

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
КЫРГЫЗСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ И. АРАБАЕВА**

На правах рукописи
УДК:378.096:796.01(575.2) (043.3)



НОВИКОВА СВЕТЛАНА ВАСИЛЬЕВНА

**ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА С
ДЕТЬМИ (5-6 ЛЕТ) ПО ПОВЫШЕНИЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ
АКТИВНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

13.00.01 – «Общая педагогика, история педагогики и образования»

13.00.04 – «Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и
адаптивной физической культуры»

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Научный руководитель:
доктор педагогических наук,
профессор Анаркулов Х.Ф.

Бишкек - 2023

СОДЕРЖАНИЕ

ПЕРЕЧЕНЬ УСЛОВНЫХ СОКРАЩЕНИЙ	4
ПЕРЕЧЕНЬ УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ	5
ВВЕДЕНИЕ	6
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	11
1.1 Виды двигательной активности и их значения для развития детей 5-6 лет	11
1.2 Характерные факторы двигательной активности детей 5-6 лет	23
1.3 Педагогическая технология повышения активной деятельности детей 5-6 лет	32
Выводы по первой главе	55
ГЛАВА II. МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	58
2.1 Объект и предмет исследования	58
2.2 Педагогические критерии и оценка проявления двигательной активности детей 5-6 лет	73
2.3 Методика получения собственного фактического материала и организация исследования	80
Выводы по второй главе	87
ГЛАВА III. РЕЗУЛЬТАТЫ СОБСТВЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ	89
3.1 Анализ и оценка величины активной двигательной деятельности детей 5-6 лет в дошкольных образовательных организациях	89
3.2 Модель содержания и организации активной двигательной деятельности детей 5-6 лет в дошкольной образовательной организации и семье	94
3.3 Оценка эффективности психолого-педагогической технологии повышения активной двигательной деятельности в условиях	

образовательного процесса и семьи на психофизическое состояние детей	
5-6 лет.....	114
3.4 Обсуждение результатов исследования	125
Выводы по третьей главе	132
ВЫВОДЫ И ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ	134
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ	137
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	140
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	157

ПЕРЕЧЕНЬ УСЛОВНЫХ СОКРАЩЕНИЙ

ДА	– двигательная активность
ДД	– двигательная деятельность
ДОО	– дошкольная образовательная организация
ГОСТ	– Государственный образовательный стандарт
ЖЕЛ	– жизненная емкость легких
ЗУН	– знания, умения, навыки
КГ	– контрольная группа
КР	– Кыргызская Республика
ОВП	– образовательно-воспитательный процесс
ОП	– образовательный процесс
ОФП	– общая физическая подготовка
ОЭГ	– опытно-экспериментальная группа
ОЭР	– опытно-экспериментальная работа
ПВ	– педагогическое воздействие
ПН	– педагогическое наблюдение
ПТ	– педагогическая технология
ППД	– профессионально-педагогическая деятельность
РФ	– Российская Федерация
ССС	– сердечно-сосудистая система
СТ	– спортивная тренировка
ТТМ	– технико-тактическое мастерство
УТЗ	– учебно-тренировочное занятие
ФВ	– физическое воспитание
ФК	– физическая культура
ФП	– физическая подготовка
ФР	– физическое развитие
ФУ	– физические упражнения
ЧСС	– частота сердечных сокращений
ЦНС	– центральная нервная система

ПЕРЕЧЕНЬ УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

PWC – физическая работоспособность

M – среднеарифметическое

S – ошибка средней

G – среднеквадратичное отклонение (RMSD)

V – коэффициент вариаций

P – достоверность различий

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы диссертации. В процессе формирования личности наиболее важным периодом ребенка логично считается дошкольный период.

В этом периоде развиваются: физиологические, морфологические, психологические, физические, двигательные функции, потребности в активной познавательной и двигательной деятельности, проявляются способности и склонности ребенка. Лишь в этом периоде развития закладываются основы физического, нравственного и психологического здоровья ребенка, крайне необходимые для полноценного в двигательной активности, создающие предпосылки для занятий физической культурой, позволяя реализацию проявляемых обостренных чувств на всестороннее развитие, поскольку оно создает гарантированные условия в будущем для здоровья.

Установлено, что недостаточная двигательная активность (малоподвижность) в период бурного развития роста, кости и мышечной массы, не поддерживается необходимым занятием физической культуры систем кровообращения и дыхания, и становится одним из последствий ухудшения здоровья.

Доступность организма ребенка к экзогенным воздействиям, достаточно высокая чувствительность к различным движениям и действиям способствует выработать у него адаптационные механизмы к повседневным условиям жизнедеятельности с рождения, используя при этом целеориентированный и оздоровительный комплекс физических упражнений (Г.Д. Шамканова, 2020).

Становится необходимым целеориентиром создание и внедрение современных педагогических технологий и более эффективных способов совершенствования процесса физического воспитания и образовательно-познавательной деятельности детей (М. Борокошев 2009; Усенко Л.В., Сейдакулова К.С. 1993, 1995; Н. Ерепбаев, 2010; Р.Н. Курбатова, 1989; Т.А. Умурбекова, 2013; Г.Д. Шамканова, 2020 и др.).

Важнейшим составляющим игровой, музыкальной, творческо-познавательной, образовательной и иной деятельности для детей являются движения.

В целом в дошкольном учреждении сложился системный подход к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Однако, любая система не прослужит достаточно долго и эффективно, если не будет совершенствоваться и обновляться. Оснований для модернизации физкультурно-оздоровительной работы в ДОО достаточно много. Одно из главных – рост заболеваемости, снижение двигательной активности детей.

Для того, чтобы обеспечить ребенку крепкое здоровье, разумеется, важно многое: и здоровый образ жизни, и правильное, полноценное питание, и состояние опорно-двигательного аппарата и т.д. Однако, как утверждает в своих исследованиях Ю.Ф. Змановский [65, с. 45] главные «киты», на которых держится жизнь и здоровье человека, это положительное влияние двигательной активности на состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной систем организма.

Основным же средством развития сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной систем являются движения, двигательная активность.

По мнению П.Ф. Лесгафта, «Действие – есть жизнь» (1951) важнейшим составляющим игровой, музыкальной, творческо-познавательной, образовательной и иной деятельности являются движения.

Г.Н. Голубевой установлено, «что дети с высокой степенью двигательной активности (гиперактивные) в большей мере успешны в освоении умений, навыков и развитии двигательных качеств» (2006).

С учетом вышеперечисленных фактов темой нашего исследования явилось «Организация образовательного процесса с детьми (5-6 лет) по повышению двигательной активности на занятиях физической культуры».

И так, следует подчеркнуть об имеющихся противоречивых моментах между необходимостью повышения двигательной активности детей 5-6 лет на занятиях физической культурой с одной стороны, и недостаточной

изысканностью данных вопросов с учетом уровня проявления двигательной активности, с другой стороны.

Связь темы диссертации с приоритетными научными исправлениями исследований, крупными научными программами (проектами), основными научно-исследовательскими работами, проводимыми образовательными и научными учреждениями.

Тема диссертационной работы связана с законами Кыргызской Республики: «О дошкольном воспитании» (статья 3, 4) (2003); Государственным стандартом КР «Дошкольное образование и уход за детьми», утвержденного Постановлением Правительства КР №363 от 29.06.20г.; «О физической культуре и спорту»; «О национальных видах спорта» (2003); тематическими планами научно-исследовательской работы Кыргызского государственного университета им. И. Арабаева; а так же Базисной (общеразвивающей) программой воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста Л.В. Усенко, Г.С. Сейдекулова, (2014 г.); Программой развития детей от 3 до 6 лет «Балалык» (2016 г.).

Цель исследования: теоретико-педагогические обоснования эффективности повышения детей 5-6 лет к двигательной активности в образовательном процессе по физической культуре.

Задачи исследования:

1. проанализировать тенденцию развития использования средств и методических своеобразий повышения двигательной активности детей 5-6 лет;
2. выявить уровень и оценить объем двигательной активности детей 5-6 лет;
3. разработать модель содержания и организации двигательной активности детей 5-6 лет;
4. определить эффективность психолого-педагогической технологии повышения организованной и самостоятельной двигательной активности на психофизическое состояние детей 5-6 лет.

Научная новизна результатов исследования:

- выявлены педагогические критерии оценки уровня двигательной активности детей 5-6 лет;
- установлен двигательный объем детей 5-6 лет в дошкольных образовательных организациях;
- разработана модель содержания и организация двигательной активности детей 5-6 лет в ДОО и семье;
- осуществлена оценка эффективности психолого-педагогической технологии повышения организованной и самостоятельной двигательной активности на психофизическое состояние детей 5-6 лет.

Практическая значимость полученных результатов исследования заключается в:

- обогащении теории и методики физической культуры знаниями и понятиями о технологии повышения двигательной активности детей 5-6 лет;
- работе с детьми в системе ДОО по программе «Физическая культура»;
- процессе повышения квалификации работников дошкольного образования;
- образовательном процессе по направлению «Физическая культура и спорт».

Основные положения диссертации, выносимые на защиту:

1. двигательная активность детей в ДОО не достигает предлагаемых норм по объему, что ухудшает их физическое развитие, физическую подготовленность, психические функции (психофизического состояния).
2. Модель содержания и организация двигательной активности детей 5-6 лет в режиме дня ДОО и в семье включает в себя средства оздоровительной физической культуры, учитывают параметры двигательной активности детей.
3. Разработанная психолого-педагогическая технология повышения групповой и индивидуальной активности детей в ДОО и семье, оказывает положительное влияние на психофизическое состояние и способствует увеличению объема (величины) двигательной активности детей 5-6 лет.

Личный вклад соискателя заключается в:

- теоретико-педагогическом обосновании повышения двигательной активности детей 5-6 лет (виды, характерные факторы, технологий повышения двигательной активности);
- определении педагогических критериев и оценки уровня продления двигательной активности детей 5-6 лет;
- оценке объема двигательной активности детей 5-6 лет в ДОО;
- разработке модели содержания двигательной активности детей 5-6 лет в ДОО и семье;
- оценке эффективности психолого-педагогической технологии повышения групповой и индивидуальной двигательной активности на психическое состояние детей 5-6 лет.

Апробация результатов диссертации. Результаты исследования были обсуждены и получили положительную оценку в актах внедрения ДОО №110, ДОО №138. Также на научных семинарах, вузовских, республиканских, международных научно-практических конференциях: г. Чебоксары (2022 г.), г. Уфы (2022 г.), г. Ош (2022 г.), г. Махачкала (2020 г.), г. Бишкека (2016-2022 гг.), на заседаниях кафедры теории физической культуры и технологии обучения КГУ им. И. Арабаева, научно-технического совета КГАФК и С, на педагогических советах ДОО г. Бишкек.

Полнота отражения результатов диссертации в публикациях. Основные научные результаты диссертации опубликованы в периодических научных изданиях, вошедших в перечень рецензируемых научных периодических изданий НАК КР для опубликования основных научных результатов, положений и выводы в диссертации в соответствии теме, цели и задач исследования.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из перечня сокращенных обозначений, введения, трех глав, выводов, практических рекомендаций, список использованной литературы составляет 175 источников, общий объем составляет 158 страниц.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1.1 Виды двигательной активности и их значения для развития детей 5-6 лет

Двигательная активность – это естественная и специально организованная деятельность человека, обеспечивающая его успешное физическое и психическое развитие. Это сочетание разнообразных двигательных действий, выполняемых в повседневной жизни, в организованных и самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом (Н.А. Агаджанян и др., 2001; С.Н. Теплюк, 2001; Г.Е. Сякина, 2005). Движение является неотъемлемым свойством живых организмов. Оно сыграло важную роль в эмоциональном развитии животного мира и продолжает оставаться существенным компонентом непрерывного взаимодействия организма человека и животных с внешней средой (А.С. Чинкип, 1995).

С точки зрения физиологии движения делятся на регламентированные и на физические упражнения, применяемые на физкультурных занятиях, секциях спортивных, называемых нерегламентированными. Данные движения характеризуются произвольностью, целенаправленностью и удовлетворяют двигательную потребность человека. Однако движения, совершаемые человеком произвольно, при оценке активной двигательной деятельности и исключаться не должны. Отмечается тесная взаимообусловленность и взаимосвязь между формами движений (В.П. Стрельцов, 2002; Ю.Г. Кобяков, 2006; Л.В. Пасечник; 2007).

Все известные педагоги с древности до наших дней отмечают: движения – важное средство воспитания. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем. Движения – первые истоки смелости, выносливости, решительности ребенка, а у более старших детей – форма проявления человеческих качеств. Игры с движениями дают детям яркие мгновения чудесного человеческого общения, развивают опыт

поведения. Ощущение умения красиво двигаться приносит истинную радость и эстетическое удовольствие. Итак, выведем формулу: Движение + Движения = Основа основ, фундамент настоящего и будущего здоровья детей, их гармонического физического развития важнейшее условие и средство общего развития ребенка, формирования его психики, способностей, жизненной активности физического, умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания

Организованные движения составляют, в значительной степени, структуру двигательной активности, обеспечивая развитие двигательных качеств, развитие разнообразных навыков и умений, увеличивают адаптационные возможности организма дошкольника. Нерегламентированная двигательная активность в значительной степени зависит от взрослых. Например, при создании спортивных площадок, кортов, катков, и по инициативе детей, создание необходимых условий для проведения различных игр.

Развитие двигательных и вегетативных функций организма детей и совершенствование поддержание их на необходимом уровне у них требуют двигательной активности (ДА).

Недостаточность мышечных напряжений в повседневной жизненной деятельности негативно влияют на психологические, физиологические и др. функции. Это показывает сама повседневная жизнь людей и наблюдения над детьми. При условии прекращения движения или их ограничения, наблюдаются выражения нежелательных изменений в морфологической структуре тканей и функциональных свойствах организма.

При гипокинезии мышечные волокна становятся тоньше, всех мышц уменьшается. Наряду с уменьшением силы и скорости при ограничении ДА у человека снижается и выносливость. Определенные изменения при гипокинезии наблюдается и деятельности первой и сенсорных систем, проявляющихся в возникновении расстройстве двигательных функций (увеличение амплитудных колебаний центра тяжести, нарушение

координатных движений и др.). Все это объясняется изменением состоянием самих мышц и нарушением координации их деятельности нервной системы.

В результате продолжительной гипокинезии наблюдаются выраженные изменения в кровообращении: уменьшаются размеры сердца, снижается ударный и минутный объемы крови, учащается чистота сердечных сокращений (ЧСС), уменьшается объем циркулирующей крови, удлиняется время ее кругооборота.

При недостаточности движений в покое внешнее дыхание характеризуется уменьшением объема легочной вентиляции, а обмен снижается до 20.0%. В процессе выполнения мышечной деятельности ухудшается экономичность вегетативных функций, вследствие чего при мышечных нагрузках увеличиваются кислородный запрос и долг. Наблюдается также снижение функций эндокринных желез, в частности надпочечников.

Длительная неподвижность (недостаточная) в результате постепенно приводит к недостаточности или отсутствию ДА к резкому сглаживанию суточного ритма ЧСС, дыхания и др. функций организма. В случае повышения или нормализации ДА, то проявление гипокинезии оказывается менее выраженным. Итак, проявление ДА является наиболее эффективным средством, оберегающим организм детей от нежелательных последствий недостаточности ДА.

Оздоровительное значение физической культуры (ФК) общеизвестно. Так, в процессе занятий физическими упражнениями (ФУ) значительно улучшается координация нервной системы двигательных и вегетативных функций; повышаются функциональные возможности многих органов и систем органов, позволяющие значительно быстрее и легче справиться с повышенными требованиями предъявляемыми к сердечно-сосудистой, дыхательной и др. системам организма детей. Огромное значение имеют ФУ как средства оздоровления, при заболеваниях опорно-двигательного аппарата детей.

Изменение в режиме двигательной активности (ДА) могут отражаться на отдельных двигательных и вегетативных функциях организма и на общей

его устойчивости (резистентности) при действии неблагоприятных адаптеров экзотермической (внешней) среды.

Под непосредственным влиянием достаточно мощных раздражителей в организме возникает напряжение (стресс). При этом развивается комплекс адаптационных изменений [133]. Из трех проявляющихся стадий стресса патологические изменения в организме наблюдаются при первой (реакция тревога) и третьей (истощение) стадиях. Вторая же стадия, повышающая устойчивость организма как к данному стрессору, так и к ряду других, представляет собой физиологическое явление.

Пожалуй, важнейшей особенностью влияния мышечных напряжений, т.е. ДА является то, что при соразмерном повышении физических нагрузок реакция тревоги (беспокойства) проявляется достаточно слабо или отсутствует. В организме в результате систематических занятий ФК, начинает развиваться состояние повышенной устойчивости к физическим нагрузкам (специфическими) к целому ряду неблагоприятных (неспецифическим) воздействиях на организм. Стадия истощения (третья стадия), возникает лишь при чрезмерных физических нагрузках на организм. ДА оказывает на организм ребенка только положительное воздействие.

ДА – естественная и специальная организованная (урочная форма) деятельности человека, способствующая его положительному умственному, физическому, психологическому и биологическому (физиологическое) развитию, сочетающееся разнообразием двигательных действий и движений, выполняемых в повседневной жизнедеятельности [4, 18, 33, 40, 116 и др.]. Осуществляемых человеком произвольные или непроизвольные движения являются неотъемлемым свойством организма человека. Они имели и имеют большое значение в психоэмоциональном развитии человечества и остаются величайшим составляющим неуклонного взаимодействия организма человека с экзогенной среды [70, с. 154].

Многообразие задач физического воспитания, разновидность занимающихся детей, условий организации и проведении занятий

предусматривает использование соответствующего подбора средств специального педагогического воздействия (ПВ). В ПВ к таким средствам относятся: действия, движение, явление, естественные силы природы гигиенические мероприятия, режим дня. Все они являются необходимыми в жизни ребенка становятся не заменимыми. В то же время, простое продвижение, к физическому совершенству средство не в состоянии. С учетом этого обстоятельства зачастую их называют вспомогательными. Основным средством, оказывающим достаточно сильное и многостороннее влияние на детей, являются ФУ в самых различных их видах.

Закономерная взаимосвязь ФВ с другими видами воспитания предусматривает использование в образовательно-воспитательном процессе (ОВП) и средств свойственном к умственному, нравственному и др. воспитанию. В комплексе все эти средства и служит делу формирования духовно-богатой, нравственно-чистой и физически совершенной личности.

ФУ – это двигательное действие используемое в соответствии с закономерностями ФК [144, с. 85]. к настоящему времени таких действий имеются множество. Все они проявляются на основе действия механических, морфологических, физиологических и др. механизмов, непосредственно связанных с ДА ребенка.

Постепенно углубляются осознание преобразующего воздействия таких ФУ на ребенка, необходимость их также с раннего дошкольного возраста. В этом плане двигательные действия ребенка следует рассматривать, особо абстрагированные движения, приспособление к их использованию в условиях ОВП.

ФУ, к данному времени приобрели ряд специфических черт. На их взгляд наиболее значимое:

- влияние ФУ на организм детей является специально предусмотренным;
- ФУ организуются таким образом, чтобы они оказывали только положительное влияние на всестороннее развитие ребенка;

- подбор ФУ осуществляется с таким расчетом, чтобы обеспечить полноценное воздействие на все части тела и его функциональные возможности;
- ФУ способствуют формированию разнообразных двигательных умений и навыков;
- с целью повышения плотности ФУ разработаны специальные технологии регулирования физических нагрузок, способы организации, движений, определены естественности восстановления затраченной энергии в ОВП и др.

Все это подчеркивает, то, что самые разнообразные стороны социальной жизнедеятельности, занятости, предпосылки существования влияют на ФУ, способствуют изменять их характер, конкретизировать направленность практического применения. В основе своей не изменяется лишь сущность (значимость), заключающаяся в преобразовании возможностей ребенка, их умственного и дальнейшего совершенствования. С целью повышения данного результативного предусматривается безусловное выполнение основополагающих педагогических требований.

Первое – заключается в учете фактических особенностей детей: возраст, пол, подготовленность, своеобразие психического склада и многие другие.

Второе – учет условий выполнения ФУ: своеобразие знаний, температура, движение воздуха, наличие отвлекающих факторов и другие.

Третье – предусматривает определение возможного взаимодействия общего и специального влияния ФУ, особенности их сочетание с естественными силами природы, гигиеническими требованиями и другие.

Четвертое – предусматривает не выпустить из вида: текущая самое необходимое; отдаленное во времени «кумулятивное» влияние ФУ на детей.

Вышеперечисленные предъявляемые требования, сводятся к тому, чтобы использование ФУ опиралось на разносторонние знания, умения и навыки, учет разнообразных движущих сил, оказывающих влияние на детей, предвидение развитых и недоразвитых сторон этого процесса.

ФУ, значительно отличаясь от других видов двигательных действий имеют и другие принципиальные особенности, связанные с их своеобразной осознанностью. Основы таких особенностей заложены в произвольном характере совершаемых движений.

Общеизвестно, что множество выполняемых движений, можно подразделить на произвольные и непроизвольные. Произвольные – опираются на многообразие качеств и свойств, вторые выполняются без участия таких качеств и свойств, вторые выполняются без учета таких качеств и свойств, т.е. непроизвольные движения являются естественными биологическими реакциями организма на действия внешней среды.

Между непроизвольными и невольными движениями много общего. И оба они порождаются экзогенными причинами. Первоначальная причина «... лежит всегда во внешнем, чувственном возбуждении» [135].

Те или иные движения развиваются рефлекторным путем, и опираются на сформированный опыт жизнедеятельности. И непроизвольные и произвольные движения в основе своей необходимости, проявляемой в их ДА, приводит к тем или иным функциональным сдвигам.

К невольным движениям относятся: внутренние силы (возможности) для их выполнений являются врожденными; в их основе базируются рефлекторные связи; важнейшие стороны проявляются двигательно-образно, не поддаются регулированию; выполняются без участия волевых качеств и свойств; лишены психоэмоциональности.

К произвольным движениям относятся: формируются в процессе самостоятельной жизнедеятельности, заучивания; проявляются на основе функционирования условно-рефлекторных связей; начало; величина, уровень, время окончания и другие, устанавливаются сознательно; осуществляется в процессе активного участия волевых качеств личности отличается эмоциональностью, выраженности чувств и переживания детей.

Произвольные движения являются очеловеченными, реализующими совокупностью индивидуальных качеств и свойств. При всем этом эти качества

и свойства здесь целесообразно управляемые, проявляются с учетом конкретных установок и практических предпосылок выполнений движений.

Педагогическое преимущество произвольных движений определяет их важнейшую роль в ОВП по ФК. Только они: обеспечивают полноценное решение разнообразных задач формирования личной личности ребенка в должных условиях; оказывают более интенсивное влияние на развитие жизненно-необходимых двигательных умений и навыков; ими можно целенаправленно воздействовать на разные части тела, конкретные вегетативные функции: с их помощью можно изменить состояние организма и психики в течение дня, в разных демографических условиях. Все эти ценности становятся более эффективными благодаря грамотному использованию целой системы регулирования движений, систем управления возможностями личности в процессе их выполнения. В этом аспекте имеет значение и возможность ФУ развивать и совершенствовать двигательные возможности в единстве с развитием умственных, волевых, чувственных и иных сторон личности ребенка. Вышеуказанное об особенностях ФУ как произвольное движение свидетельствует об их важнейшей роли, месте в ФВ детей. Более того, разговор о той или иной форме ФП без должного присутствия в ней ФУ является бессмысленным.

Придавая должное ФУ, не следует упускать из вида и невольные возможности детей. В ОВП воспитатели-педагоги в той или иной форме могут использовать их для повышения плотности занятий. Искусство (материнства) воспитателя-педагога должно предусматривать использование в ОВП всех возможностей и способностей детей: произвольных и невольных, сознательных и несознательных, эмоциональных, однообразных и т. д.

Осуществляемые движения составляют в большей мере структуру ДА, тем самым обеспечивая развитие необходимых способностей, развития важнейших умений и навыков, повышают приспособительные возможности организма ребенка.

Дошкольному возрасту характерны качественные и количественные проявления в ДА. [20, 37, 41, 77, 109 и др.]

С физиологической точки зрения, немаловажную роль в укреплении здоровья ребенка играет ДА, поскольку в этом периоде развития ребенка создается энергетическая основа для формирования роста-весовых показателей и других важнейших систем организма, психического и физического развития (ФР), являющихся биологическими толчком для морфофункционального развития организма и его совершенствования. В этом возрасте энергетические ресурсы во многом зависят от уровня проявления активности мышц тела.

Анализ возрастных своеобразий детей показал, что в течение всего дошкольного периода, наблюдаются существенные изменения в бурном формировании атомно-физиологических особенностей организма ребенка, создающие условия для совершенствования и развития двигательных способностей и физических качеств и более эффективного овладения ими.

Повышение физической работоспособности (PWC170), развитие в жизненно важных физических качествах (быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, координации движений) всему этому способствует оптимальная ДА. В процессе развития выживания (физиологического вида) обеспечивает ДА. Н.А. Бернштейн [27]. Путем осуществления опытно-экспериментальных изысканий А. С. Чинкип смоделировал и определил уровень проявления ДА детей. Эти условия:

- недостаточное ДА специально сокращена или умышленно уменьшена;
- самопроизвольная ДА установлены пользователями, вынуждено (насильственно) не изменяется, характерна определенному лицу и осуществляется в данных обстоятельствах;
- сдержанных (умеренных) физических нагрузок или сдержанной ДА – относится такой величины ДА, при разовом выполнении которой не наблюдается предельная усталость, а в процессе неуклонного повторения (выполнения) наблюдается улучшение результативности специфической

работы мышц и функциональных способностей систем организма и к улучшению или устойчивости (PWC_{170}), то более или менее на высоком уровне;

– предельных физических нагрузок при проявлении ДА – относятся такие величины ДА, когда в разовом выполнении возникает высокая или сильная усталости, а в процессе неуклонного повторения наблюдается снижающая тенденция PWC_{170} , приводящая к наступлению перенапряжения важных систем и органов организма.

В дошкольные годы жизни ребенка одно из важнейших и достаточно сильных функциональных систем является ДА в многообразных формах [19, 39, 69, 82 и др.].

В разработанных программах Ф.З. Меерсоном [100] и И. А. Аршавским [13] отмечается роль ДА.

По мнению В.А. Нестерова [108] активные работы скелетных мышц способствуют выполнению ФУ, что стимулирует улучшение кровообращения, интенсивность работы дыхательной, сердечно-сосудистой, симпатической нервной системы, по этой причине повышается сосредоточенность, происходит восстановление положительного психоэмоционального состояния, его умственная деятельность и физического состояния ребёнка.

Недостаточность ДА – принято считать одним из важнейших движущих сил угрозы ряда заболеваний [6, 14, 15, 130]. Установлено, что недостаточность в двигательной подвижности приводит к нежелательным изменениям в различных системах организма ребенка и способствует падению метаболических процессов. Уменьшается энергоснабжаемость, плотность окислительных реакций становятся незначительной. В условиях недостаточности двигательной подвижности из-за уменьшения кровотока сокращения объема циркулируемой крови постепенно ослабевает сердечный ритм, проводящий к недостаточному обеспечению тканей тела кислородом и снижению в них интенсивности обменных реакций [3, 44, 131 и др.].

На основе осуществления многолетних исследований выявлены расширенные части перекрытия между двигательным анализатором и

анализаторами речью, слуха и зрительным. Нервные центры, управляющие разнообразными функциями, взаимосвязаны с двигательными центрами головного мозга. Существенное воздействие на вегетативные функции оказывает возбуждение суставно-мышечных рецепторов, поступающая импульсация в центральную нервную систему (ЦНС) [71; 131].

Развитие культуры речи у детей дошкольного возраста через использование ФУ было доказано Г.Д. Шамкановой. Путем осуществления опытно-экспериментальной работы определены: связи между развитием у детей дошкольного возраста ритма в действиях и культурной речи; закономерности формирования и развития у детей 3 - 5 лет культуры речи, умственного развития и действия рук; доказана возможность применения в процессе формирования культуры речи у детей дошкольного возраста общеразвивающих упражнений по координации пальцев рук, народных музыкально-ритмических и танцевальных упражнений; предложена комплексная методика ФУ, направленная на целостное развитие двигательного ритма, сенсорно-двигательных способностей с культурой речи детей 3-5 лет [115, 161].

М. М. Боркошев, исследуя особенности методики ФВ детей дошкольного возраста юга Кыргызской Республики (КР), установил показатели ФР и двигательной подготовленности детей 5-7 лет; особенности ДА детей дошкольного возраста с учетом климатических условий южных регионов Кыргызской Республики; зрелость детей 5-6 лет; методику ФВ игровой направленности детей старшего возраста ДОО [26].

Ерепбаев Н.К. [55], изучая проблемы повышения эффективности ФВ детей 5-7 лет, обосновал пути совершенствования содержания и методики занятий по ФВ с детьми 5-7 лет, посещающих детские сады и начальные школы; выявил особенности сердечно-сосудистой системы (ССС) во время физкультурных занятий с направленностью на воспитание жизненно-важных двигательных качеств с использованием игрового и соревновательного методов ФВ; определил оптимальную дозировку ФУ, направленных на развитие

физических качеств; изучил эффективность специальных упражнений, игрового и соревновательного методов, используемых в комплексах по акцентированному воспитанию важнейших физических качеств.

