

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Северный (Арктический) федеральный университет
имени М.В. Ломоносова»

Т.Е. Копейкина

**ОРГАНИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Учебное пособие

Архангельск
САФУ
2019

УДК 796.011.3-053.4(075)
ББК [75.116:74.100.55]я73
К658

*Рекомендовано к изданию учебно-методическим советом
Северного (Арктического) федерального университета
имени М.В. Ломоносова*

Рецензенты:

С.В. Колмогоров, доктор биологических наук, профессор кафедры
спортивных дисциплин Высшей школы психологии, педагогики и физической
культуры САФУ им. М.В. Ломоносова;

Ким Т.К., доктор педагогических наук, доцент, зав. кафедрой теоретических основ
физической культуры и спорта Института физической культуры, спорта
и здоровья Московского педагогического государственного университета

Копейкина, Т.Е.

К658 Организация оздоровительной физической культуры для детей дошколь-
ного возраста [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т.Е. Копейкина;
Сев. (Арктич.) федер. ун-т им. М.В. Ломоносова. – Электронные текстовые
данные. – Архангельск: САФУ, 2019. – 102 с.

ISBN 978-5-261-01424-9

В учебном пособии представлены историко-педагогические знания об ис-
тории становления дошкольного воспитания, раскрыты возрастные особенно-
сти детей дошкольного возраста. Предложены методические рекомендации по
планированию и организации дошкольного физического воспитания, показаны
нормативно-возрастные показатели физической подготовленности детей с учё-
том регионального компонента.

Предназначено для студентов, обучающихся по направлениям подготовки
49.03.01 «Физическая культура»; 49.03.02 «Физическая культура для лиц с от-
клонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»; 44.03.01
«Педагогическое образование»; 44.03.05 «Педагогическое образование с двумя
профилями подготовки»; 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование;
специалистов в области физической культуры, спорта».

УДК 796.011.3-053.4(075)

ББК [75.116:74.100.55]я73

Издательский дом им. В.Н. Булатова САФУ
163060, г. Архангельск, ул. Урицкого, д. 56

ISBN 978-5-261-01424-9

© Копейкина Т.Е., 2019

© Северный (Арктический)
федеральный университет
им. М.В. Ломоносова, 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
1. Историко-педагогический опыт воспитания детей дошкольного возраста	5
1.1. Воспитание детей дошкольного возраста в истории зарубежного образования	5
1.2. Отечественный опыт в воспитании детей дошкольного возраста	13
2. Особенности развития детей дошкольного возраста	27
2.1. Морфофункциональные и психологические особенности развития ребёнка	27
2.2. Психофизиологические особенности формирования двигательных качеств	31
2.3. Личностно-ориентированное физическое воспитание	38
2.4. Психолого-педагогические особенности оздоровительной физической культуры в дошкольном возрасте	45
3. Организация занятий оздоровительной физической культурой в дошкольном возрасте	50
3.1. Гигиенические требования к организации дошкольного воспитания..	50
3.2. Методика занятий по физической культуре в дошкольных учреждениях	53
3.3. Технологии игровой двигательной деятельности	65
4. Планирование учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию	80
4.1. Годовое планирование	80
4.2. Тематическое и оперативное планирование	82
5. Нормативно-возрастные показатели физической подготовленности детей дошкольного возраста в Арктическом регионе	89
Заключение	99
Библиографический список	100

ВВЕДЕНИЕ

Целью физического воспитания детей дошкольного возраста является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями. Ценность физического воспитания детей дошкольного возраста – в обеспечении физического развития ребёнка, духовного и телесного биологического начала. Физическое воспитание позволяет сформировать естественные двигательные умения и навыки, культуру личности. Дошкольный возраст считают наиболее сенситивным периодом для овладения всеми естественными движениями, начиная с ползания, лазания, ходьбы, бега, прыжков. На освоение двигательных умений влияют многие факторы, в особенности такие, как уровень развития координационных способностей детей.

Физическое воспитание детей в дошкольном возрасте влияет на формирование всесторонних двигательных умений и навыков, духовных и нравственных оснований. Воспитание физических качеств создает благоприятный фундамент для освоения разнообразных движений, психических процессов, нравственных, волевых качеств. В дошкольных учреждениях создана оздоровительная развивающая среда, благодаря которой дети способны овладевать всеми физическими качествами, основными двигательными умениями.

Актуальным вопросом в дошкольном воспитании является изучение эффективности программных и нормативно-возрастных показателей детей по физической подготовленности в условиях региональной среды. Охрана здоровья ребёнка является важной задачей педагогов по физической культуре. Проблема связана с доступной средой по физическому воспитанию, в которой строго регламентируются физические и психические нагрузки, двигательные действия. Климатогеографическая зона Архангельской области имеет свою специфику, что связано с особенностью адаптации детей к климату, проявлению работоспособности, резервных возможностей организма.