

Иванова Алёна Юрьевна

инструктор по физической культуре

Ионкина Людмила Львовна

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Д/С №206 «Антошка»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОБЕСПЕЧЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье рассматривается вопрос о реализации современных подходов к обеспечению физического развития детей дошкольного возраста. Представлена нормативно-правовая база, ключевые аспекты инновационных подходов, некоторые современные технологии, которые используются для физического развития детей, а также различные игровые формы.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическое развитие, дошкольный возраст, дошкольное образование.

Современные подходы к обеспечению физического развития детей дошкольного возраста ориентированы не только на развитие двигательных умений, но и на формирование положительного отношения к физической активности как к источнику радости, самовыражения и гармоничного развития. Эти подходы включают учёт нормативно-правовой базы, использование новых методов, применение игровых форм и создание физкультурно-оздоровительной среды в дошкольных учреждениях.

Важным аспектом является интеграция физического развития в образовательный процесс. Это означает, что двигательные упражнения и игры должны быть включены не только в специальные занятия по физкультуре, но и в другие виды деятельности, такие как познавательные, творческие и коммуникативные. Такой подход позволяет детям учиться двигаться осознанно, использовать своё

тело для решения различных задач, выражать эмоции и взаимодействовать с окружающим миром.

Особое внимание уделяется индивидуализации физического развития. Каждый ребёнок уникален, обладает своими особенностями, возможностями и потребностями. Поэтому необходимо учитывать эти различия при планировании и проведении занятий. Педагоги должны уметь адаптировать упражнения и игры к возможностям каждого ребёнка, создавать условия для его успешного развития, поддерживать его интерес к физической активности и помогать ему преодолевать трудности.

Современные подходы также акцентируют внимание на роли родителей в физическом развитии детей. Семья является первым и самым важным институтом воспитания, поэтому родители должны быть активными участниками физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении. Педагоги должны информировать родителей о важности физической активности для здоровья и развития детей, обучать их простым упражнениям и играм, которые можно выполнять дома, и привлекать их к участию в спортивных мероприятиях.

Внедрение современных подходов требует от педагогов постоянного повышения квалификации. Они должны быть знакомы с новейшими достижениями в области физиологии, педагогики и психологии, уметь применять современные методы и технологии, анализировать свою работу и совершенствовать её. Только в этом случае можно обеспечить эффективное физическое развитие детей дошкольного возраста и сформировать у них устойчивый интерес к здоровому образу жизни.

В России физическое воспитание детей дошкольного возраста регламентируется, например, следующие.

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО), утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 года №1155. В стандарте указано, что физическое развитие – одно из направлений развития и образования детей.

2 <https://phsreda.com>

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО), утверждённая приказом Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 года №1028. В программе указано содержание физического развития детей первой и второй группы здоровья.

Л.Н. Дегтярева [2] характеризует ключевые аспекты новаторских методик.

1. Персонализированный подход к обучению предполагает адаптацию программы под индивидуальные возможности каждого ребенка, принимая во внимание его физическое состояние. Это гарантирует участие всех детей в образовательном процессе, вне зависимости от степени их физической подготовки.

2. Применение новейших технологий обогащает образовательный процесс использованием мультимедийных ресурсов, интерактивных программ и цифровых симуляторов. Кроме того, наглядные видеоматериалы демонстрируют правильную технику выполнения упражнений.

3. Развитие через творческую деятельность включает в себя элементы хореографии, музыкальные разминки и театральные постановки. Детям предоставляется свобода выбора движений или игровых сценариев, что стимулирует их самостоятельность и креативность.

Х.Э. Гарягдыев Алты [1] выделяет некоторые актуальные подходы в технологиях для физического воспитания детей.

1. Игры с подвижностью и соревновательными элементами – формируют соревновательный настрой, скорость отклика и навыки командной работы.

2. Зарядка по утрам – организуется под ритмичную музыку, помогает начать день с энергии, стимулирует мышцы и повышает эмоциональное самочувствие.

3. Спортивные развлечения и фестивали – создают обстановку веселья и единения, привлекают семьи и учителей к общему участию.

4. Круговая система тренировок. Ребята чередуют упражнения на различных постах. На каждом посту предусмотрено конкретное действие на 1–2 минуты, затем ребенок перемещается дальше. Этот метод удерживает внимание за счет смены активностей, подходит для группы с разным уровнем физической формы и задействует все мышечные группы.

5. Подход «Забавный фитнес». Объединяет компоненты танцевальной аэробики, йоги и упражнения на гибкость. Движения выполняются в такт музыке, что развивает чувство ритма и координацию.

6. Применение необычных снарядов. Чтобы повысить вовлеченность, за действуют мягкие блоки, большие мячи для гимнастики, дорожки для баланса, интерактивные экраны и развлекательные симуляторы.

7. Сказочная терапия в занятиях спортом. Метод интегрирует физические действия с нарративом сказки. К примеру, малыши превращаются в персонажей и решают задачи по сюжету («пересечь водоем», «пролезть в проход»).

8. Внедрение мультимедийных средств. Проекторы помогают имитировать виртуальные миры, где дети «бегают по джунглям» или «захватывают орбитальную базу».

9. Использование компьютерных ИТ-решений. Включает, например, цифровое планирование уроков, оценку физической формы малышей, образовательные рекомендации, вебинары и советы с помощью видео, слайдов.

Детские сады организуют пространство для поддержания необходимого объема физической активности воспитанников. На территории садика располагается спортивная зона с беговыми трассами, площадками для игр в баскетбол и волейбол, а также полосой препятствий. В каждой группе есть спортивный уголок с оборудованием для физических упражнений и игр.

Различные игровые формы оказывают положительное воздействие на физическое развитие дошкольников, среди них наиболее эффективны следующие.

1. Игры с сюжетом. Создаются, опираясь на опыт детей, их восприятие и знания об окружающем мире. Характерной чертой данных игр является наличие ролей с соответствующими им движениями. Например, «Мишка и пчелки», «Зайцы и серый волк», «Воробьи и кот».

2. Игры без сюжета. В основе этих игр лежит выполнение конкретных двигательных задач в соответствии с установленными правилами. Они больше подходят для детей старшего дошкольного возраста. Примеры: «Чья команда быстрее построится», «Сложи фигуру», «Догонялки», «Салочки», «Перебежки».

3. Игры спортивной направленности. Связаны с освоением основ техники некоторых видов спорта детьми среднего и старшего дошкольного возраста. Они расширяют двигательные возможности ребенка, обучая его приемам, необходимым для участия в спортивных играх.

4. Игры-развлечения. Часто проводятся на досуговых мероприятиях и спортивных праздниках. Двигательные задания в подобных играх выполняются в необычных обстоятельствах и часто содержат элементы состязания.

5. Игры с хороводами и пением. Как правило, строятся на основе народных песен и танцев. Оказывают сильное эмоциональное воздействие, помогая детям двигаться плавно, ритмично и выразительно.

При планировании игр и игровых упражнений необходимо учитывать возраст детей, место их проведения, обеспечение необходимым материалом и оборудованием, соблюдение правил безопасности.

Список литературы

1. Гарягдыев Алты Х.Э. Физическое развитие детей дошкольного возраста: современные подходы и приоритеты / Х.Э. Гарягдыев Алты // Наука и мировоззрение. – 2025. – №41.

2. Дегтярева Л.Н. Современные подходы к обеспечению физического развития детей / Л.Н. Дегтярева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3PWTVC> (дата обращения: 03.10.2025).