Сабралиева Т.М. [131], устанавливая эффективность использования ФУ при повышенных информационных нагрузках в условиях гиподинамии, систематизировала факторы гиподинамии; выделила и описала негативное влияние компьютера на различные морфо-физиологические системы организма человека и его психику, Выявила динамику работоспособности мышц зрительного анализатора пользователей компьютерной техники, обобщила и систематизировала нормы и правила работы с компьютером для различных возрастных групп пользователей, выделила и представила основные технико-экспериментальные характеристики персональных компьютеров санитарно-гигиеническим требованиям.

Т.А. Умурбекова [148] в процессе научно-теоретического обоснования и использования кыргызского фольклора в ФВ детей дошкольного возраста раскрыла сущность фольклора, его актуальность и ценность в психофизическом развитии детей, обосновала педагогические условия использования средств Кыргызского фольклора на занятиях ФВ и физкультурно-оздоровительных мероприятия в ДОО; определила эффективность методики работы по ФВ средствами кыргызского фольклора.

Таким образом, специалисты, занимавшиеся исследованиями ДА, говорят о том, что она, являясь психолого-педагогической и медико-биологической потребностью, незаменимая движимая сила в жизнедеятельности ребенка. Особо подчеркнуто, что у детей, в условиях повседневной жизнедеятельности, наблюдается тенденция неуклонной поддержки своей ДА [114, 142, 152 и др.].

Психофизиологическая потребность дошкольников в соответствующих движениях и действиях не удовлетворяется, причиной этому является недостаточная эффективность организации ОВП в ДОО, недооценка родителями значимости ДА [4; 42; 109 и др.].

1.2 Характерные факторы двигательной активности детей 5-6 лет

Для детей дошкольного возраста, особенно в 5-6 лет, присуще достаточно высокая потребность в ДА. В процессе онтогенеза и всестороннего роста всех систем и функций организма ребенка ДА становится более целеориентированной и в значительной мере, зависящей от их проявляемых побуждений, которыми они руководствуются в процессе осуществления целенаправленной деятельности и их проявления психоэмоционального состояния.

В процессе включения в режим дня ребенка необходимого уровня форм ДА, они как правило, способствуют совершенствованию общей физической подготовленности (ОФП) и более полно удовлетворять (обеспечивать) свою психофизиологическую потребность в ДА.

Соразмерная ДА способствует всестороннему развитию ребенка, благотворно оказывает влияние на умственное, психическое и физическое развития [30; 99; 110], укрепляет общую активность и психическое, нравственное, физическое здоровье, обеспечивает достаточно высокую умственную и физическую работоспособность (PWC₁₇₀) в последующем этапе онтогенеза. Это по мнению С.Б. Шармановой [162] является основополагающим принципом регулирования (нормирования) ДА.

В ДОО в двигательный режим входят образовательные формы занятий, самостоятельные передвижения и действия (бег, прыжки, лазанья, метания и мн. др.), а также трудовое воспитание. Из них не менее 2\3 времени, должно отводиться на самостоятельные движения, с учетом от всех осуществляемой ДА детей [75].

По этому вопросу, ряд специалистов предприняли попытки установить ориентировочные факторы (движущие силы) ДА детей [43, 128 и др.].

На сегодня одним из наиболее распространенным, эффективным, доступным способом определения ДА в режиме дня является подсчет количества совершаемых ребенком движений (передвижения) [111].

Рассмотрим основные понятия двигательной активности:

1. двигательная активность – это вид деятельности человека, при которой активация обменных процессов в мышцах обеспечивает их сокращение и перемещение человеческого тела или его частей в пространстве. Или иначе, двигательная активность, это не что иное как суммарная величина разнообразных движений за определенный промежуток времени. Она выражается либо в единицах затраченной энергии, либо в количестве произведенных движений (локомоций). Двигательная активность измеряется в количестве израсходованной энергии в результате какой-либо деятельности (в калориях или Джоулях за единицу времени), в количестве выполненной работы, например, в количестве сделанных шагов, по затратам времени (число движений за сутки, за неделю);

2. двигательная активность – совокупность двигательных актов;

3. двигательная активность человека – одно из необходимых условий поддержания нормального функционального состояния человека, естественная биологическая потребность человека. Нормальная жизнедеятельность практически всех систем и функций человека возможна лишь при определенном уровне двигательной активности. Недостаток мышечной деятельности, подобно кислородному голоданию или витаминной недостаточности, пагубно влияет на формирующийся организм ребенка;

4. двигательное действие – это целенаправленный двигательный акт (поведенческий двигательный акт, сознательно осуществляемый в целях решения какой-либо двигательной задачи). Состоит из движений (бессознательные и нецелесообразные механические перемещения тела или его частей) и поз.

Оценка ДА определяется по: величине (объему) осуществляемых движений и действий, энерго затратам в течение суток, лимита времени в часах, затрачиваемого на образовательно-познавательные формы ДА, пропорция (соотношение) составляющей деятельности скелетных мышц в режиме дня ребенка, и осуществляемой динамической деятельности, показатели ЧСС. Как правило, хронометраж и самоконтроль применяется в процессе определения

ДА [21]. Преобладающих исследованиях, непосредственно связанных с установлением ДА детей, осуществлялись путем проведения подсчета количества совершаемых движений (локомоций) [141].

Так, А.В. Кенеманом [75] и Г.Н. Голубевой [43] установлены, что при 9-часовом пребывании в ДОО в среднем для: двухлетних равен 5,5-6,8 тысяч шагов: трехлетних 9,0-9,5 тысяч локомоций: четырех лет 10,0-10,5 тысяч локомоций, пяти лет 11,0-12,0 тысяч локомоций, шести лет 13,0-13,5 тысяч локомоций.

На ДА, с учетом времени бодрствования (вне сна) ребенка, должно отводиться 50,0-60,0 % времени. Плотность ДА (количество шагов, совершаемых в течение одной минуты, в среднем) составляет; у двухлетних детей 38-41 локомоций: 2,5 летних 43-50 локомоций: трехлетних – 44-50 локомоций [43, 141].

Так, М.А. Рунова [127] в процессе осуществления опытно-экспериментальной работы (ОЭР) на группы по важнейшим показателям мобильности (подвижности) детей, установила взаимосвязь между признаками ДА (по времени, плотности, величине).

Первая подгруппа – дети с достаточно активной интенсивностью ДА независимо от лимита времени, величины ДА.

Для детей 5-6 лет присуще высокий уровень развития важнейших движений и действий, высокая мобильность, разнообразный двигательный опыт, расширяющий самостоятельную (независимую) деятельность. В тоже время следует иметь в виду, что дети этого возраста, особо не выделяются соответствующей координацией движений и ловкости, зачастую проявляют невнимательность.

В процессе объяснения (разъяснения) предстоящего задания. Так же им присуще, однообразные игровые, прыжковые и многие другие ДА. Как правило, такие дети с высокой насыщенной ДА в процессе занятий физической культурой не вполне способны к выполнению в сдержанном (умеренном) темпе. Двигательные задания, зачастую не доводят до логического конца

выполняемые задания, совершают излишние движения и действия. Большинство детей, представляющие эту подгруппу отличаются сверх активностью, повышенной психо-двигательной возбудимостью. Им характерны тревожность, раздражительность, несдержанность в действиях и др. Не достаточно развиты механизмы само регуляции поведения деятельности. Нередко у таких детей проявляются на физическую нагрузку (ДА) нежелательные реакции ССС.

Вторая подгруппа – дети, которым свойственны комбинации высокого и среднего уровня по времени (продолжительности) и величины и средней (посредственной) плотностью, а также дети с посредственным (средним) уровнем ДА по всем показателям. Детям этой подгруппы присуще посредственные и высокие показатели физической подготовленности (ФП), а также посредственный уровень развития важнейших двигательных качеств. Наряду с вышеперечисленными у них наблюдается разнообразная самостоятельная ДА, богатая упражнениями и играми разного уровня плотности, а также соразмерное ее сочетание. Дети этого возраста отличаются более выраженными позитивными эмоциями, достаточно хорошим настроением, уравновешенным (сдержанным) поведением. При выборе ФУ и игр им характерна независимость, нередко становятся инициаторами совместных игр.

Дети с посредственным уровнем ДА в процессе занятий ФП отличаются разнообразием двигательного поведения.

Одним из них характерна подвижность, прилагаются усилия, чтобы стать лидерами, агрессивны (активны), проявляют творчество, в период выполнения сложных заданий стараются не привлекать внимание педагогов, тем самым преодолеть возникающие трудности (препятствия) и правильно выбрать упражнения (помощь). В то же время воспитателям-педагогам не следует упускать из вида, что этим детям не всегда удастся безошибочно выполнять предстоящее задание. А у других детей наблюдаются мобилизованность, целеустремленность, с более уравновешенным и

целеориентированным устремлением. У детей этой подгруппы на физическую нагрузку реакция ССС проходит по оптимальному варианту.

Третья подгруппа – дети с более слабой величиной ДА в чередовании (комбинации) с посредственными и достаточно слабыми показателями плотности и по времени. У детей этой подгруппы наблюдается замедление показателей развития жизненно необходимых физических качеств и важнейших движений от возрастных требований. Детям характерна малоподвижная однообразная деятельность с преобладанием статистического составляющего. Зачастую дети воздерживаются от участия в состязаниях и играх и в выполнении сложных заданий, проявляют неуверенности в себе. Мало обращаются за помощью от старших в процессе появления трудностей в заданиях, демонстрируют медленность, нерешительность, в отдельных случаях недовольствие (обидчивость). На физическую нагрузку каких-либо естественностей изменения в ССС не выявлено [128].

Итак, в каждой вышеуказанной подгруппе условно можно выделить детей малой (слабой), посредственной (средней), большой (высокой) подвижности, в случае самостоятельной деятельности более отчетливо проявляется их индивидуальная потребность и существенно отражается степень возрастного развития [43, 127 и др.].

В.А. Шишкина (2011) определила, что у каждого ребенка свой порядок и темп усвоения движений. Это зависит от многих причин: его физического развития, интересов к отдельным предметам, с которыми можно выполнять движения, жилищных условий, в том числе предметно-игровой среды и пр. Однако можно выделить общие показатели развития движений, минимально доступные для всех здоровых детей данного возраста:

- высокая потребность в движении;
- двигательная активность составляет не менее половины времени периода бодрствования;
- ребенок уверенно ходит, много бегает, ползает, любит выполнять такие движения, как бросание, прыжки; проявляет высокий интерес к новым

способам движений, настойчиво старается овладеть ими, повторяя по много раз подряд и как бы «экспериментируя» с ними (выполняет знакомое движение на новом месте, с другим пособием, в другом темпе, с разной степенью старания);

- пытается продемонстрировать движение сверстникам или взрослым, называя его; умеет пользоваться знакомыми движениями в новой обстановке и ситуации, рассказывает о своих действиях взрослым;

- у него в определенной степени развиты ловкость, умение ориентироваться в пространстве при выполнении бытовых действий, в движениях, в игре;

- он любит подвижные игры, умеет выполнять простые правила, вслушиваться в игровые сигналы и реагировать на них (остановиться, изменить направление движения, темп, амплитуду), владеет некоторой пространственной терминологией (вверх, вниз, вперед, назад, прямо, боком и пр.), выполняет многие движения по названию, напоминанию, любит фантазировать, комбинируя сочетания разных движений, используя различные пособия;

- ребенок проявляет интерес к совместным со сверстниками и взрослыми движениям: катать друг другу мяч, вращать вдвоем скакалку, водить за ручку куклу, помогать друг другу пройти по доске и т. д.;

- при выполнении движений (самостоятельно и под руководством воспитателя) у малыша ярко выражен положительный эмоциональный тонус; оптимальная двигательная активность способствует хорошему аппетиту, крепкому и спокойному сну, активному бодрствованию в течение всего дня.

Учитывая перечисленные возрастные возможности двигательного развития, необходимо обратить внимание на детей, которые пока не овладели необходимым составом движений, а также на детей, опережающих в своем развитии сверстников. Для этого необходимо уметь видеть исходные показатели развития движений и прогнозировать их улучшение.

У В.А. Шишкиной, дети разделены на три подгруппы по уровню проявления подвижности (таблица 1.1.)

Известно, что каждому ребенку свойственен свой вариант (тип) ДА детей [91].

Не установление и принуждение несвойственного варианта совершаемого движения у детей способствуют проявлению неприязни к предстоящему движению и зачастую к ДА в целом.

Оказывается, причиной тревожности (беспокойства) становятся причиной негативных явлений и способствуют в проявлениях неприятных к ДА, все это проявится при увеличенном количестве ОВП по ФП и не совпадающей и не являющейся снятием психоэмоциональной напряженности, а также несоответствующей варианту ДА ребенка.

Таблица 1.1. – Показатели уровня проявления подвижности у детей

№	Уровень проявления детьми подвижность	Характерные черты проявления подвижности детей
1	Дети с слабой (малой) проявляемой подвижностью	Дети с продолжительностью (по времени) проявления ДА равной 30-40 минут в течение дня величиной ДА равной 2700-4500 количество совершаемых локомоций в сутки.
2	Дети с посредственной (средней) подвижностью	Детям с посредственной подвижностью свойственны: в течение суток равномерность проявления ДА равняется 2,5-3 часам среднесуточное количество составляет 5300-6700 локомоций, с плотностью 32-56 число совершаемых движений в одну минуту.
3	Дети с большой подвижностью	Дети с посредственной величиной ДА 139-212 минут в течение дня, плотность составляет в пределах 58-108 локомоций в минуту.

Двигательное своеобразие – это комплекс индивидуально-личностных особенностей, свойственных тому или иному ребенку, проявляющиеся в ходе осуществления контроля (наблюдения) в течение достаточно

продолжительного лимита времени с фиксацией в специальном дневнике предполагаемых и выполняемых с большим желанием движений и действий. М.Л. Лазаревым выделены четыре варианта ДА [92], что отражено в таблице 1.2.

Таблица 1.2. – Проявляемые двигательные типы детьми

№	Варианты ДА	Проявляемые признаки двигательных типов
1	Импульсивный (взрывной)	Таким детям свойственны достаточно быстрые, по времени непродолжительные движения.
2	Периодический (циклический)	Дети, проявляющие приверженность к достаточно продолжительным однообразным движениям.
3	Гибкий (пластичный)	Дети, отдающие предпочтение мягким плавным движениям.
4	Крепкий (силовой)	Дети, отдающие предпочтение силовым упражнениям.

Понятие *двигательная активность*, достаточно широко используется в психологии. Так, М.Л. Чистяковой проводится четыре важнейших типа индивидуальных своеобразных ДА [160], это дети с:

- гладкими (плавными) движениями – пикники;
- с угловатыми движениями – атлетики;
- с застойными (вялыми) движениями-астеники;
- с инфантильными (сохраняющиеся) – грациальный тип [43].

Большинство психические качеств и свойств основываются на двигательных, т.к. без достаточно точной оценки и внесения поправок в двигательные способности, психическое развитие не будет более успешным. М.Л. Лазаревым [91] вводилось понятие «*ритм двигательной активности*», как фактора ее характеризующего, поскольку чувство ритма, как интегральное, психофизическая черта техники ФУ, обладает особой значимостью. Им

выделены физиологические ритмы дошкольника: темп и ритм речи, ритм естественных постукиваний ребенка, ритм ССС.

В теории и методики ФК под ритмом движений понимается закономерное чередование фаз движений различных по длительности и усилиям [92, с.107]. Как было сказано, что ритм свойственен самым различным видам деятельности, он имеет универсальное значение. Выделяют биологические ритмы, характеризующие изменение работоспособности организма в течение суток, недели, месяца и года. Кроме биологического, существует поэтический, музыкальный, производственный, бытовой и др. в любом ритме можно обнаружить акцентированные или ударные элементы и относительно безударные, и вспомогательные. И те, и другие из них занимают определенное положение, находятся в естественной зависимости. В ФУ можно отличить две разновидности ритма, свойственную ациклическим и циклическим движением. Между ними есть принципиальное различие: в первом случае ритм отражает соотношение фаз движений, во втором соотношение, целых циклов движений.

В.К. Бальсевичем [15], как один из способов, поясняющих ДА, были предложены этапы ДА ребенка:

- первый этап – от рождения до полутора лет;
- второй этап – от полутора до трех лет.

Значимый период для двигательного развития, характеризующейся и непосредственно связанный с овладением самостоятельного передвижения. В этом периоде у детей появляется интерес к игре, игровым действиям, основанные на осознанных движениях. В разнообразных играх ребенок использует лишь ему известные способы в процессе обращений с предметами. Замечаются действия с этими предметами, характеризующиеся координированными движениями рук, ног, головы, туловища, умение выполнять приседания, наклоны, прыжки и др., дозировать физическую нагрузку.

Для получения необходимых сведений им предложены: броски мяча обеими руками на расстоянии одного метра, под углом 10-15 градусов, передвижение по доске, перешагивание препятствий, высотой 20-30 см.

Третий этап – возрастной период детей с 3 до 7 лет. В этом возрасте ребенок овладевает важнейшими навыками передвижения, метании, лазания и др.

1.3 Педагогическая технология повышения активной деятельности детей 5-6 лет

Разработка путей более эффективного использования ФУ должны строиться на основе учета объективного его содержания многообразия сторон формы.

Под общим содержанием ФУ чаще всего понимают многообразие процессов (явлений), протекающих в организме человека в процессе его выполнения. К содержанию в этом плане относят психические процессы в виде ощущений, восприятий, мобилизации волевых качеств, проявления характера и др. В процессе осуществления ДА протекают и физиологические явления, заключающиеся в формировании новых условно рефлекторных связей, сокращении и расслаблении мышц, обмен веществ, деятельности анализаторов, вегетативных органов и пр. В основе происходящих психологических и физиологических процессов лежат биохимические, биоэлектрические и морфологические изменения. Упражнения характеризуются и в биохимическом плане. Все это, как правило рассматривается в качестве общего их содержания.

Современные исследования показывают, что к старшему дошкольному возрасту не все дети достигают нормативных показателей развития двигательной активности, в связи с чем, актуальной проблемой является поиск средств развития двигательной активности у дошкольников.

Происходящие в организме человека биологические, механические и другие процессы не следует относить к содержанию ФУ, поскольку в этом

случае упускается из вида специфики ФУ как произвольные двигательные действия, выполняемых под контролем и управлением сознания.

Не может быть содержанием и решаемая задача, поскольку она в определенной мере относится к явлениям субъективного порядка, определяемым, хотя с учетом объективных закономерностей, но по усмотрению человека, субъекта.

Субъективная сторона задачи придает ФУ самую различную направленность. В одних случаях мы используем его для укрепления здоровья, других- для улучшения телосложения, в-третьих – для повышения ДА и т.д. Роль педагога-воспитателя ДОО в этой ситуации сводится к тому, чтобы добиваться рационального изменения содержания и формы повышения двигательной активности. Включая такие изменения, мы автоматически изменяем и все двигательные действия.

К содержанию упражнения (ДА) не следует относить достигнутые функциональные сдвиги т.к. они не характеризуют специальные стороны ДА, свойственные ему как произвольному движению.

Не следует включать в содержание ДА и его структурные части: разбег, толчок и др. Как элемент содержания целого явления часть рассматривается в основном при самом поверхностном подходе к нему. В условиях ОВП каждая часть ФУ может превращаться в самостоятельное двигательное действие. Подразделение упражнений на части, как правило является условным и может осуществляться по разным признакам. Но самое важное в ином. Комплекс частных движений еще не есть движение (упражнение), поскольку в логической последовательности и сложных органических связях представлены установленные двигательные действия.

Специфическая взаимосвязанность частей придает каждому движению свой неповторимый характер, обусловленный не повторным содержанием.

Известно, что ФУ отражает мысли, чувство и волю человека, определяющие его направленность и характер. Но, это не означает, что в процессе управления двигательными действиями не учитываются

физиологические, биохимические и другие своеобразия движений. Управление двигательными силами, наиболее важная в значительной мере определяющая сторона ФУ.

Сила с точки зрения механики, читаем в «Биомеханике физических упражнений» есть причина изменения движения по величине, скорости, направлению. «Сила есть та причина, переводящая тело из состояния покоя в состояние движения, или изменяет направление движения в ускоренное или замедленное» [2, с. 68].

Специфика требует более конкретного управления всеми двигательными силами, принимающими участие в движении. В этой связи форма оказывается здесь подлинно активной лишь в том случае, если пространственно-временные характеристики той или иной фазы управления определяются не только сознательными усилиями самого ребенка, сколько действием каких-либо внешних или неожиданно возникших ситуаций.

Все это позволяет констатировать о том, что управление силами, участвующими в ДА, составляет общее его содержание [98, с. 92].

Понимание формы ФУ является относительно устоявшимся и в основе своей толкований не вызывает. Под формой обычно подразумевают структуру упражнения, его внутреннюю и внешнюю организацию.

Внутренняя сторона формы представление структурой напряжения и расслабления различных мышечных групп.

Внешняя организация упражнения находится в непосредственной зависимости от внутренней его организации, структуры деятельности различных мышечных групп.

Повышения – процесс и методы внешнего стимулирования человека к тому или иному поведению деятельности [19, с. 147].

Учение И.М. Сеченова и И.П. Павлова о высшей нервной деятельности человека составляет психолого-педагогическую и естественно-научную основу ФВ, включающее в себя: естественность развития двигательных умений и

навыков; своеобразие развития и построение движений и психофизических качеств; грамотное построение ОВП [107, с. 78-82].

В своих трудах Н.А. Бернштейн [27], А.Р. Запорожец [63] и др. особо подчеркивали о необходимости поэтапной и целеориентированной деятельности по совершенствованию и развитию движений детей. Ряд специалистов занимались проблемами ФВ детей [31; 47; 49; 64; 83; 96 и др.].

По мнению Л.Д. Глазыриной [38] закономерным процессом, обеспечивающим совершенствование и систематизированное развитие двигательных умений и навыков вместе с улучшением жизненно важных физических качеств, единство которых устанавливает, в решающей мере, его РWC₁₇₀ (физическую работоспособность).

В соответствии с основной направленностью наиболее важными и специфическими задачами ФВ дошкольников являются:

- охрана и укрепление здоровья;
- содействие всестороннему развитию;
- закаливание организма;
- привитие навыков личной и общественной гигиены;
- формирование здорового образа жизни (ЗОЖ);
- психоэмоциональное благополучие.

Не менее важной задачей является формирование у детей двигательных умений и навыков соответственно с возрастными возможностями [36, 112, 126, 169 и др.].

Возрастными периодами, когда наблюдается развитие важнейших способностей детей, являются пред дошкольный и дошкольный возраст [10, 17, 25 и др.] у детей появляется острая потребность в ДА.

В более успешном овладении важнейших двигательных умений и навыков, для повседневной игры, образовательной, трудовой и иной деятельности, непосредственно связано с уровнем развития соответствующих двигательных качеств [24, 55, 67 и др.]. Волевая, психоэмоциональная и

чувственная сторона ребенка развиваются в процессе развития его физических качеств [32, 161 и др.].

Учет своеобразий развития детей в процессе ФВ позволяет более грамотному подбору соответствующих средств и методов обучения, интеграции двигательной и образовательно-воспитательной деятельности детей.

Пожалуй, эффективным средством оздоровления для детей является оптимальная организованная (в виде занятия) ДА.

Так, сотрудниками научно-исследовательского института гигиены и охраны здоровья детей Министерства здравоохранения Российской Федерации (РФ) установлены, что использование разнообразных средств ФВ, на основе индивидуально-дифференцированного подхода каждому ребенку в отдельности, позволило улучшить: динамику детей (80,0%) с отклонениями в костно-мышечной системе; показатели в ФП детей (90,0%); рост устойчивости организма детей и гипоксии.

Чередование и использование разнообразных методик воспитания и оздоровления позволяет повысить приспособительные процессы детей к условиям ДОО: до 50,0% средств заболеваемости, пропусков по болезни. С.П. Рябининым было установлено, что целеориентированный подбор и использование комплекса ФУ является более эффективным средством в коррекции и реабилитации детей, имеющих отклонения в психомоторном развитии и нарушением в телосложении. В процессе осуществления целенаправленных движений совершенствуются и тренируются движущие силы регуляции физиологических функций, повышаются уровень способности организма и его развития физических и психологических качеств и свойств, различающихся величиной предельных и годовых темпов роста.

В процессе осуществления изыскательской деятельности ряд специалистов [9, 50, 68, 120 и др.] обратили свое внимание на своеобразие развития соответствующих двигательных качеств и функциональных возможностей детей. По их мнению, в основном от их развития зависит

качество выполнения действий ребенка. Своевременное развитие и формирование функциональных своеобразий и сенситивных периодов развития, с учетом бурного развития моторики [46, 161], создают предпосылки повышению эффективности ОВП по ФВ детей, способствуют подготовке детей к учебно-тренировочным занятиям (УТЗ) избранными видами спорта [5]. В результате установления значения ФВ для детей, не упуская из вида их возрастные своеобразия, следует рассматривать биологические, педагогические, психологические и физиологические закономерности в развитии физических качеств и организма ребенка в целом.

Двигательная активность и ФУ оказывают положительное влияние на психоэмоциональную среду детей. Проявляемые психические процессы у детей протекают на уровне подсознания. Это уровень потребности, в процессе которой дети испытывают удовлетворение или наоборот. В этой связи важно организовывать формы ФВ с целью получения детьми предельно возможных положительных эмоций [129].

Объем двигательных навыков и умений, которые необходимо сформировать у детей дошкольного возраста, в соответствии с требованиями Государственным стандартом КР «Дошкольное образование и уход за детьми», утвержденного Постановлением Правительства КР № 363 от 29.06.20 г., через реализацию программ:

- «Базисная (общеразвивающая) программа воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста в КР»;

- «Программа развития детей от 3 до 6 лет «Балалык», в старшей группе дети продолжают осваивать и совершенствовать свои умения в ходьбе, беге, равновесии, прыжках, метании, лазанье, овладевают элементами спортивных игр – баскетбола, футбола, хоккея и т.д. [1, 2].

Но развитие умений может быть расширено при наличии соответствующих условий в дошкольных образовательных организациях, подготовленности детей, квалификации воспитателей.

К задачам физической культуры в старшем дошкольном возрасте относятся: сохранение ее оздоровительного значения, формирование осанки, разучивание техники движений.

Новыми для старших дошкольников являются соревновательные формы работы. Ставится задача воспитания у детей умения играть в подвижные игры, ответственно соблюдая правила. Уделяют большое внимание воспитанию организованности, дисциплинированности, взаимопомощи. Привлекают детей к подготовке мест занятий, оборудования и уборке после занятий.

Развитие основных видов движений старших дошкольников имеет свои особенности. На этом этапе обучения в связи с увеличением диапазона двигательных навыков и умений, развитием физических качеств (скорости, выносливости, быстроты и т.д.) появляется возможность более успешного овладения как упражнениями в их целостном виде, так и отдельными элементами техники движений.

В возрасте 5- 6 лет у детей имеется определенная готовность к осознанности поставленных перед ними задач, умение оценивать ситуацию, управлять своими движениями, поэтому появляется возможность с помощью словесных указаний и объяснений сформировать у дошкольников достаточно прочные знания и умения в их двигательной деятельности.

На занятиях физическими упражнениями у детей развиваются все психические процессы (восприятие, мышление, память, воображение и др.), а также мыслительные операции (наблюдение, сравнение, анализ, синтез, обобщение и др.). Нужно стремиться, чтобы дети умели творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в своей двигательной деятельности, проявляя активность, самостоятельность, сообразительность, смекалку, находчивость.

Важно при этом побуждать к положительным эмоциям, создающим бодрое, жизнерадостное настроение, а также развивать умение быстро преодолевать отрицательное психическое состояние. Положительные эмоции

благотворно влияют на работу всех органов и систем организма, обеспечивают быстроту и прочность формирования двигательных навыков и умений.

В старшем дошкольном возрасте дети приобретают умения сохранять направление и равномерность бега и ходьбы.

К шести годам все дети обладают легкостью в беге для совершенствования ходьбы и бега используют различные упражнения с постепенным их усложнением на основе двигательных навыков, приобретенных в предыдущей группе.

В старшей группе воспитатель проводит обучение ходьбе и бегу в чередовании, постепенно усложняя задания и предъявляя требования к технике выполняемых упражнений.

Так, например, наиболее трудными для освоения можно считать упражнения в ходьбе, высоко поднимая колени. В данном виде ходьбы шаги короткие, движения четкие, нога ставится сначала на переднюю часть, а затем на всю стопу. В беге с высоким подниманием колен согнутая в колене нога поднимается под прямым углом и ставится на землю мягким, но и достаточно энергичным движением на переднюю часть стопы.

Ходьба и бег широким свободным шагом характеризуются несколько замедленными движениями. При сохранении обычной координации в движениях рук и ног нога ставится перекатом с пятки на носок.

Для развития скоростных качеств предлагается бег на скорость (дистанция 20 м), для развития ловкости и координации движений челночный бег. И наконец, для развития выносливости применяется непрерывный бег в течение 1,5-2 мин в медленном и в среднем темпе на 80-120 м.

Упражнения в прыжках. В старшем дошкольном возрасте арсенал упражнений значительно увеличивается. Наблюдается более сильное отталкивание от почвы, энергичный взмах рук, лучшая согласованность движений во всех фазах выполнения прыжков в высоту, в длину и т.д. Дети старшей группы достаточно хорошо справляются с нагрузками, и количество

упражнений может быть увеличено, однако в большей мере следует обращать внимание на качественную сторону выполняемых заданий.

Наряду с повторением прыжков на двух ногах на месте или с продвижением вперед обучают прыжкам в длину и высоту с разбега, в длину с места, через короткую скакалку.

Упражнения в метании. Дети шестого года способны анализировать движения, что помогает им осваивать различные задания: точно попасть в цель (вертикальную и горизонтальную), энергично замахиваясь и приняв правильное исходное положение, бросить мяч на дальность. В упражнениях в переброске мяча, бросании и ловле необходима достаточно хорошая ориентировка в пространстве и времени.

