно-Ясенецкий**

# ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

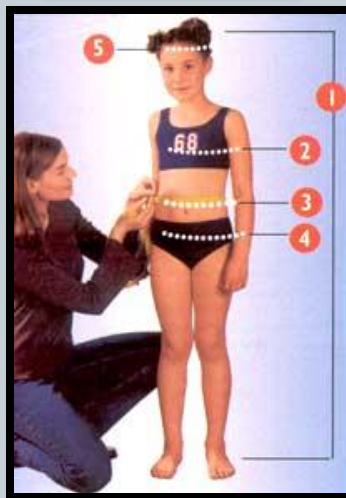


- Процесс формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфофункциональных свойств организма ребенка и основанных на них психофизических качеств
- Понимается в узком и широком смысле.



# Физическое развитие в узком смысле

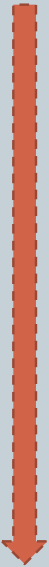
- Изменения антропометрических и биометрических показателей



# Физическое развитие в широком смысле



- Предполагает развитие психофизических качеств:
  - **Силы**
  - **Быстроты**
  - **Выносливости**
  - **Гибкости**
  - **Ловкости**



# Физическое совершенство



- Исторически обусловленный уровень физического развития
- Оптимальное физическая подготовленность и гармоничное психофизическое развитие, соответствующее требованиям трудовой и других форм жизнедеятельности человека
- Оно является результатом полноценного использования физической культуры



517. Терещенко Н.  
Нет на свете прекрасней одежды... 1955



# ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ



- Педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, воспитание психофизических качеств, достижение физического совершенства
- Физическое воспитание передает ребенку общечеловеческие (универсальные) и национально-культурные ценности
- Физическое воспитание способствует гармоничному развитию личности ребенка

# ФИЗИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ



- Овладение специальными знаниями, двигательными умениями и навыками, развитие телесной рефлексии у ребенка

# ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ



- Специальные движения (приседания, наклоны и др.),
- Сложные виды деятельности ребенка (подвижные и спортивные игры и др.), применяемые в качестве средств физического воспитания
- Термин «упражнение» обозначает неоднократное повторение

# ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ



- Соответствие уровня развития двигательных умений и навыков требованиям нормативных документов



# ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА



- процесс, в ходе которого достигается тот или иной уровень физической подготовленности
- **Общая физическая подготовка (ОФП)** способствует общему укреплению организма и созданию предпосылок для успешного овладения любым видом деятельности
- **Специальная физическая подготовка** направлена на овладение конкретным видом деятельности. Различают подготовку пожарного, космонавта и др.

# ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

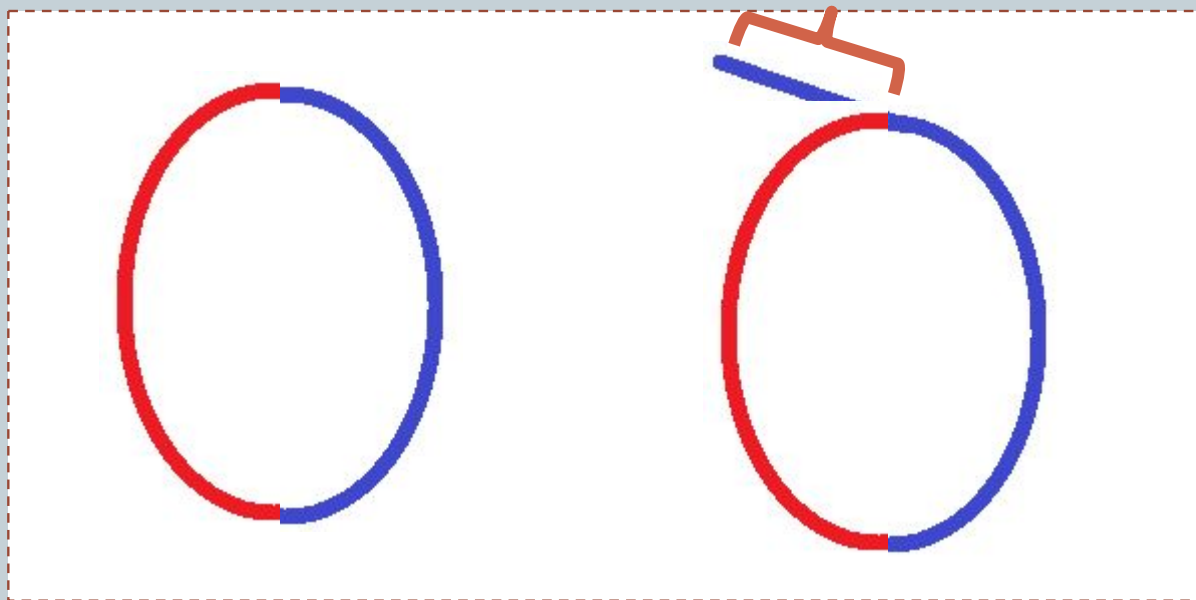


- Деятельность, характеризующая активность двигательного аппарата ребенка

# ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ



- Это основа индивидуального и развития жизнеобеспечения организма ребенка
- Основано на энергетическом правиле работающей скелетной мышц



Обеспечивает рост и развитие организма

# И.А. Аршавский



- И.А. Аршавский подчеркивает, что двигательная активность обогащает организм ребенка не только физическими, но и интеллектуальными возможностями.
- «Данные наших наблюдений позволяют убедиться в огромном значении динамического компонента нагрузки на скелетную мускулатуру в качестве фактора, определяющего размеры мозга»

# СПОРТ



- Составная часть физической культуры, система организации, подготовки и проведения соревнований по различным комплексам физических упражнений
- Спорт связан с **запредельными** физическими и психическими нагрузками