Характерным для детей данного возраста является то, что они правильно воспринимают указания воспитателя и выполняют упражнения в соответствии с своими возможностями – подбрасывают мяч невысоко (на 50-60 см), меняют позу, направляют руки в сторону летящего мяча, что свидетельствует о значительном совершенствовании координации движений.

Упражнения в равновесии. Известно, что равновесие (его сохранение и поддержание) является постоянным и необходимым компонентом любого движения, в старшем дошкольном возрасте продолжают совершенствовать равновесие посредством разнообразных упражнений.

Задержка или недостаточное развитие функции равновесия влияет на точность движений, темп, ритм. Улучшение результатов у детей 5-6 лет происходит в связи с достаточно хорошим развитием координации тонуса мышц.

В старшей группе предлагаются упражнения в равновесии на уменьшенной и повышенной опоре, выполнение на ней заданий с различными предметами. Все упражнения на развитие равновесия требуют от детей сосредоточенности, внимания, волевых усилий; поэтому их следует проводить в среднем или медленном темпе под наблюдением воспитателя, а при необходимости оказывать помощь и страховку отдельным детям.

Упражнения в лазанье. При выполнении упражнений в лазанье в работу вовлекаются различные группы мышц. В старшей группе задания усложняются, к технике их выполнения предъявляются более высокие требования.

Наряду с освоенными ранее упражнениями предлагаются лазанье по гимнастической стенке до 2,5 м с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками и т.д.

Считаем целесообразным отметить исследование Л.В. Гайбазовой, в котором отмечаются требования при организации процесса повышения двигательной активности детей [3].

Первым требованием является учет индивидуальных особенностей детей, который предполагает индивидуальный подход к каждому ребенку, способствующий развитию способностей и проявлению их в движениях, которые соответствуют возможностям ребенка. Важно создание условий не только для более слабых, но и сильных детей, которые упражняли бы свои качества, развивали их дальше, не останавливались на достигнутом уровне, совершенствовали имеющиеся двигательные навыки и др.

Вторым требованием является правильный подход использования средств физкультурно-оздоровительной направленности, т.е. рационального режима дня, закаливания, естественных сил природы, гимнастики, физических упражнений и пр.

Следующее требование заключается в выделении особого значения двигательной активности дошкольников в течение дня. Чем больше движений совершает ребенок, тем лучше происходит развитие как физического, так и умственного.

Важным аспектом является учет двигательной активности в соответствии с сезонами. Малые показатели двигательной активности характерны для зимы, поэтому следует специально организовывать двигательную деятельность детей.

Одним из важных моментов также является планирование совместного отдыха с детьми, что дает возможность компенсировать недостаток движения.

И еще одно требование состоит в компетентном подходе к выбору и использованию здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании, которые решают приоритетную задачу современного дошкольного образования, заключающуюся в сохранении, поддержании и обогащении здоровья субъектов образовательного процесса в дошкольном учреждении: детей, педагогов и родителей (законных представителей) [2].

Наиболее естественной основой развития двигательной активности дошкольников являются подвижные игры.

Игра являлась спутником человека с давних времен. П.Ф. Лесгафт [5, 6], А.П. Усова [9, 10] указывали на большую значимость игры как деятельности, которая приводит к качественным изменениям как в физическом, так и психическом развитии ребенка, она многосторонне воздействует на его личностное развитие.

М.Н. Жуков считает, что «подвижная игра – относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил» [4, с. 63].

Т.И. Осокина и др. также указывают на то, что подвижная игра является средством гармоничного развития и воспитания ребенка. Игра учит ребенка управлять собственным поведением, формировать положительные взаимоотношения, создает благополучное эмоциональное состояние [8].

Обратимся к классификации подвижных игр и игровых упражнений (А.Н. Гросс):

- игры с осознанием выполнения физических упражнений;
- игры для самовыражения, игры-имитации;
- игры с проявлением быстроты реакции;
- подвижные игры с проявлением координации с действиями и движениями партнера;
- подвижные игры с проявлением антиципации, т.е. способности к предугадыванию действий других игроков;

- игровые эстафеты как разновидность бессюжетных подвижных игр с элементами соревнования.

В.И. Усаковым разработан алгоритм обучения подвижным играм, который систематизирован в соответствии с задачами и этапами обучения в образовательном процессе:

- познакомить детей с народной подвижной игрой в целом через словесные и наглядные методы;

- первоначально разучить более простые технические приемы через их вычленение из сложной совокупности специальных действий и движений, которые характерны для народной подвижной игры;

- углубленно разучить простые специальные движения, довести их до уровня навыка, разучить на их основе элементарные связки и комбинации;

- закрепить простые комбинационные действия и движения специально направленного характера при использовании методов частичного регламентированного упражнения;

- совершенствовать основные технические приемы, которые характерны для игры, при использовании игрового и соревновательного методов;

- первоначально разучить элементарные тактические схемы игры по упрощенным правилам;

- углубленно разучить элементарные и более сложные тактические схемы;

- закрепить основной тактический рисунок игры;

- решать простые тактические задачи через использование технических приемов, двигательных действий и движений, которые характерны для изучаемой игры;

- совершенствовать игру через развитие интереса к ней» [9, 10].

Считаем актуальным поиск путей развития двигательной активности старших дошкольников. Подвижные игры обладают высокими потенциальными возможностями развития двигательной активности детей, так

как игра является естественной основой развития двигательной активности ребенка-дошкольника.

Проанализировав психолого-педагогические исследования, мы сделали ряд выводов. Так, под двигательной активностью понимается естественная и специально организованная деятельность человека, которая обеспечивает успешность физического и психического развития. Двигательную деятельность также называют суммой движений, осуществляемой человеком на протяжении жизни. Уровнями двигательной активности являются следующие: режим гипокинезии, режим спонтанной двигательной активности, режим умеренных физических нагрузок или умеренной повышенной двигательной активности, режим чрезмерных физических нагрузок или чрезмерной двигательной активности.

Развитие двигательной сферы детей дошкольного возраста осуществляется согласно трем направлениям, выраженным в росте трудностей решаемых двигательных задач и их точности, развитии умений к решению нешаблонных двигательных задач; росте смысловой сложности двигательных задач. У детей дошкольного возраста отмечается недостаточная двигательная активность, которую сложно возместить. У детей 5-6 лет наблюдается разная степень подвижности, которая проявляется от высокой интенсивности активной двигательной деятельности вне зависимости от продолжительности и объема двигательной активности до низкого объема активной двигательной деятельности, сочетаясь со средними и низкими показателями интенсивности и продолжительности.

Одним из наиболее оптимальных средств развития двигательной активности дошкольника является подвижная игра. Как известно, игра качественно изменяет физические и психические качества ребенка, способствует разностороннему влиянию на его личностное развитие. Подвижные игры обладают высоким потенциалом для развития двигательной активности у детей 5-6-летнего возраста.

Происходящие в организме человека биологические, механические и другие процессы не следует относить к содержанию ФУ, поскольку в этом случается из вида специфика ФУ как произвольное двигательное действие, выполняемых под контролем и управлением сознания.

Не может быть содержанием и решаемая задача, поскольку он в определенной мере относится к явлениям субъективного порядка, определяемым хотя с учетом объективных закономерностей, но по усмотрению человека. Субъективная сторона задачи придает ФУ самую различную направленность. В одних случаях мы используем его для укрепления здоровья, других – для улучшения телосложения, в-третьих – для повышения ДА и т.д. Роль педагога-воспитателя ДОО в этой ситуации сводится к тому, чтобы добиваться рационального изменения содержания и формы повышения ДА детей. Внося такие изменения, мы автоматически изменяем и все двигательные действия.

К содержанию упражнения (ДА) не следует относить и достигнутые функциональные сдвиги, как как они не характеризуют специальные стороны ДА, свойственные ему как произвольному движению.

Не следует включать в содержание ДА и его структурные части: разбег, толчок и др. как элемент содержание целого явления часть рассматривается в основном при самом поверхностном подходе к нему. В условиях ОВП каждая часть ФУ может превращаться в самостоятельное двигательное действие. Подразделение упражнений на части, как правило является условным и может осуществляться по разным признакам. Но самое важное в ином. Комплекс частных движений еще не есть движение (упражнение), поскольку в последней логической последовательности и сложных органических связях представлены установленные двигательные действия. Специфическая взаимосвязанность частей придает каждому движению свой неповторимый характер, обусловленный неповторимым содержанием.

Известно, что ФУ отражает мысли, чувство и волю человека, определяющие его направленность и характер. Но, это не означает, что в

процессе управления двигательными действиями не учитываются физиологические, биохимические и до своеобразия движений. Управление двигательными силами наиболее важное, в значительной мере определяющая сторона ФУ. Сила с точки зрения механики читаем в «Биомеханике физических упражнений», есть причина изменения движения по величине, скорости, направлению. Сила – есть та причина, переводящая тело из состояния покоя в состояние движения, или изменяет направление движения в ускоренное или замедленное [2].

Специфика ФУ требует более конкретного управления всеми двигательными силами, принимающими участие в движении. В этой связи форма оказывается здесь подлинно активной лишь в том случае, если пространственно-временные характеристики той или иной фазы управления определяются не только сознательными усилиями самого ребенка, сколько действием каких-либо внешних или неожиданно возникших ситуациях.

Все это позволяет конспектировать о том, что, управление силами, участвующими в управлении, составляет общее его содержание. [98, с. 92].

Учение И.М. Сеченова и И.П. Павлова о высшей нервной деятельности человека, составляет психолого-педагогическую и естественную основу ФВ, включающие в себя: естественности развития двигательных умений и навыков: своеобразие развития и построение движений и психофизических качеств; грамотное построение ОВП [107].

В своих трудах Н.А. Бернштейн [27], А.В. Запорожец [63] и др. особо подчеркивали о необходимости поэтапной и целеориентированной деятельности по совершенствованию и развитию движений детей.

Ряд специалистов занимались проблемами ФВ детей [31, 47, 49, 64, 83, 96] и др.

По мнению Л.Д. Глазыриной [38] закономерным процессом, обеспечивающим совершенствование и систематизирование развитие двигательных умений и навыков вместе с улучшением пожизненно важных физических качеств, единство которых устанавливает в решающей мере.

Не менее важной задачей является формирование у детей двигательных умений и навыков соответственно с возрастными возможностями.

Возрастными периодами, когда наблюдается развитие важнейших способностей детей, являются пред дошкольный и дошкольный возраст [10; 17; 25 и др.]. у детей появляется острая потребность в ДА. В более успешном овладении важнейших двигательных умений и навыков для повседневной игровой, образовательной, трудовой и иной деятельности, непосредственно связано с уровнем развития соответствующих двигательных качеств [24, 55, 67 и др.]. Волевая, психоэмоциональная и чувственная сторона ребенка развивается в процессе развития его физических качеств [32, 171 и др.].

Учет своеобразия развития детей в процессе ФВ позволяет более грамотному подбору соответствующих средств и методов обучения, интеграции двигательной и образовательно-познавательной деятельности детей.

Пожалуй, эффективным средством оздоровления для детей является оптимальная организация в виде урока ДА.

Так сотрудниками научно-исследовательского института гигиены и охраны здоровья детей Министерства здравоохранения Российской Федерации установлено, что использование разнообразных средств ФВ, на основе индивидуально-дифференцированного подхода каждому ребенку по отдельности позволило улучшить: динамику детей (80%) с отклонениями костно-мышечной системе; показатели в ФП детей (90%); росту устойчивости организма детей.

В процессе осуществления целенаправленных движений совершенствуются и тренируются движение силы регуляции физиологических функций, повышается уровень способности организма и его развития физических и психических качеств и свойств, различающихся величиной предельных и годовых темпов роста. В процессе осуществления деятельности ряд специалистов обратили свое внимание на своеобразие развития соответствующих двигательных качеств и функциональных возможностей

детей. По их мнению, в основном от их развития зависит качество выполнения действий ребенка. Своевременное развитие и формирование функциональных своеобразий и сенситивных периодов развития, с учетом бурного развития моторики [46, 161], создают предпосылки повышению эффективности ОВП по ФВ детей, способствуют подготовке детей, не упуская из вида их возрастание, своеобразие, следует рассматривать биологические, педагогические, психологические и физиологические закономерности в развитии физических качеств и организма ребенка в целом.

Двигательная активность и ФУ оказывает положительное влияние на психоэмоциональную среду детей. Проявляемые психические процессы у детей протекают на уровне подсознания. Это уровень потребности, в процессе которой дети испытывают удовлетворение или наоборот. В этой связи важно организовывать формы ФВ с целью получения детьми предельно возможных положительных эмоций [129].

В сегодняшние условия день одной из важнейших проблем ФВ детей является подбор более эффективных средств и методов ПВ с целью развития психических функций и физических качеств.

А.И. Кравчуком [86] выявлено содержание физической, двигательной и функциональной подготовок детей.

Исследованиями, осуществленными рядом специалистов установлено, что подвижные игры оказывают положительное влияние на развитие психоэмоциональных процессов, повышение двигательных умений, эмоционально-волевой сферы на воспитание нравственных сторон познавательной деятельности дошкольников [5, 123, 124].

Игры проводятся в различное время в соответствии с режимом дня ДОО для каждой возрастной группы с целью обогащения двигательного опыта, совершенствование сформированных умений, навыков, развития физических качеств детей [28, 35, 86, 104 и др.] неспецифической резистентности [3, 13, 23, 90 и др.]. На иммунологическую деятельность оказывают положительное влияние умеренные физические нагрузки [8].

Двигательная активность в виде ФУ обеспечивает естественную потребность детей в движении, создавая положительные психоэмоциональные переживания и создавая возможность дошкольнику проявить себя как личность [138].

Роль побудителя развития преобладающего количества проблем индивида – дошкольников выполняет ДА, а биологическая потребность в ДА в процессе социализации переходит в биологическую проблему [4, 67, 86, 95, 117 и др.]. Обосновано, что дети дошкольного возраста являются благоприятным для развития необходимых физических качеств (быстроты, гибкости), функциональных способностей и двигательных навыков путем использования специальных упражнений, и важнейших движений.

Изучая авторские программы ФВ в ДОО Т.А. Кравчук [84] установила, что преобладающее число программ предлагают повышение ДА ребенка в результате совершенствования методики проведения прогулок, ОП по ФК.

По мнению ряда специалистов, [34, 64, 65, 66, 105], средствами в ФК, активно используемых в ДОО и дающих оздоровительный эффект являются:

- обязательные занятия ФУ;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия (утренняя гимнастика, физкультминутки, закаливающие процедуры в сочетании с ФУ;
- организация работы по ФВ детей (подвижные игры, прогулки, индивидуальная работа, самостоятельные занятия, праздники.)

Двигательная деятельность детей 5-6 лет имеет ярко-выраженные индивидуальные проявления, что в основном определяется индивидуально-типологическими особенностями нервной системы и физического развития, степенью самостоятельности, устойчивостью интересов к определенным играм, педагогическими воздействиями и пр.

ДА старших дошкольников в течение дня распределяется неравномерно: наибольшая активность наблюдается во время прогулок, а периоды спада – во время пребывания детей в помещении (если не проводится физкультурное

занятие). Отметим, что в три периода подъема двигательной активности детей: утренний (с 8.00 до 9.00), дневной (с 10.30 до 12.00) и вечерний (с 16.30 до 19.00). Можно предположить, что такое изменение двигательной активности детей в течение дня обусловлено не только биологическими факторами, но и режимом дня детского сада.

Каждое из режимных отрезков ДА – это определенная «оздоровительная доза» в виде движений, физической нагрузки, работающая на здоровье ребенка, его правильное физическое развитие и физическую подготовленность, дает ребенку возможность общения со сверстниками и воспитателями, т.е. социальный комфорт, а освоение двигательных умений – возможность самовыражения.

Как было обозначено выше, ДА детей в значительной степени зависит от режима детского сада, обучения и воспитания детей. Широкое использование комплекса физических упражнений способствует удовлетворению потребности детей в движении, укреплению их здоровья и повышению работоспособности.

В пятилетнем возрасте наиболее существенна разница в показателях двигательная деятельность между мальчиками и девочками во время самостоятельной деятельности, что обусловлено разным содержанием их игровой деятельности. У мальчиков преобладают игры подвижного характера (футбол). Девочки предпочитают игры спокойного характера с преобладанием статистических поз (сюжетно-ролевые игры: «Семья», «Больница» и т.д.). Средний объем двигательной активности мальчиков 5 лет в свободной деятельности составляет 14000-15000 движений, а у девочек этот же показатель равен 13500-14500 движениям за полный день пребывания в детском саду.

ДА детей на шестом-седьмом году жизни все больше ограничивается созданными условиями в детском саду и семье (увеличивается продолжительность образовательных ситуаций с преобладанием статических поз), а также возрастающими познавательными интересами детей (компьютерные игры, конструирование, просмотр телепередач и т.д.). В связи с

этим именно у детей этого возраста уже могут сформироваться вредные привычки малоподвижного образа жизни.

По мнению ученых в обеспечении оптимального режима ДА старших дошкольников большое значение имеет повышение интереса к ДА. Они отмечают, что в процессе выполнения интересного дела значительно повышается эмоциональный тонус, что приводит к более позднему наступлению утомления даже при трудной работе. Данные высказывания были подтверждены исследованиями В.Г. Фролова [156].

Учитывая особенности дошкольного возраста, в котором ведущим видом деятельности является игра, многие авторы (Э.Я. Степаненкова, Л.Н. Волошина и др.) настоятельно рекомендуют использовать ее для развития двигательной активности детей [138, с. 26-28].

Для этого двигательная среда должна быть насыщена различным оборудованием и спортивным инвентарем, способствующим развитию игры. Необходимо отметить, что развивающая предметно-пространственная должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной [50].

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря должны обеспечивать: ДА, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях. Для стимулирования самостоятельной ДА детей, необходимо создавать так называемые полосы препятствий, чтобы дети могли выполнять различные двигательные задания (пройти по дорожкам, перепрыгнуть с кочки на кочку, пролезть в туннель, залезть на лестницу и др.)

В отличие от детей пятилетнего возраста, ДА детей 6 лет становится более осознанной и разнообразной. По мере овладения двигательными навыками и умениями у шестилеток проявляется значительный интерес к спортивным играм и упражнениям. Овладевая новыми навыками и закрепляя старые, дети активно начинают применять их в своей самостоятельной

деятельности. Мальчики и девочки берут на себя разные роли и в соответствии с сюжетами используют свой достаточно богатый двигательный опыт.

В 6-летнем возрасте стирается резкая грань в содержании самостоятельной деятельности мальчиков и девочек, ярко выраженная у пятилетних детей. Шестилетки самостоятельно объединяются небольшими группами и вместе выполняют те или иные упражнения, такие как бросание мяча в кольцо, ходьба по бревну, прыжки через веревку и другие. В этих упражнениях участвуют как мальчики, так и девочки. В этом возрасте уже средний объём двигательной активности мальчиков в самостоятельной деятельности составляет 15500-17500 движений, девочек – 15000-17000 движений.

В теплое время года дети любят игры с мячом, обручем, скакалкой. В этом возрасте у детей появляется самоконтроль и самооценка своих движений при выполнении тех или иных упражнений. Наиболее важной особенностью ДА детей старшего дошкольного возраста является ее зависимость от времени года. Она повышается в весенне-летний период и снижается в осенне-зимний. Сезонная зависимость суточной ДА – это общебиологическое явление, и ее необходимо принимать во внимание при организации физического воспитания детей.

Вышеперечисленные формы организации отвечают общим задачам ФВ и всестороннего развития ребенка, находятся во взаимосвязи, каждая из них имеет свои специальные задачи, в соответствии с которыми занимает определённое место в режиме дня ДОО.

Соотношений форм организации ФВ в различных группах ДОО определяется воспитательными задачами, возрастами и индивидуальными своеобразиями детей, уровню их ФП и учетом конкретных условий ДОО.

Развитие важнейших физических качеств детей характеризуется своей гетерохронностью и синхронностью, имеет и сенситивные периоды.

Процесс обучения соответствующим упражнениям, предусмотренного содержанием образовательного материала, предлагается в первой половине

учебного года, во второй – специальное воспитание и развитие физических качеств, в течении всего учебного года – функциональных способностей, в соответствии с развитием и формированием важнейших двигательных умений и навыков.

Практика показывает, что в процессе ФВ детей развитию и важнейших двигательных усилий, и навыков в основном связаны с проявления силы, быстроты, выносливости и др.; в значительной мере расширяющие функциональные возможности организма детей [25, 73, 76 и др.].

Система ФВ в ДОО должна быть неотъемлемой частью общей республиканской системы ФВ дошкольников и школьников.

В этой связи в процессе рассмотрения проблемы использования средств в ФВ детей должны включаться достаточно разнообразные ФУ. Например, в занятиях по ФП в странах дальнего и ближнего зарубежья достаточно широко используется подвижные игры, спортивные игры, передвижение, гимнастические упражнения [49, 165, 67]. В Японии элементы единоборства; в Чехии – прыжки на батуте, в Финляндии – развлечение; в Турции – элементы спортивной борьбы и т.д. [165, 167].

Итак, по итогам изучения программных основ ФВ детей в ДОО республики пришли к следующему:

- ФВ детей, как образовательно-познавательных деятельности, ориентированию на укрепление и сохранению здоровья развитие изменению важных двигательных способностей, психофизических качеств, формирование ЗОЖ;
- в нашей республике процессу ФВ придается узконаправленный ориентир, тем самым ограничивая возможности педагога-воспитателя в применении наиболее эффективных средств для разностороннего развития ребенка;
- предлагается единый двигательный материал для девочек и для мальчиков, отсутствует половое развитие.

В программах образовательно-воспитательный процесс по ФП представлен в виде разделов и блоков ФУ, в которых улучшены методические рекомендации по методике формирования важнейших двигательных действий и развития физических качеств; - улучшены уровень метрологической точности и принцип выбора разнообразных ФУ оценки двигателей и физических сторон детей, реализующихся в ОПВ.

В результате взаимодействия внутренних, т.е. эндогенных (генетическая последовательность, пол, возраст) и внешних, т.е. экзогенных (социальных природных) и поведенных движений сил (факторов) формируется здоровье человека. Интегративная антропологии указывают на необходимость предприятий попытки по сохранению и улучшение здоровья. После преобразования республики наблюдается снижение уровня здоровья детей из-за снижения ДА слабого повышения семей к занятию ФП, ростом психоэмоционального напряжение. По мнению рода специалистов, [7, 148, 161 и др.] в улучшение состояние здоровья детей и их все стороннего ФП определенную роль сыграли бы нетрадиционные виды ДА в массовом физкультурном движение.

К важнейшим средствам ФВ входят естественные силы природы. По этому поводу Ю.Ф. Змановский [66] указывает более эффективные принципы закаливания:

- к закаливающей процедуре положительное психоэмоциональное отношение;
- неуклонность, индивидуально-личностное своеобразие, учет демографических условий, фактическое здоровье ребенка
- индивидуально- личностное своеобразие учет демографических условий, фактическое здоровье ребенка;
- использование постепенных мощных оперативных и слабых воздействий при физической нагрузке и в покое.

В период проведения закаливающих процедур не исключается использование сопровождения функциональной музыки, улучшающая

психоэмоциональный фон, оптимизирующая душевному равновесию ребенка [23].

Общеизвестно, что положительное влияние оказывают на организм упражнения на дыхание и функцию дыхательной системы [132, 137]. Соответствующие типы дыхания повышают устойчивость организма детей к различным инфекциям. Оказывая влияние на соответствующие физиологически активном месте, выполняя дыхательные и ФУ, а также закаливающие процедуры, все положительное оздоровительное влияние на организм детей [151]. Основой применения оздоровительных нетрадиционных средств, в связи с непрерывными занятиями, находятся изменения движения сил руководства деятельностью и в структуре (составе) веществ организма.

Оздоровительная ценность ФУ достигается путем совершенствования приспособительных механизмов к меняющимся условиям среды [157, 163].

Ряд авторов [65; 66; 102] рекомендуют игры и специальные упражнения, укрепляющие функции дыхания. Для детей предлагается использование и такого нетрадиционного средства как кыргызская национальная спортивная игра «Ак-чөлмөк» [1, 29], ходьба босиком, аутотренинг, дыхательная гимнастика [7]. Отмечается возможность применения элементов танца и танцевальных упражнений [146].

Итак, изучение литературы отмечает достаточно широкое применение традиционных и нетрадиционных средств в ФВ детей и их положительное влияние на физиологическое состояние, ФР, ФП и здоровье детей.

Выводы по первой главе

Изучая теоретико-педагогическое положение, изложенное в данной главе диссертационного исследования, позволило сделать ряд обобщений.

Спортивно-педагогическая наука на данном этапе развития общества является одной из особо важнейших движущих сил, непосредственно обуславливающих политических, экономических и идеологических

преобразований общества, в том числе, в всестороннем развитии учащейся молодежи.

В этой связи повышения детей к ДА в образовательно-воспитательном процессе по физической культуре, предполагает должную организацию и постановку разностороннего (психологического, педагогического, физиологического, функционального и др.) формирования и развития необходимых двигательных усилий и навыков.

К сожалению, данная сторона проблемы не находит полноценного отражения в соответствующих источниках информации, что становится причиной, недостаточного обращения внимание к делу воспитания душевно богатой, морально чистой и физически совершенной личности детей 5-6 лет.

Дошкольник – это специфическое единство. То или иное человеческое действие в определенной мере непременно связано с образовательной, игровой, трудовой и иной возможности ребенка и сознательной их ориентированности. В сфере (области) активизации двигательной деятельности ребенка заключается в глубоко переосмысленном выполнении прилагаемых усилий педагогами-воспитателями ДОО. Поэтому психолого-педагогические, физиологические основы повышения ДА во многом предопределяет эффективность ОВП, оказывают прямое воздействие на укрепление и сохранение физического, психологического, нравственного здоровье, формирование двигательных усилий и навыков. Сопряженно эти основы оказывают положительное влияние и на умственную воспитанность личности ребенка, формируют систему взглядов на окружающий мир, совершенствуют познавательные способности и т.д.

ДА ребенка служит основополагающим фундаментом повышения повседневной деятельности.

В Указе Президента КР от 24 июля 2021 года УП № 313 «Об утверждении Концепции о духовно-нравственном развитии и физическом воспитании личности по физическому образованию, укреплению и сохранению здоровья, формированию изучению вопросам ЗУН и др.» в числе крайне

необходимых выделена в числе важнейших. В предъявляемых требованиях к уровню ДА ребенка подчеркнуто, что он должен иметь понятия об интеграционных процессах, влияний систематических занятий на его психоэмоциональную, образовательно-познавательную, игровую (физическую), трудовую и иную деятельность.

Включение проблемы побуждение ДА в образовательно-воспитательные планы должны быть ориентированы на улучшение всего ОВП, путем их содержания и путем их соединения, в общей системе деятельности ДОО.

ДА должна быть связана с образовательно-воспитательным процессом и самостоятельными занятиями детей, и другими видами деятельности.

Посредством технологии образования и воспитания осуществляется реализация в практической работе соответствующих знаний, закономерностей в ОВП по ФК. Важнейшие теоретико-педагогические, психологические, физиологические и иные положения, проведенных в процессе практической деятельности, находят отражение в ОВП с детьми. На основе этих и других входящих в образовательно-воспитательной процесс занятий, их интеграции строится и осуществляется всестороннее формирование ребенка. К окончанию срока пребывания детей в ДОО, они должны иметь соответствующий уровень ЗУН.

Таким образом, в этой главе, с учетом поставленных задач, особое внимание уделялось на: выявление видов ДА, их значимости для развития; установление характерных факторов ДА, определение технологий повышения ДА детей 5-6 лет.

Изложенный материал в первой главе диссертации, во-первых, дает не более полное представление о технологии формирования ДА в условиях ДОО; во-вторых, убеждает нас в том, что изучаемая сторона ДА является основой разностороннего развития детей.

ГЛАВА II. МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Объект и предмет исследования

Объект исследования – образовательно-воспитательный процесс активизации двигательной деятельности детей 5-6 лет.

Двигательная активность человека, особенно детей – достаточно сложный процесс, являющийся объектом неуклонного изучения психолого-педагогических, медико-биологических, естественных отраслей научных знаний.

ДА – как объект изучается как в ограниченном (узком), так и в общем (в широком) смысле.

ДА в ограниченном смысле – часть общей деятельности человека, основу своеобразного совершения, составляет более эффективное использование индивидом ДА как фактора улучшения своей деятельности. ДА в широком смысле рассматривается как неотъемлемая сторона общей двигательная культуры личности, охватывающие в себя комплекс его теоретико-практических достижений в создании специальной технологии целенаправленного развития в ФП.

Известно, что ДА осуществляется в системе, установленной конкретной организационной структуры руководства психолого-педагогической. Для более результативного руководства активизацией ДА все причастные к этому процессу лица и учреждения объединяются. Эти процессы, вступают объектом ОВП в ДОО. На основании этого процесса ДА как объект управления является образовательно-воспитательной стороной и представляет комплексы ОВП и самостоятельных занятий ФК детей, закономерно осуществляющих совершенствование ДА детей на единой теоретико-педагогической, программно-методической и нормативно-правовой основе.

Система ДОО, где организовано взаимодействуют педагоги, воспитатели и дети, называют педагогическими системам. А ход развития,

реализуемый цели образования, воспитания и развития в таких условиях, называют педагогическим процессом.

ОВП является синонимом педагогического процесса, то есть, комплекс урочных, внеурочных (соревнования, различные по масштабу и рангу спортивные соревнования) форм занятий, проводимых под непосредственным руководством педагога-воспитателя или педагога по ФК ДОО по единому плану.

ОВП – достаточно сложное комплексное, предназначенное на формирование личности ребенка, его активная, двигательная, образовательно-познавательная, трудовая деятельность.

В ходе решения вышеперечисленных задач в полноценном ОВП у детей происходит перестройка приобретенного двигательного опыта, развития образовательно-познавательных процессов, активизации мыслительных процессов, развития двигательных умений и навыков, улучшаются функциональные возможности, телосложения и развития личности ребенка в целом.

Итак, ОВП и самостоятельные занятия осуществляется в комплексе с процессами: образование, воспитание, развития ребенка.

ОВП – процесс, традиционные и особое явление. В своем становлении он прошел ряд последовательных периодов, для отдельного из них присущи своеобразное сочетание педагога-воспитателя ДОО и ребенка, следовательно, и особо важный характер, деятельности педагога-воспитателя и ребенка.

Комплексный подход к организации ДА в практике работы педагога-воспитателя, заключается в том, что они предпринимают попытки, целью решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач на каждом ОВП и в процессе самостоятельных занятий по ДА, сочетают образовательно-познавательную деятельность с широкой ДА, достаточно грамотно объединяют предпринимательские попытки с деятельностью ДОО и взаимодействует с родителями детей.

Процесс развития ОВП, его эндогенное движение связано, с уровнем сложения характера взаимного действия и взаимного отношения между детьми

и педагогом-воспитателем. Своеобразием ОВП Связано с тем, что ребёнок становится одновременно и объектом, и субъектом ОВП.

Проявляемая взаимоактивность педагога-воспитателя и ребенка в ходе их взаимоотношения в ДОО у более достаточно отражается понятие "педагогическое взаимодействие".

В процессе формирования осуществляются разнообразные взаимосвязи (взаимообмен сведениями), совместная деятельность, взаимное общение, связи управление, от пропорции (соотношения), которых зависит успешность процесс активизации ДА детей.

Управленческое взаимное действие осуществляется в определенных условиях (игровых, образовательно-познавательных, трудовых, нравственных, психологических и других), которые следует учитывать и совершенствовать.

Средствами формирования ДА является ее педагогическое содержание, формы и методы. Отсюда возникает выделить ее цель, содержание, формы и методы формирования двигательных умений и навыков и их показатели. Это позволяет говорить о предназначении, содержание ОВП.

Процесс образования, воспитания и развития поэтапно становятся в процессе самостоятельных занятий ФК, самовоспитания, самопознания.

В процессе формирования ДА объективная, социальная переходит в субъективное, в индивидуально-психическое свойство, позволяющее полноценное развитие личности ребенка.

В этой связи ДА становится неотделимым единством процесса формирования ребенка.

Следует подчеркнуть, что эндогенным фактором становятся разногласия между предъявляемыми требованиями и практическими возможностями детей по их выполнению. Такое несоответствие становится причиной развития процесса, если предъявляемые требования соответствуют возможностям детей, и наоборот, такие несоответствия не способствует положительному течению процесса повышения ДА, в случае, предъявляемое требования окажется достаточно трудными или простыми. Следовательно, задача педагога-

воспитателя сводится к тому, чтобы успешно овладеть умением изучать детский и педагогический коллектив ДОО. Проектировать предстоящие и перспективы развития дошкольного учреждения и личности воспитанника.

Целостность ДА детей не столь просто, так как, в практике ОВП, в первую очередь наблюдается их общность: образовательного – познавательный процесс выполняет функцию воспитания, а процесс воспитания невозможен без образовательно-познавательного процесса детей. Сравнивая эти ходы развития, следует исходить из диалектики развития явлений.

В случае сопоставления основные задачи ОВП, первоначально необходимо отметить, что процесс образования и воспитания реализует в единстве три взаимообусловленные функции: образовательную, воспитательную, развивающую. Процесс обучения вносит большой вклад в образовательно-воспитательную функцию, а процесс воспитания – в воспитательную. Оба эти процесса являются исходной основой для осуществления развивающих функций процесса обучения. Итак, процесс развития создает условия для успешного осуществления, а развивающие функции ОВП на последующих этапах ДА детей.

В содержании процесса обучения превалирует формирование понятий, представлений ЗУН и так далее.

В содержании процесса воспитания превалируют установки, побуждения, правил поведения.

Итак, эти процессы одновременно влияют на сознание, ДА, взаимоотношения, волю, эмоции, способствует ее общему развитию. Процесс обучения преимущественно влияет на умственную, а процесс воспитания на побудительную и психоэмоциональную сферу.

В комплексном ОВП более конкретно наблюдается специфика форм ОВП.

Образовательный процесс проходит в группе детей, по графику ОП и соответствующем образовательным программам. А процесс воспитания не столь регламентирован, лишь носит рекомендательный характер. Как правило, этот

процесс в ДОО протекает в образовательной, воспитательной, оздоровительной, игровой, трудовой и других видах деятельности детей. Вышеперечисленные виды деятельности устанавливаются предъявляемыми требованиями общества, их потребностями, проявляемыми обостренными чувствами.

В процессе воспитания детей немалое значение приобретает влияние окружающей среды с учетом возможности детей осуществлять овладением необходимой информацией.

С учетом возрастных особенностей детей к проблемам соотношения методов обучения и воспитания.

Из самой сущности единство ОВП как процесса повышения активизации ДА детей в его более объемном смысле вытекает понятие о педагогических методах как целостность ОВП.

В педагогике ФК выделяют в ОПД элементы организации, повышения и наблюдения. Поскольку методы обучения и воспитания являются способами взаимосвязанной деятельности педагога-воспитателя и ребёнка, ориентированной на разностороннем развитии личности дошкольников, то в процессе их классификации необходимо выделять методы организации образовательно-воспитательной деятельности педагога-воспитателя и дошкольников, методы повышения и методы контроля (наблюдения) и самоконтроля (таблица 2.1).

Таблица 2.1. – Важнейшие группы методов воспитания

Методы	Содержание методов воспитания
Формирование сознания, личности, дошкольника (взгляды, убеждения, идеалы, интересы).	Рассказы, беседы
Организации ДА	Требования, поручения
Побуждение к активизации ДА	Похвала, поощрения, состязания, порицания

Таблица 2.2. – Важнейшие группы методов обучения

Методы	Содержания методов обучения
Организация ДА	Практические
Повышения	Игры, состязания, убеждения
Наблюдения	Контроль, самоконтроль

В процессе повышения активизации ДА детей их необходимо рассматривать в целостности, так как ОВП характеризуется комплексными сторонами.

Цель процесса повышения ДА предусматривает решение образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, ориентирует педагога-воспитателя на разностороннее развитие детей.

Таким образом, процесс побуждение к ДА взаимно улучшает ОВП, активизирует образовательно-воспитательное, познавательное влияния целостного ОВП: предоставляет условия к объединению педагогика – воспитательного коллектива и группы детей в целостный коллектив ДОО, представляющего в качестве субъекта формирования личности дошкольника: способствует взаимопроникновению друг в друга процесса повышения ДА детей: позволяет реализации программно-целевого подхода в проектировании (предусмотрение) ДА с ориентацией на итоговый показатель – формирование разносторонне развитой личности ребенка: обладают своими закономерностями и принципами, отражающие его единство.

Предмет исследования – педагогическая технология повышения двигательной активности детей 5-6 лет.

На современном этапе развития ДОО задачи воспитания детей усложняются, достаточно трудной и становится крайней необходимостью в научно-педагогического осмысления этой проблемы. Организация ДА проявляется в умении педагога-воспитателя создании предпосылок формирования личности ребенка согласно с поставленной целью и задачами его разностороннего развития. Формирование личности ребенка осуществляется в

комплекс ОВП, согласно ГОСТ КР и предъявляет требования от педагога-воспитателя знание соответствующих способов ПВ на личность и умения и ими более грамотно пользоваться в ППД.

Основные задачи педагога-воспитателя устанавливаются соответствующими государственными программно-нормативными документами, суть которых является сформировать у дошкольника неуклонное умственное, двигательное, нравственное, психофизическое совершенствованию, потребности в ДА.

Для этой цели, каждое ДОО должны иметь достаточно конкретные, научно аргументированные и на практике опробованными психолого-педагогическими, медико-физиологическими и организационно-методическими положениями, установками, предусматривающими высокую результативность и качество ППД педагога-воспитателя.

Однако, в области повышения ДА в ДОО это пока не наблюдается. Здесь, наблюдается недостаточность чётко установленных предъявляем их требований, ЗУН, необходимых к владению педагогом-воспитателем ДОО, отсутствует соответствующие параметры систем функциональных обязанностей педагогов-воспитателей и других лиц, не разработан общеустановленной системы.

Вышеперечисленная обстановка мотивировала нас к изучению тех важнейших точек взглядов, основываясь которыми возможно составить системные понятия об ДА детей.

Известно, что ППД педагога-воспитателя ДОО тесно взаимосвязаны с рядом присущих им особенностей. При этом нередко педагог – воспитатели и другие лица, осуществляющие своей деятельности, руководствуется общими установками, вытекающими из общепедагогических положений и отдельных сторон практики ОВП.

На наш взгляд, способы(методы) к разработке данной проблемы должны быть несколько по-другому. Прежде всего их следует изучать на основе современным понятиям о форме, содержанию, методе и структуре системы

ППД педагога-воспитателя ДОО, в частности, о ее психолого-педагогических, медико-физиологических, психофизических и других основ. В этой связи, суть ППД педагогов-воспитателей заключается в том, чтобы они достаточно глубоко освоили перечисленные основы этой системы и умели творчески преломлять их в процессе осуществления своей ППД в условиях ДОО.

Проявляем солидарность с теми специалистами, которые должны обладать достаточно высоким уровнем идейной подготовленности, глубоко владеть теорией и методикой ФК, идейная убежденность, профессионально-педагогическая и творческая зрелость, высокая сознательность и ответственность – необходимые качества педагога-воспитателя ДОО.

Идейная убежденность – считается устанавливающей (обуславливающей) стороной характера педагога-воспитателя. Она, определяется той ролью, которую играет педагог-воспитатель на современном этапе политического, экономического и идеологического развития республики.

В тесной взаимосвязи с идеологии проявляются социальные основы системы формирования разносторонние развитого ребенка, что отражает роли побуждение ДА детей в современном этапе развития общества.

Двигательная деятельность детей напрямую связана с Указом Президента КР от 29 января 2021 года УП № 1 «О духовном развитии и физическом воспитании личности».

На основании вышеуказанного Указа Президента КР педагог-воспитатель и другие лица, осуществляющие свой вид профессиональной деятельности, должны ориентироваться на достижение, прежде всего в дошкольном образовании, воспитание и развитие детей. Он должен иметь в распоряжении современным, уникальным образовательно-познавательный материалом, строить свой ППД на достаточно прочной научной основе. Осуществляется это, на основе прочного освоения её овладения, соответствующие ЗУН психолого-педагогического, медико-физиологического, физкультурно-спортивного (ДА) характера. Педагог-воспитатель создает необходимые условия для развития духовно-нравственных качеств и

способностей, двигательных умений и совершенствовать опорно-двигательный аппарат, внутренние органы и систему детей.

Знания, происходящие в организме ребенка процессов и явлений, позволяют осуществлять ДА на научной основе, исключают на предусмотренном и ошибки в ДА, снабжают педагога-воспитателя психолога – педагогическим предвидением результатов активизации ДА детей.

Знание психолого-педагогических, медико-физиологических, и других основ, создает благоприятные условия полноценному освоению различных сторон побуждения ДА, установлению взаимосвязи с целями и своеобразиями умственного, нравственного, трудового воспитания, подготовки ребенка к полноценной деятельности детей к школе. Знания о ФУ, ДА делает профессионально-педагогический ЗУН более фундаментальными, разносторонними, позволяют обобщить естественное формирование двигательных умений и навыков, расправить разнообразие форм их проявления.

Общая и специальная ДА выступает в единстве с умение применять полученные ЗУН в ДА. В этих целях специально прилагается усилия по повышению методической подготовленности педагога-воспитателя, отличающихся достаточной трудоемкостью и многосторонностью.

Педагогу-воспитателю, прежде всего необходимо более глубоко изучить содержание и предназначение образовательно-познавательных программ по ФК.

Педагог-воспитатель должен овладеть методической ДА детей, заключающей в конкретных представлениях разнообразие, решаемых в ОВП, применениями личных методов и психолого-педагогических приемов, о соблюдении дидактических принципов обучения ФУ. На этой основе он добивается освоения норм и требований государственной программы.

Достаточно конкретные знания о ФУ и ее психолого- педагогической, медико-физиологической роли позволяют применять ДА в целях успешного решения специфических разностороннего ФВ и более результативно оказать

влияние на другие виды воспитания. Следует подчеркнуть, что педагог-воспитатель наряду с управлением психическим развитием детей и повышает уровень их образованности и воспитанности.

Процесс воспитания – является одним из важнейших видов в ППД педагога-воспитателя, более обширный и достаточно сложный, по сравнению с процессом обучения и образования, и осуществляющие согласно с свойственными ему процессами и закономерностями. Он предусматривает знание принципов, исходных положений, устанавливающих особое предъявляемое требования к воспитательному процессу, его содержанию, организации детям.

В ходе воспитательного процесса педагог-воспитатель обоснованно (планово) и разносторонне оказывает на поведение и психоэмоциональную сферу ребёнка, организует и управляет их ДА с целью формирования у детей активной жизненной позиции и стремление к самосовершенствованию.

Воспитание детей наряду с общими признаками имеет и некоторые своеобразие, предусмотренные характером ДА.

Воспитание – это многосторонний процесс, осуществляющийся в образовательных учреждениях, в том числе и ДОО.

Воспитание – это достаточно двигательный процесс, итоги которого невозможно сразу: многоэтапный процесс.

Содержание воспитательной деятельности представляет центральный характер: двусторонний и активный процесс.

В воспитательном процессе значительные роли отводятся организаторской работе с детьми. Поэтому вопросу А.С. Шапаренко особо подчеркивал: "воспитательная работа есть прежде всего работа организатора" [97, с. 349].

Исход воспитательного процесса малозаметен для восприятия.

Процесс воспитания выражает деятельность, ориентированную в будущее.

Педагогу-воспитателю необходимо достаточно конкретно сформулировать об эндогенных силах влияния на поведение детей: убеждение, воле, интересах, нравственных привычках и так далее.

Методическая подготовка педагога-воспитателя ДОО выступает сопряженно с организационной подготовкой. Сутью этой стороны подготовки является то, что педагоги-воспитатели овладели умением устанавливать психолого-педагогический оправданный способ взаимоотношений с детьми, дети между собой с окружающими людьми, спортивным инвентарем, местами занятий ДА и так далее.

В комплексе составных частей данного направления должны предусмотреть успех в ОВП с детьми.

ДА стала полнофункциональным социально-педагогическим процессом, являясь областью профессиональной деятельности, она предъявляет требования к уровню педагогического мастерства педагога-воспитателя. Это предполагает освоение своевременной технологии образования, в ДА детей и многое другое.

Профессионально- педагогическая деятельность (ППД) педагога-воспитателя представляет совокупность теоретической, нравственной, психоэмоциональной, технической, физиологической и других видов переподготовки. Для повышения его уровня необходимо целеориентированная работа, сводящаяся к последовательному и планомерному формированию необходимых ЗУН, развивать и совершенствовать важнейшие качества, свойства и способности педагога-воспитателя.

ЗУН непосредственно взаимосвязаны между собой. В то же время, следует иметь в виду, что умения и навыки формируются на основе знаний, являются важнейшей составляющей профессиональной подготовки педагога-воспитателя.

Особо важными и необходимыми признаками знаний считается: осмысленность, взаимосвязанность, приемлемость и другие.

Имеющиеся в наличии соответствующие знаний о ДА ребёнка можно подразделить на: психологические, эмоциональные, медико-биологические, собственно-педагогические, методические и организационные. Комплекс этих знаний создает условия для реализации разнообразия функции систем развития ДА, показывает его объективную необходимость, ориентирует на всестороннее сочетание двигательной подготовленности с духовным развитием личности ребёнка.

Значимость знаний в ОВП с детьми, бесспорно. В то же время в практическом преломлении зачастую особая роль отдается организационно-методическим, создающие условия для усвоения детьми необходимыми понятиями о закономерностях построение его владения образовательно-воспитательными материалами.

Особую часть ППД педагога-воспитателя составляют навыки. В педагогике ФК зачастую рассматривается как ДА.

Формирования двигательного навыка достигается путём большого количества упражнений. Это происходит на основе:

- специально подобранными организационными упражнениями с предполагаемой ориентированностью;
- многосторонним включением изучаемых двигательных действий в более масштабное задание.

Процесс формирования навыка носит сознательный характер. При этом, особая значимость в его формировании отделяется осознанию целей, задач, действий, форм его экзогенного проявления. Это, в значительной мере уменьшает число прилагаемых усилий на изыскания необходимых "эталонов" ПВ на детей, и упражнений, и ошибок. Обязательным условием результативного формирования навыка является и изучение достигнутых показателей, выявленных ошибок, объективных и субъективных причин их возникновения. Без такого объективного контроля не может быть и надлежащая поправка педагогического действия и его неуклонного улучшения.

Не упуская из вида необходимости осуществления "педагогического руководства" многими сторонами деятельности детей, педагогические навыки желательно группировать согласно с важнейшими составляющими методики формирования ДА, эти навыки:

- выбор (отбор) средств ПВ, педагогическое руководство, важнейшими их сторонами в процессе выполнения детьми;
- выбор методов активизации ДА детей;
- руководство основными сторонами их применения;
- решение организационных проблем.

К сожалению, в программах ДОО, аналогичной классификации нет, лишь, перечисляется комплекс умений и навыков без определения места каждого из них.

В случае рассмотрения педагогических навыков в свете профессиональных функций, то их можно представить в виде своеобразной системы. Это навыки, связанные с:

- проведением воспитательных работ в условиях активизаций ДА детей и вне её;
- обучением ДА (правильно называть и демонстрировать изучаемые действия, оказывать помощь детям, выявлять ошибки и многие другие);
- проведением занятий;
- разработкой соответствующих документов планирования;
- проведением разнообразных организационных работ;
- обретением со спортивным инвентарем, оборудованием;
- врачебно-педагогическим контролем;
- регуляцией психоэмоционального состояния детей;
- оказание первой медицинской помощи;
- соблюдением личной и общественной гигиены;
- формированием осанки и основа ее методики;
- соблюдением режима дня.

В настоящее время, возникла острая необходимость разработки комплексной системы педагогического навыка педагога-воспитателя, не упускающего из вида и стороны методики ПВ и выполняемые ими профессиональной функции. В условиях ДОО, к этому имеются реальные (практические) возможности. Их возможно увидеть в соответствующей разработанности комплексной структуры, то есть, организации. Проблем ДА, конкретности сложившихся понятий и сторонах процесса активизации ДА, его построение, определенности системы ПВ на детей.

Следующим составляющим подготовленности педагога-воспитателя является умение. Понятие в педагогике ФК и стал истолковывается неоднозначно. Так, с одной стороны, умение объясняется повышенным вниманием, с другой – общей готовности к действию, с одной стороны умение связано с колеблющимися сторонами решение возникшей задачи, с другой – сознательной деятельностью, не обеспечивающий стабильности.

По нашему убеждению, в этом столь необычном положении "умелость" – неотъемлемое свойства личности тот или иной уровень проникает все его сознательные проявления, что умение обогащается и совершенствуется вместе с ростом индивида. Не упуская из вида, все эти обстоятельства конкретно методические условия большинство ДА и развития важнейших двигательных способностей, считаем, что педагогическое умение, это проявление комплекса способности индивида, позволяющие указывать образовательное, воспитательное и оздоровительное воздействие с глубоким осознанием особенности педагогической ситуации, решаемых задач и своеобразие детей. Ему свойственно:

- целостное проявление умственных, психоэмоциональных, нравственных и других качеств и свойств личности ребенка;
- непринужденность ПВ;
- видоизменяемость;
- опора на опыт;
- предвидение эффективности ПВ.

Итак, умения не только повышают уровень педагогического опыта, но и поправляют его, позволяют отражать итоговую суть профессиональной подготовленности педагога-воспитателя. Умения органически взаимосвязаны между собой, образуя целостные воздействия. Наряду с составляющим образовательного характера, педагогическое мастерство включает в себя развитие ряда качеств и свойств личности.

Душевное (духовная) интуиция, благополучия, радость неотделимые нравственные составляющие педагога-воспитателя, устанавливающие нормы и требования его взаимоотношений с детьми. Они должны быть кристально чистыми, искренними и проявляться везде и всюду.

Крайне необходимое профессиональное качество – справедливость. В процессе выполнения профессиональной деятельности педагогу-воспитателю приходится объективно оценивать происходящие изменения психоэмоционального, нравственного, психофизического, двигательного характера ЗУН и другие.

Педагогическое мастерство педагога-воспитателя свое полное развитие получают лишь на основе достаточности общей его культуры. Достаточно высокий научно-педагогический уровень диктуется и неуклонно возрастающими умственными потребностями детей.

От педагога-воспитателя требуется и соответствующие комплексы общественных и человеческих качеств: активность и проявление интереса к общественной жизни, культуры ФК, нравственная убежденность, сформированность процессов мышления, педагогическая принципиальность, гибкость, любовь к детям.

Таким образом, важнейшие стороны педагогического мастерства педагога-воспитателя ДОО охватывают соответствующие ЗУН, качества и свойства личности, выражает специфическое содержание выполняемых исследовательской деятельности, заключающийся в установлении важнейших сторон повышения детей (5-6 лет) к активизации ДА, их обоснованной

педагогической технологии, путем проявления этих сторон в практике работы ДОО.

2.2 Педагогические критерии и оценка проявления двигательной активности детей 5-6 лет

С целью установления педагогической эффективности используемых средств повышения ДА, следует осуществить целостную оценку важнейших ее критериев. Для этого возможно использовать разнообразие методов получения результатов исследования.

При этом самое важное внимание необходимо двигательному режиму ребенка, выражающему общую величину ДА при образовательных процессах и самостоятельных ее формах. Лишь, на основании целостного комплекса критерий осуществляется оценка ДА:

- затрачиваемого времени общей ДА детей с выделением качества и составляющих в разнообразных режимных случаях(моментах), определяемых путем хронометрирования [73];
- величина ДА с использованием шагометра, с целью объективной количественной оценки всей ДА;
- плотность ДА путем определения ЧСС в процессе выполнения разнообразных видов ДА.

В данное время, предложенный двигательный режим дня детей, позволяет обеспечить естественную потребность лишь не более 50%.

Потребности дошкольников в ДА и в установленное лимита времени реализуется лишь при достаточно четкой организации их деятельности и строгом выполнении предъявляемых требований.

В этой связи возникает необходимость к принятию соответствующих мер, чтобы создать соответствующие условия по времени и по величине совершаемых движений. Одной из эффективных и наиболее доступных способов является методика шагометра, путем которой возможно безошибочно определить количество совершаемых локомоций, выполненный ребенком за

установленный промежуток времени, позволяющая зафиксировать локомоций и другие движения. Данный способ определения количество совершаемых движений более доступный и простой для осуществления массового обследования дошкольников, необходимость тратить много времени.

Полученные показатели величины ДА изучаемых дошкольников фиксируется в специальном протоколе, затем регистрируется затраченное время шагомера каждого ребенка по отдельности, описывается содержание ДА.

С целью достижения такого уровня ДА более 70% должны реализовываться в процессе организации ОП в виде; утренней гигиенической гимнастики, подвижных игр, образовательные занятия, физкультурные минутки, прогулки на открытом воздухе, ФУ в сочетании с закаливающими процедурами и мероприятиями, музыкально-ритмические занятия и др.

С целью установления естественной ДА ребенка нет необходимости в период осуществления изыскательной деятельности, побуждать активность, представив ребенку самостоятельность деятельности. Более иное понятие о двигательном желании может получить при наблюдении. В процессе проявления обостренных чувств за период рабочего дня примерно с 8-00 утра до 18-00 вечера можно осуществлять наблюдательный процесс за несколькими детьми и установить индивидуально-личностных своеобразий ДА наблюдаемых детей. Желательно за короткий отрезок времени исследовать ДА детей одной взятой возрастной группы.

Измерение затраченного времени на ДА осуществлялось путем хронометрирования с помощью ручного секундомера. Секундомером определялось общее время изучения ДА дошкольника.

Связь продолжительности ДА длительности всего ОП в процентах позволил определить моторную плотность ОВП.

М.Л. Лазаревым [91] с учетом возраста дошкольников предложены следующие лимиты времени для ОВП:

- для детей 3-4 года в пределах 15-20 минут;
- 4-5 лет 20-25 минут;

- 5-6 лет 25-30 минут;

- 6-7 лет 30-35 минут,

и распределение двигательных нагрузок на:

- на подготовительной части – 3-6 минут, ССС до 70%;

- на выполнение общеразвивающих и специальных ФУ – 10-20 минут, ССС на 20-50 %;

- подвижные игры – ССС до 70%;

- заключительную часть – 2-4 минут.

Продолжительность каждой части ОП и программного материала определяются с учетом поставленных образовательных, воспитательных и оздоровительных задач, ставящим педагогом-воспитателем ДОО на данном ОП, уровнем состояния здоровья, ФР, ФП детей и соответствующими условиями организации и проведения ОП.

Оценка ДА детей на образовательно-воспитательных процессах осуществляется на основе общей и двигательной плотности занятий.

С целью определения общей плотности ОП берется во внимание: объяснение, демонстрация, затраченное время на выполнение движения, построение, перестроение, уборка спортивных инвентарей и снарядов. При этом не берется во внимание, время, затраченное на детей восстановления порядка и дисциплины, неоправданные ожидания. Общая плотность равна отношению эффективного времени к общему лимиту 35 минут времени, выражающих в процентах.

Как правило, не менее 30-32 минуты (80-90%) должны составлять общая плотность ОП.

Практика показывает, что с учетом решаемых образовательных, воспитательных и оздоровительных задач и содержания ОП его моторная плотность ОП равна отношению затраченного времени на выполнение движений к общей величине.

Продолжительность ОП, выражается в процентах. При достаточно высокой активности ДА может составлять от 70 до 85 %.

С целью установления объективных сторон ДА дошкольников, одновременно с определением величины и продолжительности следует выявлять плотность количество совершаемых ребенком движений и действий за одну минуту, т.е. ДА. Путем вычисления определяется общая величина, совершенных ребенком локомоций на ее продолжительности. Установленные показатели целостной оценки ДА (величина совершенных движений, плотности) каждого дошкольника в отдельности фиксируется в специальном протоколе.

По мнению М.А. Рунова [128], с целью получения достоверно значимого среднего показателя ДА дошкольника, необходимо осуществлять комплексное обследование в течение целой недели (кроме выходных) 3-4 раза в течение всего учебного года по кварталам; в сентябре, январе и в августе.

С целью определения нормативных показателей использовался принцип **количества произвольных движений**, выполняющим ребенком в течение дня. Следующим принципом является физическая нагрузка с учетом функциональных возможностей организма, способствующему разностороннему развитию и укреплению здоровья ребенка [40]. Усилиями специалистов установлены приблизительные уровни ДА детей:

- величина совершаемых движений детей 2 лет, при 9-часовом нахождении в ДОО равен приблизительно 5,5 тысяч локомоций; от 2,5 до 3 лет – 6,3-6,7 тысяч локомоций;
- более 50% от всего времени бодрствования должны явиться продолжительность ДА;
- плотность ДА должны быть приблизительно от 38 до 31 у 2 летних детей; от 43 до 50 у детей 2,5 лет; от 44 до 51 у 3 летних детей. Дошкольникам свойственно частая смена совершаемых движений и положений в пределах от 550 до 1000 раз в день, что позволяет сочетать напряжение с отходами в различных группах мышц тела, благодаря чему, у детей не наступает усталость.

А.В. Кенеманом [75] предприняты попытки установить уровни проявления ДА детей (таблица 2.3.).

Таблица 2.3. – Благоприятные уровни проявления ДА детьми

Возраст, лет	Количество совершенных локомоций в детьми в ДОО за день (тысяч)
3	9-9,5
4	10-10,5
5	11-12
6	14-15

Д.В. Хухлаевой [157] предложены среднеарифметический показатель ДА дошкольников (таблица 2.4).

Таблица 2.4. – Среднеарифметические показатели детей в образовательном процессе по физической культуре

Возраст (лет)	В помещении		На открытом воздухе	
	Плотность движений в мин.	Общее количество локомоций	Плотность движений в мин.	Общее количество локомоций
3	62	930	-	-
4	67	1340	-	-
5	68	1700	114	2850
6	70	2100	120	3600
7	70	2480	120	4200

М.А. Руновой [128] установлены средне-ориентировочные показатели ДА детей 3-6 лет в ОП по ФП в условиях прогулок на открытом воздухе и за весь день находящиеся ребенка в ДОО (таблица 2.5.)

Таблица 2.5. – Средне-ориентировочные показатели детей 3-6 лет в образовательном процессе по ФП, в условиях прогулок на открытом воздухе и за весь день находящимся ребенка в ДОО

показатели	Возраст (лет)	ОП по ФК		Деятельность в период прогулок		за весь день
		На воздухе	В помещении	группо вые	самостоя тельные	
Величины ДА, количество локомоций	3	1100	1005	980	955	8000
	4	1230	1200	1151	1100	11000
	5	2091	1642	1500	1886	13000
	6	2346	2338	1695	2305	14500
Продолжительно сть ДА (в минуту)	3	18	16,9	17,5	26	180
	4	20	19,8	18,9	30,5	240
	5	30	20,8	20,8	35,4	250
	6	30,5	29,6	22,8	38,3	270
Плотность ДА (число движений в минуту)	3	61	59	56	36	44
	4	70	61	61	37	46
	5	77	67	72	53	52
	6	85	76	79	60	57

Г.Ф. Агеевой [4] в свое время было предложен рассмотреть соотношение лимита времени с учетом возможности и ДА (таблица 2.6.)

Таблица 2.6. – Соотношение лимита времени на совершаемой деятельности и ДА

Формы деятельности	Лимит времени		ДА в деятельности, в процентах
	В минутах	В процентах	
Индивидуальная (самостоятельная)	195	54,10	30,0
Групповая (организованная)	33	9,20	2,80
Домашняя (бытовая)	132	36,70	6,60
Сумма=	360	100	39,40

Г.Ф. Агеевой также выделены детей с неодинаковыми уровнями развития мобилизованности (таблица 2.7).

Таблица 2.7. – Показатели уровня развития мобилизованности детей

Уровень продвижения мобилизованности детей	Среднесуточное количество локомоций	Продолжительность и плотность локомоций в минуту
Дети с посредственной мобилизованностью-5300-6700 локомоций	2,5-3 час	32-56 локомоций в мин
Дети с большой мобилизованностью -8-10тыс. локомоций	139-212 мин в день	54-108 локомоций в день
Дети со слабой мобилизованностью 2700-4500 локомоций в день	30-40 мин в день	-

Таким образом, в процессе исследования ДА детей средств и способов повышения ДА, позволило себе выделить две важнейших сторон.

- определение более тождественной деятельности (практики), стимулирующей полноценному обеспечению потребности дошкольника в движении, действий и двигательному развитию;
- изыскание средств и предпосылок наиболее подходящий способ организации ДА детей в образовательно-познавательной и самостоятельной их деятельности.

2.3 Методика получения собственного фактического материала и организация исследования

ДА человека относится к числу вскрывающего общего в всестороннем развитии личности, отличающихся достаточной сложностью и многогранностью. В ней выделяются особо значимые стороны.

1. Методологическая сторона выражает роль ФП, в том числе ДА в формировании и развития миропонимания, динамика изменений соответствующих качеств и свойств личности, протекающие в ОП и самостоятельных занятий ФУ ребенка.

2. Социальная сторона характеризует значение и место ДА в жизни ребенка, в частности и общества в целом, гуманистическую ориентированность, пути развития в изменяющихся социальных условиях.

3. Педагогическая сторона подчеркивает совокупность социальных достижений создании и рациональном использовании специальных средств, методов и условий направленного физического совершенствования человека [98, с.12].

4. Психологическая сторона отражает основополагающие, психологической науки, имеющие общее значение для понимания и объяснения психологии и поведения людей независимо от того, какой деятельностью они занимаются. Совокупность таких явлений в общей психологии составляют процессы индивидуальной и внутренней; состояние индивидуальное и внутреннее; процессы индивидуальные и внешние; состояние индивидуальное и внешнее; процессы межличностные; состояние межличностное.

Психология спорта, как специальной отрасли психологической науки представляет в виде:

- психологии спортивной деятельности (СД): общая характеристика ДА: психологическая характеристика отдельных видов ФУ; психологические основы обучения и спортивной тренировки (СТ);
- психология спортсмена: специальные качества занимающегося: общая черта личности занимающегося: психологические основы воспитания духовно-нравственных и волевых качеств занимающегося;
- психологические основы двигательного мастерства.

Физиологическая сторона характеризует функции и механизмы деятельности отдельных клеток, органов и систем органов, а также организма в целом.

Физиологические изменения происходящих в организме человека, их механизмы к регуляции физиология изучает вместе с биохимией.

Физиология спорта рассматривает, такие проблемы, как:

- физиологическая характеристика состояния организма в процессе СД (предстартовое и стартовое состояние, изменение функционального состояния организма при разминке, процесс выработки, устойчивое состояние, мертвая точка «и второе дыхание», утомление, восстановительные процессы);
- физиологические механизмы двигательных навыков временные связи как физиологическая основа формирования двигательных навыков; сенсорные и рефлекторные компоненты двигательного навыка, по данным, вегетативные компоненты двигательного навыка афферентный синтез в двигательных навыках, программирование в двигательном навыке и учет состояния исполнительных приборов, стереотипность и изменчивость двигательного навыка, экстрополяция в двигательных навыках, автоматизация движений, стадии формирования двигательного акта как навыка, устойчивость навыков при разных состояниях организма и длительность сохранения их после прекращения СТ;

- спортивная тренировка и развитие тренированности (спортивная тренировка, тренированность, перетренированность, физиологические показатели тренированности, реакция тренированного и нетренированного организма на стандартные нагрузки, реакция отдельных систем организма на стандартные нагрузки, показатели тренированности при выполнении предельно напряженной работы;

- физиологическая характеристика ФУ;

- влияние экстремальных условий и адаптация к ним спортсменов (влияние на организм пониженного атмосферного давления);

- физиологические основы массовых форм оздоровительной ФП (значение ФУ в условиях современной жизни, влияние функций организма недостаточной и повышенной ДА, роль ФУ о повышение устойчивости организма к действию не благоприятных факторов, физиологическая характеристика утренней гигиенической и производственной гимнастике);

- характеристика возрастных особенностей функции организма детей в связи с ФВ (развития движений и физических качеств, кровь кровообращения дыхания обмен веществ и энергии, железа внутренней секреции, ЦНС, физиологическая обоснование СТ детей.

5. Обобщающая сторона сводится к тому, что все разнообразия доказательств, процессов, явлений и информации в области оптимизации духовно нравственного и физического состояния детей.

6. Практическая сторона ориентирует на использование всего многообразия имеющихся знаний в ОП по ФП.

Итак, каждая вышеперечисленная сторона строится на особых функциональных основах, предусматривает решение особого комплекса задач, особыми методами, реализацию особых требований.

Видимо такой подход является необходимым, что обуславливается рядом обстоятельств:

- он предъявляет требования к разработке научно-педагогических положений с целью использования их в практике ОП по ФП;

– научной педагогический подход к решению проблемы охватывает разнообразие способов активизации воздействий ОП по ФП на человека, подбор и выработки технологий и т.д.

– научно-педагогический подход предусматривает целостное воздействие на детей в особые комплекс.

С учетом вышеперечисленных зависимость от характера выполняемого темы исследования подбирались соответствующие методы его выполнения. К их числу вошли:

1. изучение и обобщение данных специальной литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Моделирование "система".
4. Определение физического развития, физической подготовленности, психологических функций.
5. Определение величины локомоция "шагометрия".
6. Педагогический эксперимент.
7. Метод математической статистики.

Изучение и обобщение данных специальной литературы, осуществлялись по следующим направлениям:

- виды ДА и их значение для развития детей 5-6 лет;
- характерные факторы ДА детей 5 – 6 лет;
- педагогическая технология повышения детей 5 – 6 лет ДА;
- педагогические критерии и оценки уровня проявления детей в 5-6 лет.

В процессе осуществления исследовательской деятельности использовались работы по: общей педагогике; педагогики ФП; общей и спортивной психологии; общие и спортивные физиологии; теории и методике в ФП.

Результаты изучения обобщения литературных источников позволили установить значимость использования специальной педагогической технологии (средств и методов) повышение активизации ДА в ОП и

самостоятельных заданий ФУ детьми, выявило более эффективные пути повышения ДА на основе проявляемого уровня ДА дошкольника в режиме ДОО и в домашних условиях, определить предстоящие задачи исследования.

Педагогическое наблюдение. В процессе опытно-экспериментальной работы осуществлялись непосредственные ПН за ОВП по ФП и за ДА детей. Устанавливалась оценка уровня проявления повышения мобилизованности детей к ДА, целеориентированность, проявляемые реакции детей к предлагаемым формам деятельности.

Наряду с вышеперечисленными сторонами, предметом ПН явился процесс изменения в психофизическом развитии и ФП дошкольников. Полученные показатели в ПН позволили установить об эффективности и необходимости использования предлагаемых форм, средств и методов по побуждению ДА в режиме дня ДОО.

Моделирование применялись с целью разработки более эффективной системы содержания и организации ДА детей 5-6 лет в условиях ДОО и семьи.

Изучение ФР, ФП и психических функций проводились путём определения: длины тела(см): масса тела(кг): динамометра кистей правой и левой руки: ССС в покое(уд\мин); ССС после физической нагрузки(уд\мин); частоту дыхания (количество раз); звуковую пробу (с); пробе Штанге (задержка дыхания на вдохе); пробе Генча (задержка дыхания на выдохе); жизненную ёмкость лёгких; самооценка (самопереживание).

Самопереживание – порядок личностных ощущений (чувства); подтверждающих в определённой степени физиологической и психологической благополучности, охватывает в себя целостную качественную сторону (бодрое и плохое самочувствие), так переживание, дискомфорт в отдельных частях тела, неуверенности в процессе выполнение ДА, сложности осознания [118.].

Этот метод как показатель личностных самопереживаний определяет уровень подготовленности ребенка к формированию нравственного,

психического и физического здоровья. Уровень самооценки здоровья определяется ребенком по шкале Дембо-Рубинштейна [125].

Ребенку представляется возможность определять по шкале уровень, соответствующий, его убеждению, его здоровью, по семи бальной шкале.

Болезнь 1 2 3 4 5 6 7 Здоровье

Запоминание (память, количество). Процесс запоминания используется и как познавательный процесс, и как сосредоточенность ребенка в образовательно-познавательную сферу деятельности ребёнка. С целью определения уровня памяти, подсчитывалось количество строк из стихов, песен, рассказов ребёнком к концу установленного лимита времени.

Определение уровня физической подготовленности детей:

1. количество при приседании за 30 секунд (количество раз) в установленном порядке;
2. бег на 10 м;
3. «Кимдин таягы» (чья палка):
4. прыжок в длину с места;
5. «Тыйын алмай» (наклоном вперед, доставание монет).

Величины локомоций (шагометрия) определялись с применением прибора шагометрия в течение дня. В ДОО: на пояс ребенка закрепляли прибор с момента прибытия в садик, а во время тихого часа он снимался, после сна снова закрепляли на пояс ребенка и до ухода из садика домой. Величины ДА измеряли количеством совершенных локомоций, совершивших ребенком в течение дня и недели.

Согласно цели, задач и логики исследования ОЭР состояла из констатирующей и формирующей частей.

В процессе осуществления констатирующего эксперимента выявлялись: психофизическое состояние, параметры ДА детей, подбирались средства и методы, ориентированных на повышение ДА в ОП и самостоятельное ДА в течение дня и домашних условиях.

Формирующая ОЭР проводилась в течение пяти учебных годов: (с 2018-й по 2022-й учебный год) в ДОО № 110, ДОО № 138 города Бишкек. ОЭР ориентировалась на педагогическое обоснование эффективности применения опытной модели образовательно-познавательного содержания и организации ДА, детей 5- 6 лет в условиях ДОО и семьи. Дети из контрольной группы (кг), занимались по традиционной программе ДОО.

На заключительном этапе осуществлялись обработка полученных фактических материалов исследования методами математической статистики.

Основной задачей ОЭР явилась – объективная оценка и сопоставление результатов, воздействия опытной модели содержания и организации ДА детей 5 -6 лет в ДОО и в семейных условиях на психофизическое состояние детей.

С целью проведения объективного анализа полученных собственных материалов в процессе исследования использовались методы математической обработки: рассчитывались среднее арифметическое (M), ошибка средней (s), среднее арифметическое отклонение, коэффициент вариации, достоверность различий по критерию Стьюдента [54].

Организация исследования. Исследования проводились на базах ДОО № 110, ДОО № 138 г. Бишкек.

На первом этапе (2019-2020 учебный год) осуществлялась работа по обоснованию актуальности темы исследования, связи избранной темы диссертации с крупными научными программами (проектами), основными научно-исследовательскими работами, проводимыми образовательными и научными учреждениями, определялись цели и задачи исследования, научная новизна, практическая значимость исследования, основные положения, выносимые на защиту.

На втором этапе (2020-2021 учебный год) осуществлялась работа по изучению научно-педагогических основ побуждение двигательной активности детей 5-6 лет средствами ФК путем изучения: видов ДА и их значение для развития детей 5-6 лет; характерных факторов ДА; технология повышения

детей 5-6 лет ДА, уточнялся объект и предмет исследования, педагогические критерии и оценки уровня проявления ДА детей 5-6 лет.

На третьем этапе (2021-2022 учебный год) проводилась работа по оценке ДА детей, проверка предложенной модели (системы) содержания и организации ДА детей в ОП ДОО в условиях семьи; оценка эффективности педагогической технологии побуждение организованной и самостоятельной ДА на психофизическое состояние детей 5-6 лет, сформулированные в основные положения и практические рекомендации.

Осуществлялась работа по: перепроверке и уточнения полученных материалов; оформлению диссертационной работы, согласно предъявляемыми требованиям на НАК КР.

В ОЭР приняли участие 200 детей, из них КГ составила 100 детей и в ЭГ 100 дошкольников.

Выводы по второй главе

В процессе повышения детей к активным занятиям ФК формирование ДА занимает существенное место в жизни детей. В процессе формирования всесторонне развитых детей, повышение их к ДА занимает важное место. Это особый этап начала жизнедеятельности ребёнка. Так как именно в этом периоде закладывается основы будущей деятельности детей.

Исследовательская деятельность началась с определением темы диссертационной работы «Организация образовательного процесса с детьми (5-6 лет) по двигательной активности на занятиях физической культуры». Такая проблема явилась, с одной стороны обобщающей (ОВП), так и относительно специализированный (вспомогательные) использование самостоятельной формы занятий детьми, соответствующих в ФУ в домашних условиях.

Итак, определение направления исследовательской работы связывалось с недостаточной разработанностью данной проблемы и нехваткой необходимой ДА детей.

Новизна исследовательской работы вытекала из предварительного предположения, позволившего реальные возможности для разработки теоретико-педагогических положений и практических предложений, проявляющихся в закономерностях ПВ на детей и перечне характеристик средств, методов и приемов, используемых в ОВП и практике выполнения ДА.

Согласно предварительным предположениям, определялась цель исследования: теоретико-педагогическое обоснование эффективности повышения детей 5-6 лет к активизации двигательной деятельности в образовательном процессе по физической культуре. Она полностью отражена в принципиальную новизну содержания выполняемой работы.

Цель исследования конкретизировалась в задачах исследования. Подход и их определению, и решению был многообразным, учитывались важнейшие стороны темы исследования, механизм и решение, этапы выполнения работы, непосредственный и опосредованные проявления показателей. На ряду с вышеуказанным исследовательская задача отвечала предъявляемым к общим требованиям.

Объектом исследования явился образовательно-воспитательный процесс двигательной активности детей 5-6 лет.

С учетом характера выполнения ОЭР подбирались соответствия методы получения собственного фактического материала, позволяющие глубоко и всесторонне изучить и получить соответствующие результаты.

Собранный фактический материал подвергался математической обработке с использованием соответствующих методов.

Организация исследований отличается большой сложностью, что убедило нас выделить в ней важнейшие стороны (определение этапов работы и сроков их исполнения и другие): подготовку исследования; определение сроков исполнения; сбор фактического и дополнительного материала, оформление всей работы, согласно предъявляемым требованиям НАК КР, апробации результатов исследования.

ГЛАВА III. РЕЗУЛЬТАТЫ СОБСТВЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Образовательно-воспитательная, в том числе ДА плодотворна лишь в полноценном ОВП. Без этого никак невозможно добиться положительных результатов. В процессе активизации ДА находит свое проявление в более продуктивном воздействии на образовательно-воспитательную, психологическую, функциональную, моторную стороны детей.

Учитывая вышесказанное, опираясь на концептуальную позицию спортивной педагогики, необходимо рационально, целесообразно использовать имеющиеся информационно-образовательные потенциалы, для эффективной организации и практической реализации освоенного материала.

В ходе исследования нами было выявлено, что результативность двигательной деятельности ребенка зависит от профессиональной компетентности педагогов, воспитателей, которые должны умело управлять процессом обучения и требовать от детей своевременно и качественно выполнять все задания.

Управление образовательно-воспитательным процессом и, в частности ДА предусматривает анализ и оценки величины ДА детей в ДОО.

3.1 Анализ и оценка величины активной двигательной деятельности детей 5-6 лет в дошкольных образовательных организациях

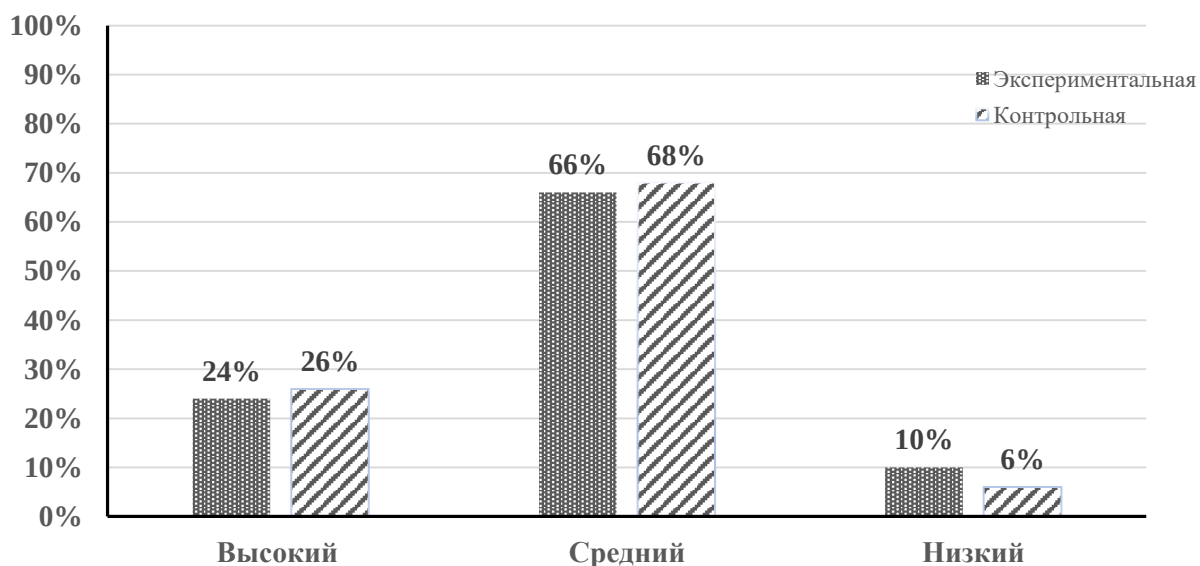
Уровень проявления ДА нами определялись на основе проведения непосредственного проведения ПН за ДА детей и опроса (беседы) педагогов-воспитателей. Учитывая подвижности детей, проявляемые при ДА, руководствуясь методикой, разработанной Г. Ф. Агеевой [4], детей-участников экспериментального исследования условно поделили на три группы. Статистическая обработка полученных результатов позволила нам выявить далеко не без интересные результаты (таблицы 3.1 и 3.2).

Оценка общей (суммарной) величины определялись путём использования прибора электронного шагометра. При этом, полученные материалы подвергались математической обработке. (таблицы 3.3 и 3.4).

Таблица 3.1. – Педагогическая оценка уровня проявления активной ДА детей 5 лет

№ П/П	Уровни проявления ДА	ОЭГ (n=50)		КГ(n=50)		Разница меж групп	
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
1.	Высокий	12	24,0	13	26,0	1	2,0
2.	Посредственный (средний)	33	66,0	34	68,0	1	2,0
3.	Незначительный (низкий)	5	10,0	3	6,0	2	4,0

Педагогическая оценка уровня проявления двигательной активности детей 5 лет



Из отраженных в таблице 3.1. выявленных нами данных, следует предположить, что уровень проявления ДА детьми ЭГ и КГ друг от друга особыми различиями не отличаются.

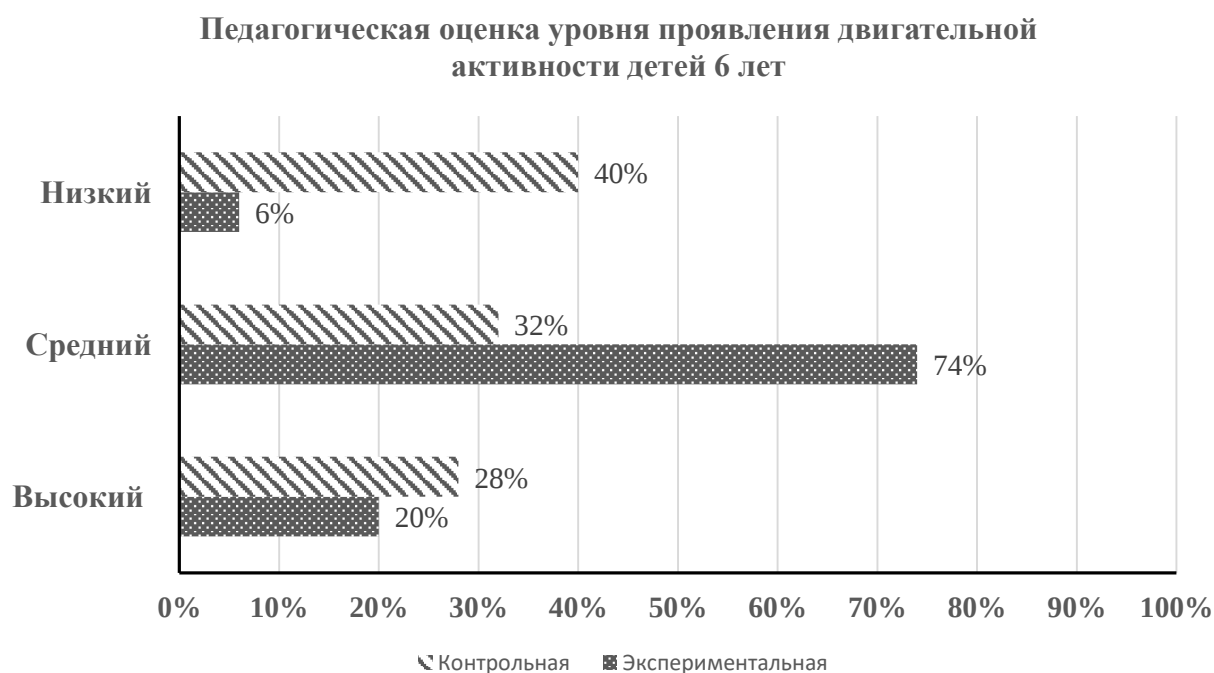
Так, высокий уровень проявления активности ДА у детей ЭГ составил 24,0 %, а в КГ – 26,0 %, разница – 2,0 %.

Средний уровень – в ЭГ - 66,0%, в КГ – 68,0%, разница – 2,0%.

Незначительный уровень – в ЭГ – 10,0 %, в КГ – 6,0%, разница – 4,0%.

Таблица 3.2. – Педагогическая оценка уровня проявления ДА детей 6 лет

№ П/П	Уровни проявления ДА	ОЭГ (n=50)		КГ(n=50)		Разница меж групп	
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
1.	Высокий	10	20,0	14	28,0	4	8,0
2.	Посредственный (средний)	37	74,0	16	32,0	21	42,0
3.	Незначительный (низкий)	3	6,0	20	40,0	17	34,0



Из отраженных в таблице 3.2. данных нетрудно заметить, что в ЭГ высокий уровень проявления ДА составил 20,0%, а в КГ – 28%, разница – 8,0%.

В посредственный уровень в ЭГ – 74,0 %, в КГ – 21,0 %, разница – 42,0%,
незначительный уровень в ЭГ – 6,0%, в КГ – 40,0%, разница 34,0%.

Таблица 3.3. – Общая величина двигательной активности детей 5 – лет в дошкольной образовательной организации

Предъявляемая норма локомоций	Фактическая величина ДА		Различия меж групп
	ОЭГ (n=50)	КГ(n=50)	
13300	11712(88,06%)	11890(89,45%)	178,0 (1,34%)
Отклонен. от нормы	1588 (11,94%)	1410 (10,60%)	



Среднеарифметическая величина общей ДА детей 5 лет в ДОО, выглядит следующим образом:

- среднеарифметическая величина у детей 5-лет в ЭГ, составила 11712 локомоций, при требуемой норме 13300, отклонения равнялись – 1588 (11,94 %) локомоций;

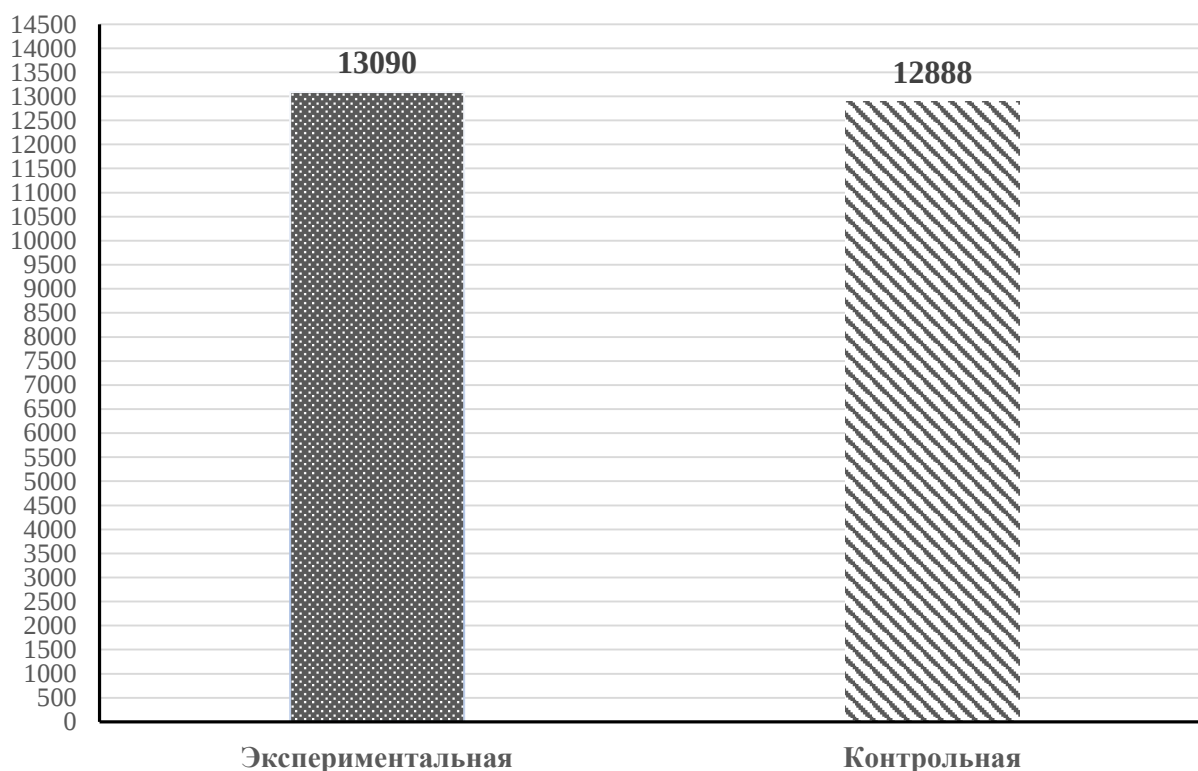
- в КГ – составила – 11890, отклонения равнялись 1410 (11,11%) от нормы.

Разница между группами ОЭГ и КГ составила 178,0 (1,34%).

Таблица 3.4. – Общая величина двигательной активности детей 6 лет в дошкольной образовательной организации

Предъявляемая норма локомоций	Фактическая величина ДА		Различия меж групп
	ОЭГ (n=50)	КГ(n=50)	
14500	13090	12888	202,0 (1,39%)
Отклонен. от нормы	1410 (9,72%)	1612 (11,11%)	

Общая величина ДД детей 6-ти лет



Среднеарифметическая величина общей ДА детей 6 лет в ДОО, выглядит следующим образом:

- среднеарифметическая величина (м) у детей 6 лет в ЭГ, составили 13090 (90,28%) локомоций, при предъявляемой норме 14500 локомоций, отклонения равнялись 1410 локомоций (9,72%), а в КГ – составила – 12888 (89,9%) локомоций, отклонения от нормы составила 1612 локомоций (11,11%).

Разница между группами равнялась 202 локомоций (1,39 %).

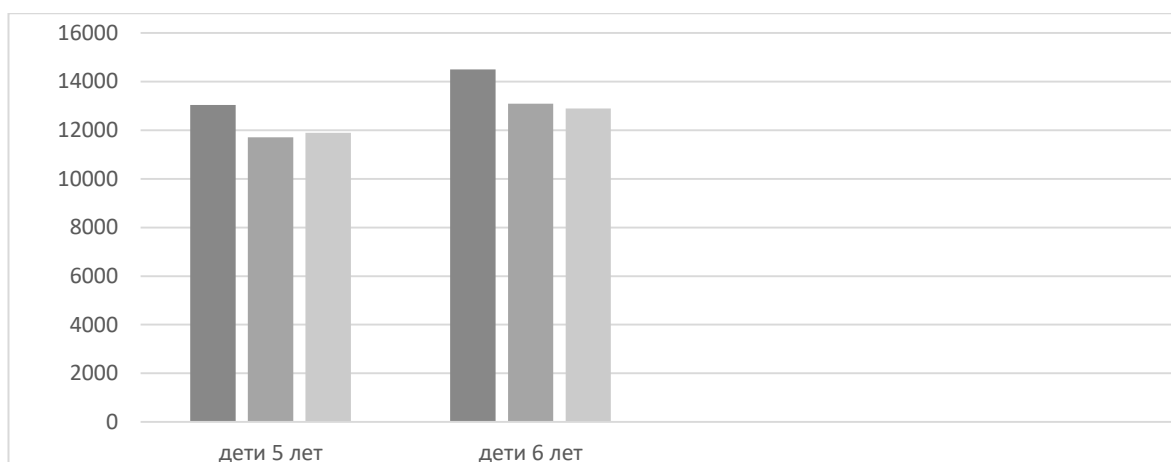


Рис. 3.1 Сопоставление показателей величины активной двигательной деятельности детей 5-6 лет с требуемой нормой в ДОО

Примечание: 1 –требуемая норма, 2. – ЭГ, 3. – КГ

3.2 Модель содержания и организации активной двигательной деятельности детей 5-6 лет в дошкольной образовательной организации и семье

ДА у детей 5-6 лет является единственной в своем роде роль побудителя целостного развития всех сторон единства личности дошкольника, и физиологически зависимая (обусловленная) потребность в ДА в процессе социализации превращается в физиологическую проблему. Усилиями специалистов установлено, что 5-6 летний возраст является наиболее оптимальным периодом жизни, для освоения и развития биологического, психологического, функционального и двигательного развития путём использования соответствующих движений и действий.

Положительное влияние на организм детей оказывает лишь активная ДА, в пределах необходимых величин. Так, при явной недостаточности движений появляется комплекс нежелательных для ребенка последствий: нарушаются функции сердечно-сосудистой, дыхательной системы, структура ряда жизненно-важных органов, ЦНС, регуляции общих веществ и энергии, падает устойчивость организма детей к экзогенным (внешним) факторам. При этом, необходимо учитывать то, что «гиперкинезия» также приводит к нарушению принципа оптимальной двигательной нагрузки, из-за чего зачастую наступает

перенапряжение ССС, что негативно отражается на развитии всего организма ребёнка.

Потребность детей, особенно детей 5-6 лет, в ДА чрезвычайно высока, к сожалению, она по ряду объективных и субъективных причин не всегда удовлетворяется на необходимом уровне. Дети, больше ограничиваются самостоятельными ДА в условиях ДОО и семьи. Лимит времени для образовательно-познавательного процесса в малоподвижном состоянии увеличивается, как правило дети значительное время находятся за компьютером и другими играми, просмотром телепередач и т.д. [128].

По данным ряда психолого-педагогических, медико-физиологических изысканий, ДА детей составляет лишь до 40,0-50,0 % времени (кроме сна), что явно не удовлетворяет в полной мере физиологическую и моторную потребность ребенка в локомоции (движении).

Изучение процесса построения режима ДА и соответствующих условий ДА детей позволил установить следующее: нелогичный отбор подвижных игр и ФУ, в период совершения прогулок на открытом воздухе и ОП в помещении, недостаточное использование соответствующих учебно-методических пособий, разработок, рекомендаций, иллюстрационных и других образовательно-воспитательных материалов; упускается из вида соответствующего спортивного оборудования, инвентаря возрасту ребёнка; в период образовательно-познавательного процесса и деятельности детей в семейных условиях, их уровень проявления ДА, характер мобильности.

По мнению Г.Н Голубевой [42], преподаватели-тренеры в ходе учебно-тренировочных занятий (УТЗ) зачастую сталкиваются с мобильностью и разными уровнями проявления ДА и дети с высоким уровнем проявления ДА (гиперактивности), более одарены в освоении необходимых умений и навыков в развитии важнейших двигательных качеств и способностей, быстрее повышают технико-тактическое мастерство (ТТМ) в избранном виде ФУ.

В этой связи, возникает настоятельная необходимость улучшения режима ДА с отбором более эффективных средств повышения к образовательно-

воспитательному процессу в режиме дня ДОО и активной двигательной деятельности детей в семье, формирующее в них самостоятельность.

Модель, разработанная нами, включает в себе различные средства когнитивно-образовательной деятельности детей, в дошкольных учреждениях и в кругу семьи, основной целью которой является повышение эффективности познавательной, самостоятельной активности ДА детей.

Важное составляющее в процессе образовательно-педагогической деятельности активизация и совершенствование ДА детей 5-6 лет в дошкольной образовательной организации и семье.

Цель: создать всевозможных благоприятных условий для совершенствования двигательной активности детей

Задачи:

- выполнение поставленных целей ставит перед диссертационным исследованием задачи, решение которых представляется возможным в следующих контекстах:

Образовательные: разработка и реализация педагогических предпосылок, способствующих ДА, для удовлетворения потребностей детей; формирование в детях знаний, умений и навыков, ориентированных на развитие их двигательных способностей; акцентировать внимание на важных жизненных ДА детей.

Воспитательные: формирование навыков активной жизнедеятельности, воспитание умения и желания к проявлению обостренных чувств у детей к регулярным физическим занятиям и спорту; создание благоприятной среды для улучшения психологического и эмоционального состояния ребенка.

Оздоровительные: оказание содействия в улучшении как психологического, так и физиологического состояния ребенка; создание условия для сохранения и улучшения психического и физического здоровья; повышение функций организма, его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям и закаливание; повышение умственной и физической

работоспособности; формирование правильной осанки и улучшение телосложения.

Принципы:

- дифференциации (индивидуализации);
- неуклонности (систематичности)
- достижимости (доступности)
- сознательности и активности

Педагогическая технология повышения образовательно-воспитательной и самостоятельной (индивидуальной) двигательной активности детей

Образовательно-воспитательный процесс двигательной активности в режиме дня ДОО

Индивидуальная двигательная деятельность

УГГ - ОРУ с предметами и без предмета; - игры с разной психоэмоциональной и двигательной плотностью; - преодоление различных препятствий <u>Физкультминутки</u> и: - ОРУ; - подвижные игры; - танцевальные упражнения; - игровые упражнения Физкультурно-оздоровительные мероприятия	Массаж; Упражнения на дыхание; ИЗО	Массаж; занятия ФИС; ритмическое упражнение Прогулки на открытом воздухе; игры; различные упражнения Ритмичная гимнастика	-Активное окружение; - влияние и контроль старших; - подвижные игры; - ФУ с учетом уровня проявляемой ДА	Пассивное окружение; Конъюнктура, инвентарь и снаряжение, пособия, оборудование	Дополнительное оборудование
--	--	---	---	--	-----------------------------

Педагогические предпосылки

Индивидуально-дифференциальный подход с учетом уровня проявления ДА	Оптимизация двигательной нагрузки	Создание психолого-педагогических и медико-биологических условий	Управление деятельности администрации и педагогов-воспитателей, физруков, мед. персонала, ДА детей 5-6 лет в ДОО	Взаимодействие ДОО и семьи
---	-----------------------------------	--	--	----------------------------

Рис. 3.2. Модель содержания и условия активизации ДА детей 5-6 лет в условиях ДОО и семьи

С целью достижения или ОЭР были поставлены следующие общие задачи:

1. с учетом возрастных особенностей детей 5-6 лет, необходимо принять все соответствующие меры по обеспечению нормального физического и умственного развития ребенка, сохранности его здоровья;
2. учитывать и принимать во внимание все возможные способы по укреплению здоровья и устойчивости организма к различным неблагоприятным факторам внешней среды;
3. приучать с раннего возраста выполнять различные виды двигательных упражнений, способствующих формированию в ребенке умения и навыки, значимые для формирования в будущем здоровой, полноценной личности;
4. развивать в ребенке важные для здорового организма качества, такие как: подвижность, поворотливость, быстрота, резвость, сплоченность и др.;
5. всячески воздействовать на воспитательный процесс, формируя в ребенке самостоятельность, дисциплинированность, инициативность и др.

С целью достижения цели ОЭР были поставлены соответствующие задачи (таб. 3.5.)

Таблица 3.5. - Поставленные цели для решения задач по активизации образовательно- воспитательного процесса и индивидуальной ДА детей 5–6 лет

Задачи, поставленные в двигательной активности детей		
Образовательные:	Воспитательные:	Оздоровительные:
- формирование двигательных способностей, умений и навыков; - развитие жизненно-важных физических качеств; - создание соответствующих предпосылок для удовлетворения потребностей в активной двигательной деятельности в условиях образовательно-познавательного процесса с детьми в условиях ДОО и семьи	- создание необходимых условий для полноценного формирования ребенка, развитие его индивидуально-творческих умений и способностей; - улучшение психоэмоционального состояния; - формирование неуклонного проявления обостренных чувств к регулярным занятиям Ф и С - повышение умственной и физической работоспособности; - умение соблюдать режим дня	- сохранение и укрепление физического здоровья; - улучшение психофизического состояния; - улучшение функций организма детей, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям; - формирование правильной осанки и телосложения; - привитие умений и навыков соблюдения личной и общественной гигиены; - формирование ЗОЖ

В качестве важнейших условий реализации исследовательской программы использовались общие известные положения (принципы) теории и методики физической культуры [98]:

- индивидуализации, предусматривающий дифференцированный подход в выборе и определении технологии обучения, предъявляемых норм, форм ОВП и ПВ;

- сознательности, заключается в том, чтобы каждый ребенок осознал все те элементы, из которых складывается совместная деятельность педагога-воспитателя и ребенка, особенно предлагаемые двигательные задания, установленные педагогические требования, условия их освоения и более эффективного использования в ОВП.

Учитывая данное обстоятельство, следует выделить важнейшие предъявляемые требования:

Добиваться: осознания детьми поставленных задач, осмысление ими техники изучаемых ФУ; формировать обострённые чувства к предлагаемым созданием; приучать к постоянному наблюдению (контролю) и объективной оценки, выполняемой ДА;

- принцип активности заключается в мобилизации всех сил и способностей детей на успешное освоение образовательно-познавательного материала.

При всем многообразии подходов к реализации принципа активности, отражаются в следующих важнейших требованиях:

- не допускать созерцательной активности детей;
- неуклонно побуждать детей к творчеству в выполняемой ДА;
- в целях повышения ДА широко использовать имеющиеся образовательные, воспитательные и оздоровительные условия;
- наглядности, смысл данного принципа истолковывается по-разному.

В одном случае особое внимание уделяется разъяснению соотношений непосредственной и опосредованной наглядности, в другом, подчеркивается необходимость так организовывать ОВП, чтобы ребенок мог видеть то, к чему он должен стремиться, и на этой основе постоянно уточнял план предстоящих двигательных действий; в третьем – разъясняется наглядное значение всего разнообразия педагогических заданий и предъявляемых требований.

С учетом данного обстоятельства реализация данного принципа должна предусматривать ряд важнейших требований:

- создавать образ двигательного задания с помощью показа и словесных обращений; в процессе создания образа двигательного задания целесообразно использовать и про чувствование предстоящих движений;

- систематичность предусматривает разработку педагогически оправданной поэтапности двигательных заданий и требований, в комплексе обеспечивающие формирование особой системы ПВ. Такая система охватывает в себя все многообразие совместных усилий педагога-воспитателя и ребенка.

На этом фоне можно выделить важнейшие требования систематичности:

- определение общей системы ОВП;
- добиваться в ОВП рационального соотношения двигательной нагрузки и отдыха; не упускать из вида естественности взаимодействия двигательных умений и навыков;

- смысл принципа доступности в процессе ДА детей заключается, в том, чтобы предлагаемые двигательные задания и представляемые требования были посильными для детей.

К настоящему времени устоялся ряд важнейших требований, позволяющих реализацию принципа доступности:

- изучать, неуклонно углублять знания об особенностях детей 5-6 лет;
- дидактически обоснованно изменять подбор двигательных заданий и предъявляемые требования к уровню их освоения;

- с целью обеспечения доступности двигательных заданий и предъявляемых требований создать необходимые предпосылки;

- прочности должен обеспечить сохранность результатов освоения образовательно-воспитательного материала.

Сущность данного принципа проявляется в повторности и вариативности выполняемых двигательных действий.

Повторность выполняемых двигательных заданий должна быть свойственна всему многообразию видов выполняемых работ.

В процессе выполнения данного предъявляемого требования зачастую учитываются такие обстоятельства:

- уровень двигательной подготовленности детей;
- условия ОВП; своеобразие задач ОВП;
- специфика изучаемого материала.

Предлагаемые двигательные задания необходимо варьировать. Таким образом: повторность и вариативность двигательных заданий охватывает собой самые разные стороны и элементы технологии проведения ОВП с детьми.

Каждый принцип обучения двигательным действиям обобщает свой особый круг закономерности ОВП, и по-своему специфичен. Вместе с тем, в них можно обнаружить общие черты и, в соответствии с которыми можно выделить и обобщающие требования:

1. не упускать (не потерять) из вида возрастные, половые, индивидуальная – личностные и иные особенности детей.

2. Подобранными ПВ следует охватывать достаточное разнообразие личностно-индивидуальных сторон детей: физических, психоэмоциональных и др., так как ДА вынуждает их мобилизовать разнообразие сил и способностей в их целостных проявлениях.

3. Приложение усилий к мобилизации комплекса сил и способностей предусматривает целостное использование методических сторон ОВП, то есть в нем должны вступить в действие педагогическая технология, формы управления стараниями детей.

4. Не следует упускать из вида специфику поставленной образовательно-воспитательной задачи.

5. Учитывать особенности содержания и формы выполненных движений и действий.

6. При необходимости прибегать к помощи парадоксальных воздействий, т.е. от трудного к легкому.

Все они говорят о необходимости творческого и вдумчивого подхода к каждому двигательному заданию; движению и действию детей.

Таким образом, модель основана на педагогической технологии, ориентированной на повышении уровня образовательно-воспитательной работоспособности, активирующую двигательную активность детей 5-6 лет. Данная система включает в себе образовательно-воспитательные средства, специфического и неспецифического характера, способствующие развитию у детей познавательно-воспитательных знаний и формированию навыков ДА, что прививает умения быть самостоятельными в ДОО, также в кругу семьи.

В разработанной ПТ содержатся некоторые фрагменты программы «Здравствуй!», разработанной М. Л. Лазаревым, также программы «Оздоровление детей дошкольного возраста», авторами которой являются Г. Н. Голубева, Е. А. Киселева, Г. Ф. Агеева.

Формы организации ФВ в ДОО являются образовательным, воспитательным и оздоровительным комплексом, игровой, образовательной, познавательной, отчасти трудовой, также они включают в себе различные виды деятельности, которые непосредственным образом оказывают влияние на формирование активной двигательной деятельности детей 5-6 лет. Вышеуказанные формы организации образовательно-воспитательной деятельности в ДОО, в купе могут создать условия, необходимые для нормального развития ребенка в психофизиологическом, интеллектуально-эмоциональном отношении.

В практике ФВ и самостоятельности физкультурном движении сложились урочные и внеурочные формы занятий Ф и С.

Урочные формы занятий ФК подразделяются на:

- собственно-урочные формы (обязательные занятия ФК в режиме для ДОО);
- формы занятий урочного типа (дополнительные занятия с группой, ОФП и др.)

Дополнительные формы занятий ФК также подразделяется на:

- большие (более крупные) формы занятий; заключающие упорядоченную ДА детей в более широком объеме): индивидуальные и

групповые занятия образовательно-познавательного, учебно- тренировочного характера; состязательные соревновательные, самостоятельные; восстановительно-реабилитационные; прогулки и походы; развлекательные и так далее;

- малые формы (физкультминутки, гимнастические упражнения; утренняя гигиеническая гимнастика и т.д.)

Содержание знания с детьми нами определены в соответствии с образовательными, воспитательными и оздоровительными задачами, возрастными, индивидуально-личностными своеобразием, уровнем их ФР и ФП с учетом конкретных условий ДОО.

Закаливающие процедуры, подвижных игр и разнообразной активной самостоятельной ДА детей вне помещений, является неотъемлемой составной частью их повседневной жизнедеятельности.

Дополнительная работа – занятия по общей физической подготовке (ОФП) и избранными видами спорта (Тогуз коргоол, шахматы, плавание и др.), объединенные коллективом ДОО и разнообразные виды физкультурно-оздоровительной работы.

ФВ в ДОО осуществляется по линии дополнительных образовательных учреждений.

ФВ осуществляемые вне ДОО призваны обеспечить удовлетворить в ДА, оздоровлению, укреплению здоровья детей.

Все формы работы с детьми тесно связаны, подкрепляют дополняют друг друга и в целом содействует наилучшим решению задач ФВ.

Образовательно-воспитательный процесс в ДОО, как и во всех образовательных учреждениях, сопровождается организованностью, систематичностью обучаемых занятий. Занятия по физической культуре является важной составляющей в формировании физических способностей детей. В связи с чем, на занятиях по ФК основное внимание уделено физическим упражнениям, выполняемым детьми той или иной возрастной категории. В нашем случае, одной из важных задач образовательного процесса

детей 5-6 лет в ДОО является формирование у детей навыков и умений двигательной деятельности.

Для обеспечения полноценного физического развития у детей образовательный процесс включает в себе взаимосвязанные между собой образовательно-воспитательные, оздоровительно-спортивные задачи, осуществление выполнения которых обеспечивает развитие и укрепление здоровья ребенка, тем самым, формируя в нем значимые для жизнедеятельности умения и навыки, необходимые для развития личности.

В образовательно-воспитательном процессе в ДОО для детей 5-6 лет основное внимание уделяется на выполнение оздоровительных задач, эффективным образом воздействующих на психофизиологические процессы в организме ребенка, тем самым, повышая активность его движений, что, в свою очередь, обуславливает развитие его дееспособностей. При этом, необходимо также проявлять заботу о сохранности здоровья каждого ребенка, создания необходимых санитарно-гигиенических условий для осуществления поставленных задач. Для решения указанных задач необходимо выбрать способы их реализации. То есть, в процессе обучения детей нужно акцентировать внимание на формирование нравственно-этических, психофизиологических качеств в характере ребенка. Привить азы знаний о физическом воспитании и спорта, здоровом образе жизни, умений правильной ДА.

Таким образом, весь процесс обучения детей ориентирован на формирование и развитие психоэмоционального, психофизического, нравственно-интеллектуального, этико-эстетического потенциала ребенка. Говоря об образовательном процессе важно учитывать тот факт, что физическое воспитание способствует воспитанию в детях дисциплинированность, ловкости, умения быстро ориентироваться в сложившейся ситуации, самостоятельно принимать решения.

Образовательный процесс включает в себе физические упражнения и задания, содержащиеся в образовательно-воспитательной программе

дошкольных образовательных учреждений, которые направлены на развитие ДА у детей 5-6 лет. В программе ОП содержатся различные по характеру и виду задания и упражнения, которые были подобраны с учетом возрастных, индивидуальных, физико-физиологических особенностей детей данного этапа развития. То есть, в ходе выполнения задач программы ОП предусмотрена поэтапность их выполнения.

Образовательный процесс, как важнейшая составная образовательной системы в целом, включает в себе как образовательные, так и воспитательные стороны процесса. Структура которого основана на выполнении детьми задач, способствующих на личностное развитие ребенка, учитывающих их дееспособности психофизиологических особенностей строения организма. Важно, не упустить из виду каждую деталь образовательного процесса, ибо происходящие изменения как в психике, так и в других системах организма ребёнка имеет значение на этапе развития личности ребенка, в связи с чем, педагог-воспитатель в данном процессе играет ключевую роль, от его профессионально-педагогического потенциала зависит эффективность как самого ОП, так и развития ребенка.

В экспериментальной части диссертационного исследования были выявлены способности и возможности дееспособности детей 5-6 лет. На занятиях по ФК основными критериями исследовательской деятельности были выбраны физиологические и психологические показатели детей.

В ходе образовательно-воспитательного процесса были определены физические работоспособности (PWC₁₇₀) детей. На занятиях по ФК показатели двигательной деятельности детей имели отличительные черты, а именно, в начале занятий наблюдалось повышение активной деятельности, которая постепенно увеличивалась, и уже к концу занятий отмечался спад динамики ДА детей.

Наблюдаемая поэтапность (кривая пульсометрии, т.е. PWC₁₇₀), в физической активности детей обусловлена образовательным, воспитательным и оздоровительным показателями: физического самочувствия, направленности

восприятия, эмоционального реагирования, сосредоточенности, ловкости, проворности, точности ДА детей. В соответствии с вычисленной кривой PWC₁₇₀, динамика физико-психологического состояния организма детей во время занятий по физической культуре можно условно поделить на три корреляционно взаимосвязанных частей: *подготовительной, основной и заключительной*.

В *подготовительной части* задача состоит в том, чтобы психологически, эмоционально подготовить детей к предстоящим занятиям по ФК. Вызвать у них обостренные чувства к ФУ, позитивно настроить к ДА, также выявить у них ЗУН в физической подготовленности.

В *основной части* на основе выявленного состояния детей определить виды задач, по обучению основным ДА. В конце выполнения определенных задач, детям предлагались подвижные игры с правилами.

В *заключительной части* выполнялись упражнения, способствующие постепенному переходу к восстановлению от переутомления, после усиленной активности в основной части занятия.

Таким образом, образовательно-воспитательный процесс сопровождался различными физическими упражнениями, способствующими формированию и развитию у детей умений и навыков двигательной деятельности, тем самым, воспитывая в них такие физические свойства как: стремительность, выносливость, волю, сноровку и т.д. Это, в первую очередь, связано с ДА у детей.

Формирование и развитие физической активности реализовывалось с учетом способностей детей и их индивидуально-личностным своеобразием.

В ходе эксперимента занятия по физической культуре сопровождались различными подвижными играми, оздоровительными упражнениями в игровой форме, они в свою очередь вызывали интерес у детей 5-6 лет.

Таким образом, в образовательно-воспитательном процессе ДОО, согласно образовательной программе, важное значение имеет подбор физических упражнений, соответствующих данной категории детей. В плане

занятий учитывались как общие, так и индивидуальные особенности ребенка. Физическое состояние ребенка, здоровье, приобретенные навыки в двигательной деятельности – важные стороны при определении уровня ДА ребенка. На формирование ЗУН по физическому развитию ребенка значительное влияние могут оказать среда, природные явления, условия образовательного учреждения, то есть важна каждая деталь.

Педагог-воспитатель в своей деятельности при проведении занятий, как правило, использует фронтальный, групповой и индивидуальный методы.

Как известно, фронтальные задания требуют выполнения упражнений всеми участниками группы одновременно. Такой метод является одним из важных составляющих в ОП по ФЗ. В отличие от фронтальной, в групповом методе детям предоставляется возможность сгруппироваться в малые группы, тем самым, более эффективно выполнять задания. Индивидуальный же метод обучения предусматривает личное общение (обращение) педагога с ребенком. Таким образом, использование каждого из вышеуказанных методов организации образовательно-воспитательного процесса на занятиях по ФК определяется в зависимости от сложившихся обстоятельств и уровня педагогической деятельности педагога-воспитателя.

Учитывая возраст исследуемых детей, необходимо обратить внимание на особенности этой возрастной категории. Организм ребенка более податлив к различным изменениям, системы физиологического функционирования, их нервная система незамедлительным образом реагируют на воздействия экзогенного характера. Так как образовательно-воспитательный процесс является по сути комплексным воздействием на формирование в ребенке личности, то учтены всевозможные способы повышения у детей эмоционального подъема и воспитанию ритмичности, и выразительности. С этой целью, выполнение различного рода физических упражнений сопровождалось музыкой.

Гармоничное развитие ребенка во многом зависит от содержания образовательного процесса. В ходе ОП целенаправленное осуществление

формирования у ребенка азов этико-эстетических понятий, нравственных качеств, умственных способностей, умений и навыков ДА эффективным образом отражаются на их активной деятельности. В этом отношении занятия по физической культуре благоприятным образом воздействуют формированию и развитию в детях таких сторон личности как: согласованность выполняемых движений, сознательность, мобилизованность, дисциплинированность.

Активность двигательных действий ребенка непосредственным образом взаимосвязана с познавательно-образовательной деятельностью, учитывались уровни умственных способностей детей данной возрастной категории. В связи с чем применялась соответствующая методика. На основе которой предусмотрено поэтапное формирование в них умений и навыков двигательных действий и правильного выполнения движений, осуществления действия на основе анализирования, сопоставления и обобщения.

Важное значение в формировании у ребенка навыков ДА имеет утренняя разминка (гимнастика). Как в семье, так и в ДОО она должна стать неотъемлемой частью физической нагрузки ребенка, приобретая устойчивый характер, так как, она: содействует сохранению здоровья у ребенка на долгие годы его жизни, повышает жизнедеятельность организма, активизирует работу нервной системы на целый день, а после обеденного перерыва на сон, она способствует переходу к бодрствованию, обостряет чувствительность головного мозга, усиливает реакцию, укрепляет мышцы, повышает внимательность, вызывает в психофизической деятельности положительные эмоции, закаливает организм.

В ходе экспериментального исследования физические упражнения, выполняемые детьми, были укомплектованы в отдельные группы. Такой подбор осуществлялся в целях повышения дееспособности организма ребенка, постепенным образом включая в процесс занятий упражнения по принципу от простого к сложному. Таким образом, интенсивное действие мышечной, нервной, дыхательной и др. систем будет иметь динамический характер.

Усилится координация ребенка, сформируется правильная осанка, тем самым, физическое развитие ребенка будет иметь эффективный результат.

Музыкальное сопровождение процесса физических занятий влечет за собой позитивную тенденцию в психоэмоциональном поведении ребенка. Поэтому утренняя гимнастика гармонично сочеталась с подобранной музыкой.

Утренняя гимнастика, как все физические упражнения, выполняемые детьми, носят оздоровительно-воспитательный характер. В связи с чем, будет целесообразным, проводить ее в строго установленное время.

Для проведения утренней гимнастики немаловажную роль играет также выбор помещения, в котором дети будут заниматься. В соответствии с санитарно-гигиеническими нормами, утренняя гимнастика должна проводиться в чистом, открытом пространстве. Учитывая времена года, она может проводиться либо в помещении или же на открытом воздухе, в специально отведенное для нее месте (например, на площадках).

Для полноценного физического формирования детей необходимо также проводить физкультминутки. Которые проводились между занятиями в процессе обучения детей рисованию, пению, лепке, языкам и т.д. Цель физкультминутки заключается в том, чтобы восстановить внимание, привести организм в деятельностный тон, улучшить общее состояние ребенка.

Физическое закаливание детей – обязательная процедура в дошкольном образовательном учреждении. Куда входят: водные процедуры (обтирания, обливание, душ, купание), воздушные и солнечные ванны. Они применяются как отдельно, так и в комплексе, продуктивность имеется и в том, и в другом случае.

Правильная организация двигательной деятельности детей требует оптимального использования всевозможных ресурсов и способов при выполнении ФУ на занятиях ФК. Различные по характеру виды деятельности детей требуют от ребенка определенных мыслительных, активных двигательных усилий, что в свою очередь, поднимает настроение,

поддерживает работоспособность организма, также предупреждает утомление нервной системы ребенка.

В образовательно-воспитательном процесс в дошкольных образовательных организациях спортивно-оздоровительные задачи имеют немаловажную роль. Их реализация осуществляется в различной форме: различные подвижные игры, пешие прогулки, работа с отдельными и малыми группами детей, самостоятельная деятельность ребенка, физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Каждая из перечисленных форм физической подготовки имеет отражение в планах педагога, рассмотренном и одобренном на метод совете ДОО.

Повышение двигательной активности детей во многом зависит от применения подвижных игр во время занятий по ФК. Виды, объем и продолжительность таких игр определяется педагогом-воспитателем, в соответствии с возрастными особенностями детей. Также учитываются такие факторы как: режим дня, педагогические требования, распоряжения врача, возрастные категории детей, время года, материальная обеспеченность образовательной организации и т.д., которые оказывают позитивное воздействие на формирование и совершенствование двигательных способностей детей в ДОО.

Пешие прогулки, различные экскурсии имеют важное значение в решении спортивно-оздоровительных, образовательно-воспитательных задач в ОП ДОО.

Чтобы прогулки были целенаправленными и более интересными дошкольный педагог предусматривает и заблаговременно основательно готовится к их проведению.

В содержание прогулок включаются подвижные игры с учетом местности. В день прогулок педагогу-воспитателю следует заблаговременно известить детей о них, тем самым создать у них радостные ожидания, а также сообщить о цели прогулки.

ДА детей должна строиться на основе обязательных знаний возрастных и индивидуально-личностных особенностей личности ребенка, что требует индивидуальной работы с детьми.

При этом педагог-воспитатель учитывает физическое, психическое нравственное здоровье детей, установленное путем осуществления наблюдения, беседы с родителями и на основании этого он должен выявить основные задачи, требующие незамедлительного решения, также определить содержание и методы работы.

В практике работы выявлено, что чем больше предоставляется самостоятельности, тем ДА у ребенка выше, которая наблюдается в течение целого дня.

При выполнении ФУ на ФК следует учесть особенную категорию – детей с гиперактивностью. Необходимо направлять их гиперактивность в правильное русло, ибо все их движения могут оказаться бесполезными. В этом отношении педагогическая компетенция педагога-воспитателя играет немаловажную роль.

Побудителем активной самостоятельной ДА детей служат различные игрушки, спортивные снаряды, инвентарь, пособие для этой цели, педагог с учетом возраста должен подбирать соответствующие игрушки, дозировки, виды ФУ и подвижные игры.

Подвижные игры детей являются одним из ключевых составных праздничных мероприятий, устраиваемых в дошкольном учреждении. Формирование и развитие двигательной активности детей является залогом здорового, жизнерадостного состояния детей, которая способствует достижению умений и навыков в ДА.

Любая двигательная активность детей хорошо ассоциируется с понятием «на открытом воздухе». Праздники являются, своего рода «катализатором» физической активности детей, предоставляя им возможность испытывать психоэмоциональное блаженство на длительное время. В связи с чем, при составлении плана процесса обучения детей этой возрастной

категории (5-6 лет), основу образовательно-воспитательной программы составляют веселые подвижные игры, разнообразные физические упражнения, то есть, по содержанию физкультурные праздники бывают разнообразными.

Праздничной настрой детей усиливает музыкальное сопровождение развлекательных мероприятий. Воспринимать праздничный процесс эмоционально красиво, ярко детям помогает звонкое музыкальное сопровождение.

Подобные праздники можно устраивать в любое время года. У каждого сезона времени имеются свойственные им игры для детей. Учитывая специфические свойства времен года, лето и зима являются благоприятными для проведения физкультурных праздников.

Итак, многообразная ДА детей осуществляется в течение дня под непосредственным руководством педагога-воспитателя.

Все предпринятые попытки и приложенные усилия строились с учетом проявляемых обостренных детей к ДА.

В ОВП ДОО по ДА использовались имеющееся в наличии спортивное оборудование, инвентарь, способствующие решению предусмотренных образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в комплексе как в режиме дня ДОО, так и в условиях семьи.

Для ДА предусматривалась двигательная оздоровительная работа ДОО и семьи. Родителям заблаговременно предоставлялась возможность более подробно ознакомиться с используемыми формами ДА в условиях ДОО, сообщалось о ФР, психофизическом состоянии, уровне проявления ДА и типах подвижности их детей, средствами повышения ОП, также о возможности ДА детей при условии самостоятельной деятельности как в ДОО, так и в кругу семьи.

Учитывая вышеизложенное, были выявлены следующие педагогические предпосылки эффективного осуществления разработанной нами модели по активизации ДА детей 5-6 лет в ДОО, также в кругу семьи:

- осуществление индивидуально личностного подхода, предусматривающее учет уровня проявления и своеобразия ДА;
- использование физкультурно-оздоровительных средств и оптимизации двигательной нагрузки;
- улучшение физиологического состояния организма, путем повышения эмоционального настроения ребенка в соответствии с самостоятельной ДА;
- повышение психоэмоциональной и физической активности детей с целью развития и совершенствования ДА на занятиях по ФК;
- в целях формирования и развития у детей вовлеченности к активной физической деятельности требуется слаженная работа всех участников образовательного процесса, регулирующих образовательно-воспитательным процессом, а именно, по определению форм двигательного содержания и соответствующих средств;
- тесное сотрудничество сотрудников дошкольного образовательного учреждения с родителями детей.

Критерием оценки эффективности использования средств повышения ОП и активной самостоятельной ДА в режиме дня в ДОО является прирост показателей в: ФР, ФП, психических функций.

3.3 Оценка эффективности психолого-педагогической технологии повышения активной двигательной деятельности в условиях образовательного процесса и семьи на психофизическое состояние детей 5-6 лет

С целью выявления эффективности психолого-педагогической технологии повышения ДА в условиях ОВП и семьи на психофизическое состояние детей 5-6 лет, по завершении ОЭР, проводилось обследование участников опытно-экспериментальной и контрольной групп по показателям

их психофизического состояния, уровня физической подготовленности, ДА, эффективности опытной ПТ.

В результате проведения ОЭР, получены собственные фактические материалы, представляющие определенные научные, психолого-педагогические ценности, которые для убедительности и доступности восприятия отражены в таблицах 3.6; 3.7; 3.8; 3.9, где показана динамика соответствующих показателей детей опытно-экспериментальной группы (ОЭГ) и контрольной до и после завершения ОЭР и их сравнения.

В процессе изучения и анализа изменения психофизического состояния детей получены далеко небезынтересные результаты:

Так, анализ показателей психофизического состояния детей 5-6 лет показал следующее:

- у детей КГ установлены повышение в: длине тела на 2,4 см (2,88 %); массе тела – 0,74 кг (4,35%); ЧСС в покое – 0,15 (0,18%); ЧДД - 1,35 (5,63%); звуковой пробе – 0,30 (6,45%); пробе Генча- 0,60 (5,66%); ЖЕЛ – 0,05 (8,06 %); ЧСС после физической нагрузки – 0,35 (0,37%); динамометрии правой кисти – 0,35 (10,44%); динамометрии левой кисти – 0,40 (12,90); память – 1,80 (13,38%), (Таблица 3.6).

В результате проведенного анализа полученных результатов у детей 5 лет ОЭГ выявлены более высокие изменения в тестовых показателях, которые соответственно составляли: 1,99 (1,80%); 0,90 (4,41%); 3,50 (4,14%); 1,0 (3,99%); 0,95 (18,26%); 1,10 (10,89%); 0,05 (8,20%); 6,30 (6,38%); 0,40 (11,76%); 0,30 (9,37%); 4,25 (30,35%).

При изучении фоновых показателей между КГ и ОЭГ установлено, что уровни психофизического состояния детей 5-лет находятся в одинаковых показателях. В тоже время итоговые результаты выглядят иначе. Так, в длине тела сдвиг составляет 0,66 (25,38%); массе тела – 0,16 (4,69%); ЧСС в покое – 2,75 (90,16%); ЧДД в 1 мин – 0,15 (13,63 %); звуковом сигнале – 0,65 (18,18%); пробе Генча – 0,65 (130,0%); ЖЕЛ – 0,05 (100,0 %); ЧСС после физической нагрузки – 0,75 (28,84%); динамометрии правой кисти – 0,05 (200,0%);

динамометрии левой кисти – 0,10 (100,0%); памяти – 2,45 (44,54%), (Таблица 3.6).

При анализе показателей у детей 6 лет установлены следующие изменения: так, у занимающихся детей в КГ в: длине тела прирост равнялся – 2,76 см (2,40%); масса тела – 0,82(4,31%); ЧСС в покое – 0,30 (0,35%); ЧДД, в 1 минуту – 0,75 (3,26%); звуковой пробе – 1,65 (45,20 %); пробе Генча – 0,60 (5,19 %); ЖЕЛ – 0,07 (8,43%); ЧСС после физической нагрузки – 4,85 (4,20%);

Примечание: 1 – длина тела(см); 2. – масса тела (кг); 3. ЧСС в покое (уд. мин.); 4. – частота ДД в 1 мин; 5. – звуковая проба (сек);6. Проба Генча (сеп); 7. – ЖЕЛ (л); 8.- ЧСС после физ. нагрузки (уд. мин.); 9. – динамометрия правой кисти рук (кг); 10. – динамометрия левой кисти рук (кг); 11. – Память (кол-во прочитан. стр.)

Таблица 3.6. – Динамика среднеарифметических показателей психофизического состояния детей 5-лет

№	Показатели КГ			ОЭГ			Разн между группами		
	Исходные	Итоговые	Сдвиг	Исходные	Итоговые	Сдвиг	Исходные	Итоговые	Сдвиг
1.	105,10	107,75	2,40 (см) 2,28%	104,84	106,83	1,99 (1,89%)	0,26	0,92	0,66 (25,38%)
2.	16,98	17,72	0,74 (4,35%)	20,39	21,29	0,90 (4,41%)	3,41	3,57	0,16 (4,69%)
3.	81,45	81,30	0,15(0,18%)	84,50	81,0	3,50(4,14%)	3,05	0,30	2,75(90,16%)
4.	23,95	25,30	1,35(5,63%)	25,05	24,05	1,0(3,99%)	1,10	1,25	0,15(13,63%)
5.	4,65	4,95	0,30(6,45%)	5,20	6,15	0,95(18,26%)	0,55	1,20	0,65(118,18%)
6.	10,60	10,05	0,60(5,66%)	10,10	11,20	1,10(10,89%)	0,50	1,15	0,65(130,0%)
7.	0,62	0,67	0,05(8,06%)	0,67	0,72	0,05(8,20%)	0,05	0,05	0,05(100,0%)
8.	96,05	95,70	0,35(0,37%)	98,65	92,35	6,30(6,38%)	2,60	3,35	0,75(28,84%)
9.	3,35	3,70	0,35(0,44%)	3,40	3,80	0,40(11,76%)	0,05	0,10	0,05(100,0%)
10.	3,10	3,50	0,40(12,90%)	3,20	3,50	0,30(9,37%)	0,10	00	0,10(100,0%)
11.	13,45	15,25	1,80(13,38%)	14,0	18,25	4,25(30,35%)	0,55	3,0	2,45(44,54%)

Таблица 3.7. – Динамика среднеарифметических показателей психофизического состояния детей 6-лет

№	Показатели КГ			ОЭГ			Разн между группами		
	Исходные	Итоговые	Сдвиг	Исходные	Итоговые	Сдвиг	Исходные	Итоговые	Сдвиг
1.	114,88	117,64	2,76(2,40%)	114,98	116,52	1,54(1,33%)	0,10	1,12	1,02(113,2%)
2.	20,41	21,29	0,88(4,31%)	20,39	22,0	1,70(4,41%)	0,02	0,80	0,78(40,0%)
3.	83,60	83,90	0,30(0,35%)	85,70	84,65	1,05(1,22%)	2,10	0,75	1,35(68,28%)
4.	22,95	22,20	0,75(3,26%)	23,55	22,20	1,35(5,73%)	0,60	-	-
5.	3,65	5,30	1,65(45,20%)	5,10	7,90	2,80(54,90%)	1,45	2,60	1,15(79,31%)
6.	10,55	11,15	0,60(5,19%)	11,00	12,35	1,35(12,27%)	1,05	1,20	0,15(14,28%)
7.	0,83	0,90	0,07(8,43%)	0,80	1,20	0,40(50,0%)	0,03	0,30	0,27(9,0%)
8.	115,30	110,45	4,85(4,20%)	118,65	105,70	12,95(10,91%)	3,35	4,75	1,40(41,79%)
9.	4,60	4,80	0,20(4,34%)	4,40	6,0	1,20(27,27%)	0,20	1,20	1,0(5,0%)
10	4,40	4,65	0,25(5,68%)	4,40	5,0	0,60(13,63%)	0,0	0,35	0,25(35,0%)
11	5,80	6,65	0,85(14,65%)	6,0	7,50	1,50(25,0%)	0,20	0,85	0,65(32,5%)
12	39,70	39,70	0,50(1,27%)	39,10	40,30	1,20(3,06%)	0,10	0,60	0,50(60,0%)

Примечание: 1 – длина тела(см); 2. – масса тела (кг); 3. ЧСС в покое (уд. мин.); 4. – частота ДД в 1 мин; 5. – звуковая проба (сек); 6. Проба Генча (сек); 7. – ЖЕЛ (л); 8.- ЧСС после физ нагрузки (уд. мин.); 9. – динамометрия правой кисти рук (кг); 10. – динамометрия левой кисти рук (кг); 11. – Память (кол-во прочитан. стр.); 12. – самооценка (баллы).

**Таблица 3.8. – Прирост психофизических ОЭГ и КГ показателей
детей 5-лет и итогам опытно-экспериментальной работы**

Показатели	КГ	ОЭГ	разница	Р
1	2,40 (2,28%)	1,99(89%)	0,41	< 0,05
2	0,74(4,35%)	0,90(4,41%)	0,16	< 0,05
3	0,15(0,18%)	3,50(4,14%)	3,35	< 0,001
4	1,35(5,63%)	1,0(3,99%)	0,35	< 0,05
5	0,30(6,45%)	0,95(18,26%)	0,05	< 0,05
6	0,60(5,66 %)	1,10(10,89%)	0,50	< 0,05
7	0,05(8,06%)	0,05(8,20%)	0,14	< 0,05
8	0,35(0,37%)	6,30(6,38%)	5,95	< 0,001
9	0,35(10,44%)	0,40(11,76%)	0,05	< 0,05
10	0,40(12,90%)	0,30(9,37%)	0,10	< 0,05
11	1,80(13,38%)	4,25(30,35%)	2,45	< 0,01

**Таблица 3.9. – Прирост психофизических ОЭГ и КГ показателей
детей 6-лет и итогам опытно-экспериментальной работы**

Показатели	КГ	ОЭГ	разница	Р
1	2,76 (2,40%)	1,54(1,33%)	1,22	< 0,05
2	0,88(4,31%)	1,70(8,33%)	0,82	< 0,05
3	0,30(0,35%)	1,05(1,22%)	0,92	< 0,001
4	0,75(3,26%)	1,35(5,73%)	0,60	< 0,05
5	1,65(45,20%)	2,80(54,90%)	1,15	< 0,05
6	0,60(5,19%)	1,35(12,27%)	0,75	< 0,05
7	0,07(10,84%)	0,40(50,0%)	0,33	< 0,05
8	4,85(4,20%)	12,95(10,91%)	8,10	< 0,001
9	0,20(4,34%)	1,20(20,0%)	1,20	< 0,05
10	0,25(5,68%)	0,60(13,65%)	0,35	< 0,05
11	0,85(14,65%)	1,50(25,0%)	0,85	< 0,05
12	0,50(1,27%)	1,20(3,06%)	0,60	< 0,05

Динамометрия правой кисти – 0,20(4,34%); динамометрия левой кисти – 0,25 (5,68%); память – 0,85(14,65%); самооценка – 0,50(1, 27%). (Таблица 3.7.)

Процессе осуществление анализа психологического состояния детей 6-лет ОЭГ выявлены более высокие показатели, которые соответственно составили: 1,54 (1,33%), 1,70 (8,33%), 1,05 (1,22%), 1,35 (5,73%), 2,80 (54,90%), 1,35 (12,27%), 0,40 (50,0%), 12,95 (10,91%), 1,20 (20,0%), 0,60 (13,65%), 1,50 (25,0%), 1,20 (3,06%), (Таблица 3.7).

Уровень прироста результатов разница между КГ и ОЭГ к концу ОЭР выглядит следующим образом. Так в длине тела, изменения составил 1,02 см (10,20%); массе тела – 0,78 (40,0%); ЧСС в покое 1,35 (64,28%); звуковой пробе – 11,5 (79,31%); пробе Генча – 0,85 (14,28%); ЖЕЛ – 0,27 (9,0%); ЧСС после физической нагрузки – 1,40 (41,79%); динамометрии правой кисти – 1,0 (5,0%); динамометрии левой кисти – 0,35 (3,50%); память – 0,65 (32,5%); самооценка – 0,50 (60,0%) (Таблица 3.7).

Из Таблицы 3.7 видно, что наиболее высокие показатели достигли в ЧСС в покое – 68,28%; звуковой пробе – 79,31%; самооценке – 60,0%. Наименьшее – в динамометрии правой кисти рук – 9,0%.

Наибольший прирост психофизических показателей между КГ и ОЭГ у детей 5-лет. По итогам ОЭР установлены в ЧСС в покое – 3,35 ($p > 0,001$); ЧСС после физической нагрузки 5,95 ($p > 0,001$), наименьший в; тестах: динамометрии правой кисти – 0,05 ($p > 0,05$) и в динамометрии левой кисти – 0,10 ($p > 0,05$) (Таблица 3.8).

В группе детей 6-лет наибольший прирост между группами выявлены ЧСС после физической нагрузки – 8,10 ($p > 0,001$), наименьший в длине тела – 122 ($p > 0,05$) (Таблица 3.9).

В Таблицах 3.10; 3.11; 3.12; 3.13 отражена динамика показателей в ФП детей 5-лет.

В процессе анализа показателей ФП детей КГ и ОЭЖ были получены следующие результаты (Таблица 3.10):

Таблица 3.10. -Динамика среднеарифметических показателей в физической подготовленности детей 5-лет

Показатели	КГ			ОЭГ			Разница между группами		
	Исх. уровень	Итог уровень	Сдвиг	Исх. уровень	Итог уровень	Сдвиг	Исх. уровень	Итог уровень	Сдвиг
1	20,75	21,0	0,25 (1,20%)	19,60	20,90	1,30 (6,68%)	1,15	0,10	
2	3,75	3,55	0,20 (5,33%)	3,65	3,30	0,35 (9,57%)	0,10	0,25	
3	43,70	44,0	0,30 (0,68%)	44,50	41,35	3,15	0,80	2,65	
4	2,70	4,35	1,65 (6,11%)	2,80	5,25	2,45 (8,75%)	0,10	0,90	
Σ	70,90	72,90	2,40	70,55	70,80	7,25	2,15	3,90	3,85
M=	17,72	18,22	0,60	17,63	17,70	1,81	0,53	0,97	0,96

Примечание: 1. количество приседаний за 30 сек; 2. бег на 10 м (сек); 3. коэффициент тяги; 4. наклон сид 99 (см).

- у детей 5 лет КГ наблюдается увеличение количество приседаний за 30 сек на 0,25% (1,25%) от фонового уровня, в ОЭГ на 1,30 (6,63%), разница составила 1,05 (5,38%);

- в беге на 10 м у детей КГ улучшение составил 0,20 сек (5,33Σ%), а в ОЭГ – 0,35(9,5%), разница равна на 0,15 сек (4,25%);

- в тесте Койэр таяги (палка Пастра) в кг улучшение составило на 0,30 (0,68%), а в ОЭГ – 3,15(7,07%), разница равнялась 1,85 (6,39%);

- в наклоне сидя вперед в КГ равнялась 1,65 (6,11%), в ОЭГ – 2,45(8,75%), разница в улучшении составила 0,80 (2,64%).

Аналогичные показатели выявлены у детей 6-лет (Таблица 3.11).

Так у детей КГ в тесте показало количество приседаний за 30 сек, улучшение составило 1,30 сек (6,63%), а в ОЭГ – 3,55 сек (13,55%), разница между группами в улучшении составила 2,25 (6,9 %).

Аналогичные сдвиги обнаружены по другим тестовым упражнениям, где наблюдается выраженные улучшение у детей ОЭГ (Таблица 3.11).

После ОЭР было проведено повторное исследование величины ДА, в процессе которой выявлены следующие результаты:

- у детей 5-лет в КГ количество совершенных локомоций составило в среднем «12112» движений, в ОЭР – «12562»; разница составила «1450» локомоций (11,92%), при норме «13300»- движений (Таблица 3.14).

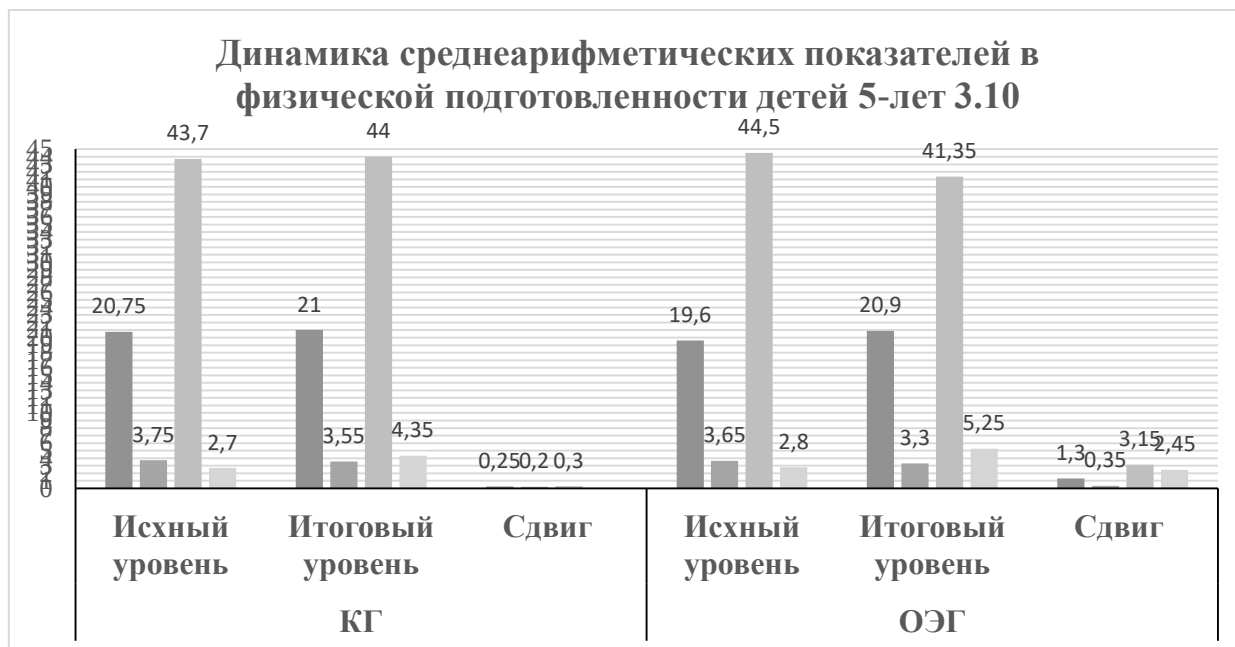


Таблица 3.11. – Динамика среднеарифметических показателей в физической подготовленности детей 6-лет

Показатели	КГ			ОЭГ			Разница между группами		
	Исх. Уровень	Итог уровень	Сдвиг	Исх. уровень	Итог уровень	Сдвиг	Исх. уровень	Итог уровень	Сдвиг
1	19,60	20,90		20,45	24,0		0,85	3,10	2,25 (26,47%)
2	3,10	3,30		3,10	2,80		-	0,50	0,50 (0,5%)
3	40,50	41,50		39,90	35,15		0,60	6,15	5,55 (10,25%)
4	3,10	3,35		3,15	5,50		0,5	2,15	2,10 (43,0%)
5	84,40	85,80		84,30	86,50		0,10	0,70	0,60 (6,0%)
Σ	150,70	154,65		150,90	153,95		1,60	12,60	11,0
M=	30,14	30,93		30,18	30,79		0,32	2,52	2,20

Примечание: 1. количество приседаний за 30 сек; 2. бег на 10м(сек); 3. коэффициент тяги; 4. наклон сид 99 (см) 5. прыжки в длину с места (м).

Динамика среднеарифметических показателей в физической подготовленности детей 6-лет 3.11

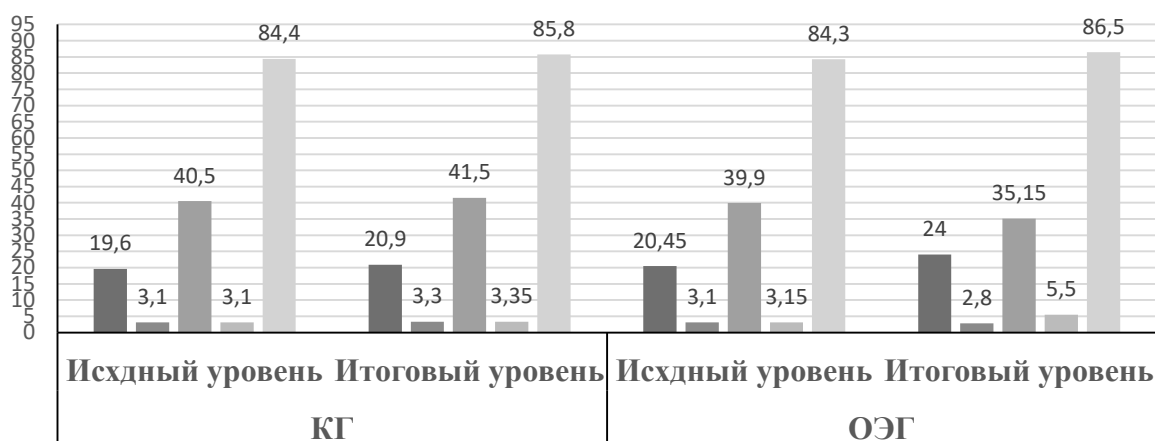


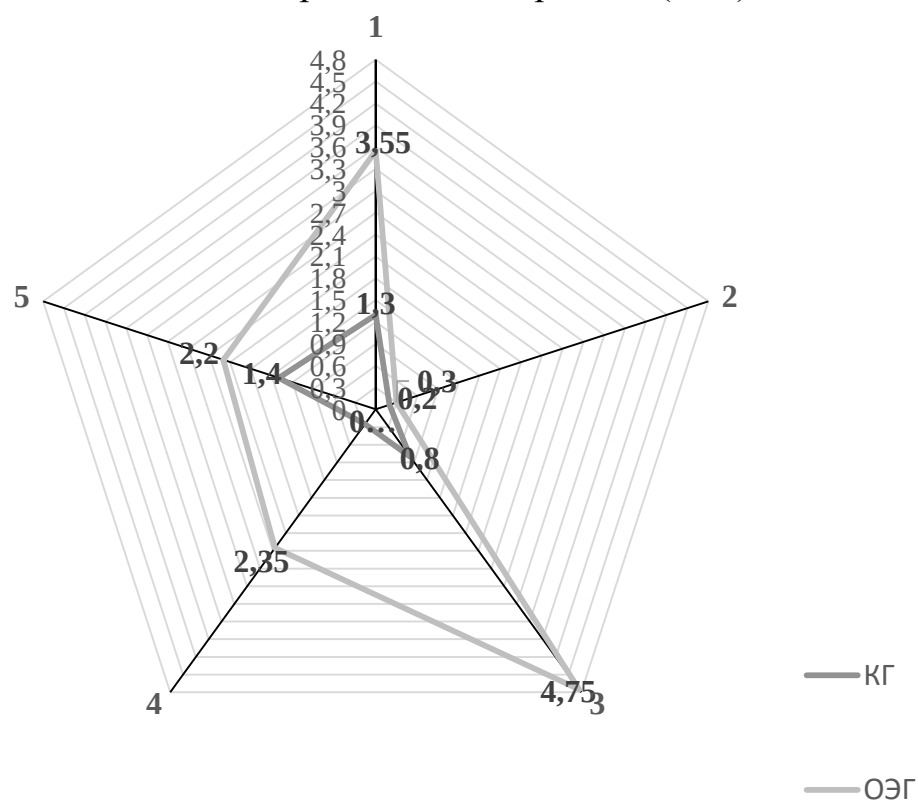
Таблица 3.12. – Прирост физической подготовленности детей 5- лет по итогам опытно-экспериментальной работы

Показатели	КГ	ОЭГ	Разница	Р
1	0,25	1,30	1,05(4,25%)	<0,01
2	0,20	0,35	0,15(7,50%)	<0,05
3	0,30	3,15	2,85(9,50%)	<0,01
4	1,65	2,45	0,80(4,48%)	<0,05
Σ	2,40	7,25	4,85	
М	0,60	1,81	1,21	

Таблица 3.13 – Прирост физической подготовленности детей 6- лет по итогам опытно-экспериментальной работы

Показатели	КГ	ОЭГ	Разница	Р
1	1,30	3,55	2,25(17,30%)	<0,01
2	0,20	0,30	0,10(5,0%)	<0,05
3	0,80	4,75	3,95(4,93%)	<0,001
4	0,25	2,35	2,10(8,40%)	<0,01
5	1,40	2,20	0,80(5,71%)	<0,01
Σ	3,95	13,15	9,20	
М	0,79	2,63	1,84	

**Прирост физической подготовленности детей 6-лет по
итогам опытно-экспериментальной работы (3.13)**



- у детей 6-лет в КГ данный показатель равнялся в среднем 13265 локомоций, в ОЭГ – 15310 локомоций, разница между группами составил 20,45 (15,41%), при норме – 14500 локомоций (Таблица 3.14).

Таблица 3.14. – Средняя величина объема двигательной активности детей в режиме дня ДОО

№	Возраст	Норма движений	КГ фактич. кол-во движ-й	Отклонен от нормы	ОЭГ Факт кол-во движ-й	Откло-нение от нормы	Разница между группами
1	5 лет	13300	12112 (91,6%)	1188 (8,94%)	12562 (94,45%)	732 (5,55%)	450 (11,97%)
2	6 лет	14500	13265 (91,48%)	-1235 (8,52%)	14310 (98,69%)	190 (1,3%)	1045 (7,2%)



Итак, завершая вышесказанное, необходимо подчеркнуть, что выявленные результаты в процессе ОЭР позволяют говорить, что разработанная модель образовательного содержания и организации ДА детей 5-6 лет в режиме дня ДОО и в условиях семьи, а также ПТ повышение образовательной (учебно-воспитательной) и самостоятельной ДА детей ОЭГ. Полученные результаты доказывают факты сопоставительного объективного анализа фоновое и итоговое уровня психофизического состояния, ФП, совершаемых детьми локомаций в режиме дня в ДОО КГ и ОЭГ. В этой связи, разработанная система образовательно-воспитательного содержания и организации ДА детей 5-6 лет в режиме дня ДОО и в условиях семьи вполне успешно могут применяться в ДОО.

3.4 Обсуждение результатов исследования

Одной из важнейших задач в работе дошкольного возраста является всестороннее физическое воспитание. Кроме того, физическое воспитание служит средством умственного, нравственного, трудового, эстетического и других воспитаний, психоэмоционального развития, сохранения и укрепления

физического, нравственного и психического здоровья детей. Все работники ДОО призваны активно участвовать в режиме этих задач в ДОО.

В этой связи, с каждым годом, особенно тогда, когда обучение переходит на двенадцатилетнее образование. Это вызвано с естественными потребностями современного ОВП, с учетом международной практики.

Изучение и анализ тенденции развития использования средств и методического своеобразия побуждение детей 5 6 лет к ДА показал, на современном этапе развития ОВП с детьми дошкольного возраста более выраженными становится на фоне неуклонного повышения психо-эмоционального напряжения и снижение ДА, отклонения в состоянии здоровья, недостаточности умений и навыков ЗОЖ. Естественно физиологическая потребность преобладающей части детей не в необходимый мере обеспечивается в движениях и действиях из-за недостаточной оценки роли и значимости ДА в ОВП многих ДОО и родителями.

По мнению ряда специалистов для успешного решения проблем, непосредственно связанных с всесторонним укреплением здоровья детей, важнейшую роль вполне могут играть новые виды ДА, нетрадиционные для массового физкультурно-спортивного процесса.

Осуществляя анализ программ по ФВ для ДОО, мы пришли к выводу, что они предлагают увеличить моторную деятельность детей путем совершенствования современных методов организации и проведения ОВП. Из числа используемых средств Фис, оказывающих наиболее образовательный, воспитательный и развивающие эффекты, специалисты считают: походы на короткие расстояния, в спокойном темпе и в условиях известных маршрутов, различные игры на местности, беговые упражнения [143]. В этом возрасте ДА на открытом воздухе оказывают положительное воздействие на психоэмоциональное состояние детей [57, 58].

Специалистами доказано благотворное влияние подвижных игр на происходящие процессы у детей [52, 53, 140]; совершенствование двигательных умений и навыков скобках двигательной культуры [70, 74, 85]; развитие уровня

жизненно необходимых физических качеств и способностей [81, 122, 136, 139]; воспитание нравственных привычек [79, 82]; психоэмоциональной сферы [85, 87, 124]; образовательно-воспитательной сферы деятельности. С учетом режима дня ДОО подвижные игры проводятся в различное время суток, с целью повышения двигательной культуры, развития физических (двигательных) способностей, воспитанию нравственных, эстетических и других качеств, совершенствование соответствующих умений и навыков [88, 89, 120, 121, 134].

Целью более действенного воздействия дополнительной методики ФВ, достаточно широко используются традиционно устоявшиеся и нетрадиционные средства для более эффективного влияния на состояние здоровья, повышению ДА, ФР, ФП детей.

Ряд специалистов [117, 119 и др.] процедуры (солнце, воздух, вода), комплексно закаливающих организм детей, относят к числу важнейших средств ФВ, особо подчеркнув основные принципы закаливание организма, включающих в себя:

- использование моментальных (оперативных) мощных умеренных, продолжительных воздействий в процессе ДА и состояние покоя;
- поэтапность, неуклонность, индивидуально-личностные своеобразие, непрерывность, учет демографических условий, фактическое состояние здоровья ребенка;
- благосклонное психоэмоциональное проявление обостренных чувств к процедуре.

Комплексная система закаливания детей дошкольного возраста [90] предусматривает: использование полоскания ротовой полости, умывание лица прохладной водой, водяные и воздушные ванн, направленные на весь организм на фоне активной и разнообразной ДА, улучшающие резидентность всего организма ребенка.

В процессе осуществления закаливающих процедур, использование музыки функционального характера позволяет создать радостно

эмоциональные обстоятельства, способствуют балансированию ребенка, а также крайне важно использовать музыкально-игровые коридоры в оптимальном сочетании с контрастными ваннами с целью физического оздоровления детей [23].

При физической активности детей деятельность аэробной системы значительным образом воздействует на фактическое состояние и функции организма. В связи с чем, необходимо выполнять упражнения, оказывающие благотворное влияние на дыхательную систему и на организм в целом. Таким образом, улучшается устойчивость организма к различным простудным болезням и инфекциям [132].

Оздоровительный эффект в сочетании с физическими упражнениями оказывает влияние на физиологические активные центры, на дыхание и закаливание. Не следует упускать из вида и то, что к нетрадиционным средствам оздоровления детей относятся и механизмы управления происходящими процессами в организме, возникающие в результате ДА [152, 158, 159, 166].

Для укрепления функции дыхательного процесса, рядом специалистов предлагаются специальные упражнения и игры [65, 109, 164, 168, 169, 170].

В процессе ФВ детей, использование игры «Ак чолмок», предусматривающее развитие ориентации, М.Т. Абдуллаев, Т.А. Умурбекова [148] предлагает использовать хождение детей без обуви по земле, песку, каменистых дорожках. Возможность широкого использования танцев и танцевальных ФВ детей подчеркивает И. С. Узакбаев [146].

Таким образом, специалистами были разработаны комплексы образовательных, воспитательных и оздоровительных заданий для детей, с преимущественной ориентированностью на активизации ДА, с учетом состояния здоровья, ФР, ФП и времени года.

В процессе осуществления ОЭР, нами установлены:

- преобладающая часть детей 5-6 лет в основном имеет низкий средний уровень проявления ДА. Для детей, обладающих средним уровнем,

проявление ДА характерно сдержанное поведение, хорошо развит уровень физических качеств и способностей, средний уровень в ФП, слабая двигательная культура;

– дети со слабым уровнем проявления ДА характеризуется низким развитием двигательных качеств и способностей, в процессе выполнения ДА пассивны, нуждаются в поддержке.

В этой связи в процессе повышения ДА с применением индивидуально-дифференцированного подхода не упускались из вида установленные индивидуально личностные своеобразия детей.

В процессе установления величины ДА в режиме дня ДОО выявлено, что в среднем величина ДА в КГ и ОЭГ находятся ниже предлагаемой черты и составляет у детей:

- 5 лет – 12112 локомоций, при норме 13300 локомоций;
- 6 лет – 13265 - локомоций, при норме 14500 локомоций.

Разработанная нами педагогическая модель повышения ДА детей, предусматривает повышение физической активной деятельности детей в образовательном процессе в дошкольных учреждениях, также при самостоятельной деятельности детей. Основываясь на результатах предыдущих исследований [145, 147, 151, 153, 154 и др.] и руководствуясь рекомендациями по применению средств повышения физической активности детей, выявлены следующие отличительные своеобразия в организационно-педагогическом аспекте:

- видовое разнообразие двигательной деятельности, при приемлемой соразмерности способно обеспечить требования того или иного режима (величина, объем, лимит, интенсивность, напряженность и др.);
- для формирования и совершенствования двигательной активности детей ввести дополнительные, специально подобранные физические занятия в планы образовательно-воспитательной программы дошкольной образовательной организации;

- в процессе физического воспитания конструктивное комбинирование различных физических действий обеспечивает образовательно-воспитательный, оздоровительный эффект;

- умения и навыки использования различных образовательно-воспитательных средств в процессе физического воспитания детей, во многом зависят от мастерства педагога-воспитателя, который осуществляет свою деятельность с учетом индивидуально-личностных особенностей детей;

- индивидуально-личностный подход позволяет предвидеть возможные нюансы в процессе проявления активной деятельности детей, где детям с невысоким уровнем ДА, предлагается более умеренная деятельность;

- для активизации двигательной деятельности детей в воспитательно-образовательном процессе в ДОО целесообразно более эффективно использовать всевозможные спортивно-оздоровительные средства (разнообразные спортивные оборудования, инвентарь, снаряжения, различные виды цифровых технологий);

- создания благоприятных условий для активного отдыха на открытом воздухе (в зависимости от погодных условий, возможны варианты активного отдыха и в помещении). Учитывая эффективность воздействия на психофизиологическое состояние ребенка продолжительного нахождения на открытом воздухе, им предоставляется возможности играть командами, что в свою очередь укрепляет тесную взаимосвязь дружеские отношения между детьми;

- привлечение к воспитательно-оздоровительному процессу детей их родителей.

В образовательно-воспитательной программе ДОО предусмотрена большая разновидность воспитательной работы, в процессе развлекательно-воспитательных мероприятий родителям предоставляется возможность глубже узнать о различных видах и формах совершенствования физических способностей и двигательной активности детей в домашних условиях.

С целью объективной оценки эффективности ПТ повышения образовательно-воспитательной деятельности в режиме дня ДОО и повышения самостоятельности двигательной активности детей 5-6 лет, в ходе экспериментального исследования были сформированы две группы: контрольная и опытно-экспериментальная (КГ и ОЭГ).

В ходе эксперимента было выявлено, что рекомендованные нами средства спортивно-оздоровительного воспитания детей при повышении активной деятельности детей имели эффективные результаты у детей экспериментальных групп, где они применялись. Математические показатели выражены в соответствующих показателях на уровне $P < 0,05$:

- у участников опытно-экспериментальной группы (дети 5 лет) были выявлены более высокие уровни изменения: длины тела – 1,99 см (1,80 %); массы тела – 0,90 (4,41 %); ЧСС в покое (уд.мин) – 3,50 (4,14%); частоте ДД – 1,0 (3,99 %); звуковой пробе – 0,95 (18,26 %); пробе Генча – 1,10 (10,89 %); ЖЕЛ(л) – 0,05 (8,20 %); ЧСС после физической нагрузки – 6,30 (6,38 %), динамометрии правой кисти – 0,40 (11,76 %); динамометрии левой кисти – 0,30 (9,37 %); память – 4,25 (30,35 %); самооценке – 1,10 (2,06 %).

При анализе показателей у детей той же экспериментальной группы, другой возрастной категории (дети 6 лет) установлены следующие изменения: в длине тела – 1,54 см (1,33 %); массе тела – 1,70 (4,41 %); ЧСС в покое (уд.мин) – 1,05 (1,22 %); частоте ДД – 1,35 (5,73 %); звуковой пробе – 2,80 (54,80 %); пробе Генча – 1,35 (12,27 %); ЖЕЛ(л) – 0,40 (50,0 %); ЧСС после физической нагрузки – 12,95 (27,27 %), динамометрии правой кисти – 1,20 (27,27 %); динамометрии левой кисти – 0,60 (13,65 %); память – 1,50 (25,0 %); самооценке – 1,20 (3,06 %).

Аналогичные изменения произошли и у детей КГ, но они менее значимы (Таблица 3.6 и 3.7).

Выводы по третьей главе

Исследование возможностей повышения ДА детей 5-6 лет предусматривало проведение специальной опытно-экспериментальной работы. Суть ОЭР заключалась в специально организованном воздействии на процесс решения поставленных задач.

Изучение вопросов ДА детей требовало анализа личности ребенка. Выявление ее сторон и форм проявления индивидуально-личностных свойств и качеств в различных образовательно-воспитательных ситуациях в режиме дня ДОО и в условиях семьи, психо-эмоциональных состояний, функциональных свойств организма, ФР, ФП и их изменений в ходе занятий, анализ типичных ДА. Все это достигалось благодаря использованию объективного анализа и обобщения полученных фактических материалов.

Таким образом, выявленные научно-педагогические показатели в ходе ОЭР удостоверяют о научной состоятельности процесса повышения ДА детей 5-6 лет в условиях ОВП и семьи.

Для этой цели использовался комплексный подход, поскольку ДА детей более отчетливо проявляется в реальных условиях ОВП.

Выполнение такого характера научно-педагогического процесса в условиях режима дня ДОО и в семье предопределило получение соответствующих результатов, т.к. ДА ориентировалась на выполнение предусмотренных исследовательских задач, на улучшение психо-эмоционального состояния ФР, ФП, здоровье детей, формирование ЗОЖ.

В рамках вышеуказанных нами результатов выявлены фоновые и итоговые уровни в: длине и массе тела; ЧСС в покое; ЧДД; звуковой пробе; пробе Генча; ЖЕЛ; ЧСС после физической нагрузки; диаметром правой и левой кисти рук; памяти; самооценке детей.

Так в процессе изучения исходных показателей между детьми КГ и ОЭГ установлено, что психофизическое состояние детей 5-6 лет находятся на одинаковом уровне. В тоже время, итоговые их показатели выглядят иначе. Так, в длине тела прирост составляет – 0,66 (25,38 %); массе тела – 0,16 (94,69 %);

ЧСС в покое – 2,75 (90,16 %); ЧДД в 1 мин. – 0,15 (13,01 %); ЖЕЛ – 0,05(100,0); ЧСС после физической нагрузки – 0,5 (28,84 %); диаметр правой и левой кисти рук - 0,10 (100,0 %); память – 2,45 (44,54 %).

Аналогичные показатели, в уровне прироста результатов (разница) между детьми КГ и ОЭГ к концу ОЭР. Так в длине тела составил 1,02 см (10,20 %); массе тела – 0,78 (40,0 %); ЧСС в покое – 1,35 (64,28 %); звуковой пробе - 1,15 (79,31 %); пробе Генча – 0,15 (14,28 %); ЖЕЛ – 0,27 (9,0 %); ЧСС после физической нагрузки – 1,40 (41,79 %); динамометрия правой кисти рук – 1,0 (5,0 %); динамометрия левой кисти рук – 0,35 (3,50 %); память – 0,65 (32,50 %); самооценка – 0,50 (60,0 %).

Дети, наиболее высокие показатели в ЧСС в покое – 68,28 %; звуковой пробе – 79,31 %; самооценке – 60,0%, наименее в динамометре правой кисте рук – 9,0 %.

Средняя величина объема ДА детей в режиме дня ДОО у детей 5-лет составило 12562 (локомоций), прирост – 738, у 6-летних –14310, прирост – 190.

Таким образом, доказана эффективность повышения ДА детей 5-6 лет, улучшении их психо-эмоционального состояния, ФР и ФП.

ВЫВОДЫ И ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Выполненная исследовательская работа по комплексному изучению повышения ДА у детей 5-6 лет с учетом сложившейся обстановки и предъявляемых требований позволила полностью реализовать поставленные в работе цели и задачи исследования и на их основе сформулировать важнейшие положения и выводы:

1. в теории и методике дошкольной физической культуры сформировалось представление об обязательности учета в работе с занимающимися детьми, их индивидуально-личностных особенностей, психофизического и эмоционального состояния, самочувствия детей, физического развития, физической подготовленности, функциональных возможностей и др.

Такое положение ориентирует на использование более эффективной педагогической технологии в ОВП с детьми.

К сожалению, в образовательно-воспитательной системе ДОО вопрос повышения самостоятельной ДА детей в режиме дня дошкольного учреждения и в семье, также проблемы подбора эффективных средств обучения и физического воспитания детей, соответствующих современным требованиям не имеет научно-педагогически обоснованного изучения, что, в свою очередь, стало основой для разработки педагогической модели (опытной системы) в решении данного вопроса.

Анализ изучаемой литературы по проблеме повышения двигательной активности детей 5-6 лет, также результаты практического применения различных спортивно-оздоровительных средств в образовательно-воспитательном процессе ДОО дали возможность выявить, что ДА у детей проявляется в самых разнообразных вариантах. В итоге педагоги-воспитатели не располагают необходимыми ЗУН по вопросам повышения детей ДА, такие практические задачи им приходится решать интуитивно, располагая своим собственным опытом.

Исследования, осуществленные другими специалистами, указывают на закономерную значимость изучения устоявшегося подхода в повышении моторной активности, поскольку не указывается психофизическое состояние, уровень проявления ДА, ФР, ФП и др. не позволяет оптимизировать ОВП с детьми.

2. В результате осуществления ОЭР с детьми установлено, что предъявляемый уровень ДА у детей 5-лет высокий уровень – 27,27 %; средний уровень – 27,22 %; слабый уровень – 25,45 %.

Аналогичные показатели выявлены и у детей 6-лет. Так высокий уровень проявления психофизических состояний установлены – 33,39 %; средний уровень – 50,67 %; слабый уровень – 16,0 %.

В ФП детей так же наблюдается прирост показателей. Так высокий прирост показателей между КГ и ОЭГ выявлены у детей 5-лет – 50,0 %; средний уровень – 25,0%; слабый уровень – 25,0 %.

У детей 6-лет эти показатели составили: 60,0 %; 20,0 %; 20,0 %.

Высокий прирост в ФП у детей 5-лет составил: 50,0 %; средний 50,0 %, а у детей 6-лет, высокий прирост составил 75,0 %; средний – 25,0 %.

Прирост величины объема ДА у детей 5 лет в режиме дня ДОО составил 11,97%, а у детей 6 лет – 15,41 %, что выше оптимальной черты.

3. Разработанная и предложенная нами педагогическая модель по повышению двигательной активности детей в образовательно-воспитательном процессе в режиме дня ДОО и в условиях семьи, включает:

- основную цель (создание соответствующего режима для ДА);
- задачи (решение спортивно-оздоровительных, образовательно-воспитательных проблем);
- принципы (создание концептуальных основ сознательности и активности, индивидуализации и дифференциации, систематичности и целостности, доступности и прочности);

- применяемые педагогические технологии (повышение активной двигательной деятельности детей и самостоятельной активности в ОВП в ДОО и в условиях семьи);

- организация ДА (утренняя гигиеническая гимнастика, физкультурные минутки, воздушные и солнечные ванны, пешие прогулки, массажи и т.д).

- самостоятельные занятия ДА под руководством старших, с учетом уровня состояния здоровья, ФР, ФП, психофизического состояния, уровня проявления подвижности;

- с учетом имеющихся в наличии учебно-методических пособий, раздаток, рекомендаций, необходимого спортивного оборудования, инвентаря, снаряжения и т.д.

4. Предложенная ПТ ОВП в режиме дня ДОО и самостоятельных занятий ДА оказали положительное влияние на психофизическое состояние ФП, величины объема ДА в достоверном улучшении тестовых показателей на уровне: $p < 0,05$; $p < 0,001$ (вес тела, масса тела, ЧСС в покое, звуковой пробе, пробе Генча, ЖЕЛ, ЧСС после физических нагрузок, динамометрии кистей правой и левой кисти руки, памяти, самооценке, количестве приседаний за 30 сек, беге на 10м., игре “Койчунун таягы”, наклоне вперед, величине объема локомоций).

Итак, была достигнута цель, решены задачи, поставленные перед ДОО с внедрением в распорядок дня ДОО системы образовательно-воспитательного содержания и организации ДА детей 5-6 лет в режиме дня ДОО и в семье, что способствовало улучшению психофизического состояния и сторон ДА детей ОЭГ.

При этом, полученные научно-педагогические материалы, по нашему мнению, полностью соответствуют ориентированности решаемых задач данной ОЭР, представляют научно-педагогическое значение, позволяют сформулировать ряд практических, важнейших рекомендаций для педагогов-воспитателей и других сотрудников ДОО.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Многосторонность осуществленных исследований, достаточно высокая научно-педагогическая ценность полученных материалов представляют предпосылки для сформулирования комплекса научно-практических рекомендаций. Не упуская из вида данное положение и сформулировавшееся научно-педагогическое представление о процессе повышения детей дошкольного возраста (5-6 лет) к двигательной активности, как достаточно трудоемкой, трудной постоянно усложняющимся в образовательно-воспитательном и развивающем процессе, нами приложены усилия, чтобы изложить сформированные научно-практические рекомендации согласно с устоявшейся в педагогической науке логикой ее образовательно-воспитательного содержания и практического обеспечения.

1. В целях улучшения психофизического состояния, ФР, ФП, величины объема ДА, следует систематически изучать, объективно анализировать и обобщать показатели, с учетом имеющихся в наличии соответствующих учебно-методических пособий, практических разработок, рекомендаций, необходимого спортивного оборудования, инвентаря, снаряжений и т.д. отражающие ПТ повышения ОВП в режиме дня ДОО и активной самостоятельной ДА детей, давать объективные оценки установленных показателей, позволяющие более конкретизировать методику решения возникших вопросов ОВП и самостоятельного характера.

Такие данные следует определять перед каждым очередным периодом ОВП, в ходе ОП и при подведении итогов работы.

Без такого приложения усилий добиться соответствующего влияния на психофизическое состояние, ФР, ФП и величины объема ДА детей представляется крайне трудным.

2. Путем достаточно глубокого осознания фактического уровня психофизического состояния ФР, ФП величины объема ДА детей и своеобразного их воздействия на повышение детей к ДА, целесообразно

использовать физкультурно-оздоровительные мероприятия, путем организации:

- ежедневных утренних гигиенических гимнастик;
- физкультурных минуток в форме ОРУ;
- прогулок (в утренние, вечерние часы с применением подвижных игр, с предметами передвижения, бросков, преодолением бугров, ям и т.д.);
- дополнительных занятий (утром, вечером);
- закаливающих процедур;
- массажа;
- упражнений на дыхание, осанку, культуру движений;
- ритмической гимнастики;
- танцев и танцевальных упражнения (“Кара жорго”).

Для гиперактивных детей целесообразно использовать игры и движения с высокой степенью интенсивности – в пределах до 70 % времени.

Для детей со средним уровнем проявления ДА следует больше использовать разученные ранее в ОВП.

Для детей со слабым уровнем проявления ДА следует использовать игры и движения с низкой интенсивностью.

Вышеперечисленные педагогические приемы и подходы к детям должны строиться с учетом уровня и типа подвижности проявляемых обостренных чувств к ДА.

3. Чтобы, такие предлагаемые усилия приводили к закономерным результатам и отличались содержательностью, следует разработать соответствующие модели ОВП для каждой отдельно взятой группы детей. Такие системы возможно дополнятся соответствующими двигательными заданиями и предъявляемыми требованиями, обеспечивающие индивидуализацию и дифференциацию ОВП с отдельными из них, что обеспечивает единство общего.

При разработке системы ОВП следует иметь в виду то, что психофизическое состояние, ФВ, ФП, совершаемые локомоции детьми

проявляются в их единстве (комплексе). Это обязывает разрабатывать систему с более четким указанием количественных и качественных показателей их ДА в ОВП и самостоятельной деятельности, с учетом своеобразий способностей. В этой связи, в режиме ДОО детей следует предусмотреть совместную физкультурно-образовательную работу ДОО и семьи.

Родителям необходимо ознакомиться с разнообразными формами работы по ФВ в ДОО, ФР, ФП, психофизическом состоянии, уровне проявления ДА и типе подвижности своих детей, средствами повышения детей к активной ДА в условиях ДОО и семьи.

В ходе экспериментального изыскания научно обоснованная система образовательно-воспитательного содержания в ОП в ДОО позволила выявить особенности организации активной двигательной деятельности детей 5-6 лет на занятиях физической культуры. Необходимо учитывать их возрастные специфические особенности для формирования и совершенствования двигательной активности, так как рационально подобранные спортивно-оздоровительные средства в ОВП эффективным образом воздействуют на активность детей. Целью данной разработки является улучшения психофизического состояния и ДА детей 5-6 лет в условиях ДОО и семьи.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдуллаев, М. Т. Улуттук оюндар: окуу куралы / М.Т. Абдуллаев, М.С. Кийзбаев, Ч. Акматов. -Б.: КМДТ ж СА 2011, – 362, б.
2. Абдырахманова, Д. О. Дене тарбия жана спорт биомеханикасы: окуу куралы / Д.О. Абдырахманова, К.Ч. Джанузакова. – Б.: КТМУ, 2012. – 179 б.
3. Авдеева, Т.Г. Введение в детскую медицину / Т.Г. Авдеева, М.: Издательская группа ГЭОТАФ – Медиа, 2009- С.28-39;77-103.
4. Агеева, Г.Ф. Стимулирование двигательной активности детей дошкольного возраста средствами физического воспитания: автореф. дис... канд. пед. науч:13.00.04/ Г.Ф. Авдеева – Набережные Челны,2013. -22 с.
5. Азимбаев, Ж. Занятие казахской национальной спортивной игрой “Тогуз кумалак” - фактор изучения образовательно- познавательных побуждений учащихся / Ж. Азимбаев //Актуальные научные исследование в современном мире. – Переяслав, 2021. - №6(74). - Часть 3. – 121-125 с.
6. Амосов, Н.М. Раздумья о здоровые / Н.М. Амосов. – М.: Физкультура и спорт, 1987. -67 с.
7. Анаркулов, Р.П. Физическая культура кочевников (на примере кыргызского этноса): учебное пособие / Р.П. Анаркулов. – Б.: 2020. - 467 с.
8. Анаркулов, Т.Н. Исследование влияние основных продуктов питание и микроэлементов на состояние иммунологической реактивности и здоровых людей / Т.Н. Анаркулов М.М. Арстанбеков //Формы и методы социальной работы в различных сферах жизнедеятельности: материалы V Межд. науч-практической конф., посвященной 25-летию социальной работы в России. - Улан-Удэ, 2015. – С. 90-31.
9. Анаркулов, Х.Ф. Экспериментальная программа физического воспитания тренирующих направленности для детей 5-7 лет / Х.Ф. Анаркулов, Н. Ерепбаев: материалы Международной научной конференции, посвященной 2200-летию Кыргызской государственности. – Б.: КГИФК, 2003. -С. 39-46.
10. Андриянова, Е.Ю. Спортивная медицина: учебное пособие для вузов / Е.Ю. Андриянова. – М.: ЮРАЙТ, 2020. – 235 с.

11. Антропова, А.П. Индивидуализация процесса осуществления здоровьесберегающей функции физического воспитания детей старшего дошкольного возраста. – Челябинск, 2001. – 21 с.
12. Апанасенко, Г.Л. Физическое развитие детей и подростков / Г.Л. Апанасенко. – Киев: Здоровье, 1985. – 80 с.
13. Аршавский, И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития: основы неэнтропийной теории онтогенеза / И.А. Аршавский. – М.: Наука, 1982. – 270 с.
14. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и каждого. В.К. Бальсевич. – М.: Физкультура и спорт. – 1988. – 208 с.
15. Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. – М.: Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с.
16. Бакураева, Т.П. Формирование целостного отношения старших дошкольников и занятий физической деятельности: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Т.П. Бакураева. – Омск, 2001. – 21 с.
17. Баранова, А.А. Физиология роста и развития детей и подростков: практическое руководство / А.А. Баранова, Л.Я. Шеллягина. – М.: ГЭОТАР. – Медиа, 2006. – 432 с.
18. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд; пер. с англ. – К.: Олимп. л-ра, 2009. – 528 с.
19. Безруких, М.М. Физиология развития ребенка: Теоретические и прикладные аспекты // М.М. Безруких, Д.А. Фарбер. – М.: Образование от А до Я. 2000. – 319 с.
20. Белкина, Н.В. Физическая культура как составляющая здоровьесберегающего образования в вузе / Н. В. Белкина // Физическая культура и спорт в современном обществе: материалы Всероссийской научной конференции. – Хабаровск: ДРГАФК, 2003. – С. 17-20.
21. Бервинова, Н.С. Школьная физическая культура: учебное пособие / Н.С. Бервинова, Н.И. Шарабакин. – Б.: КГАФК и С. -2012. – 292 с.

22. Берхина, С.И. Музыка и движение: управление, игры и пляски для детей 5-6 лет / С.И. Берхина, Т.П. Ломова, Б.Н. Соковина. – М.: Просвещение, 1983. -208 с.
23. Богина, Т.Л. Укреплять здоровье ослабленных и часто болеющих детей / Т.Л. Богина, Л.П. Усова // Дошкольное воспитание. – М., 1994. – №6. – С. 9. -12.
24. Богуславская, З.М. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста: книга для воспитателя детского сада / З.М. Богуславская, Е.О. Смирнова. – М.: Просвещение, 1991. -207 с.
25. Ботович, Л.И. Этапы формирования личности / Л.И. Ботович. – М.: 1978. –С. 131.
26. Боркошев, М.М. Особенности методики физического воспитания детей дошкольного возраста Юга Кыргызской Республики: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / М.М. Боркошев. – Ташкент, 2009. -24 с
27. Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активности / Н. А. Бернштейн. - М.: Медицина, 1990. -350 с.
28. Бултукова, А.В. Организация и содержание физического воспитания детей 4-6 лет в разновозрастных группах: автореф. дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.В. Бултукова. – Смоленск, 2007. -21 с.
29. Бутейко, К.П. Опыт внедрения в медицинскую практику / К.П. Бутейко. – М.: Патриот, 1990. -223 с.
30. Буцинская, П.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду / П.П. Буцинская. – М.: Просвещение, 1990. -176 с.
31. Васильева, Н.Н. Физическое воспитание дошкольника / Н.Н. Васильева, - Ярославль: Академия развития, 2001. -122 с.
32. Вергер, Л. А Психологическое развитие ребенка в процессе совместной деятельности /Л. А. Венгер // Вопросы психологии. – М. 2001. – №3. – С. 54-57.

33. Воротилкина, И.И. Организация двигательной активности дошкольников /И.И. Воротилкина // Дошкольное воспитание. – М. 1998. - №6. -С.4-38.

34. Воротилкина, И.И. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях: методическое пособие /И.И. Воротилкина – М: НЦЭНАС, – 2004. -144 с.

35. Гайдадина, И.И. Повышение уровня физической культуры детей 5-6 лет на основе интенсификации совместной с родителями физкультурно-спортивной деятельности: автореф. дис... канд. пед. наук.:13.00.04/ И.И. Гайдадина. - Краснодар,2010. -23 с.

36. Гендин, А.М. Работа детского сада по инновационной программе (по материалам социологического мониторинга) / А.М. Гендин, М.И. Сергеев- Красноярск: РИО КГПУ,2001. -С. 118.

37. Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин – М.: ВЛАДОС, 1999. -175 с.

38. Глазырина, Л.Д. Физическая культура дошкольникам. Средний возраст пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина. М.: ВЛАДОС, 2000. – 179 с.

39. Глазырина, Л.Д. Физическая культура дошкольникам: программа и программные требования / Л.Д. Глазырина. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 144 с.

40. Голубева, Г.Н Тестирование и стимулирование двигательной активности ребенка дошкольного возраста в процессе обучения (рекомендации, нормативы, результаты исследований) / Г.Н. Голубева – Набережные Челны: Изд-во КамПИ, 2000. -30 с

41. Голубева, Г.Н. Двигательная активность- основа психологического развития ребенка / Г.Н. Голубева, В.В. Сударь// Актуальные теоретические и практические аспекты восстановления и сохранения здоровья человека: сборник трудов Российской научно-практической конференции. – Тюмень,2002. – С. 51– 53

42. Голубева, Г.Н. Формирование двигательного режима ребенка (до 6 лет) средствами физического воспитания в основные периоды адаптации к условиям среды: дис... д-ра. пед. наук 13,00,04 / Г.Н. Голубева- М.,2008. -294 с.

43. Голубева, Г.Н. Педагогическая система формирования активного двигательного режима ребенка до 6-ти лет средствами физического воспитания (концепция, физкультурно-оздоровительные технологии). монография / Г.Н. Голубева. – Germany: (AP IAMBERT ACADEMIC Publishing GmbH Co.£ KG, 2012. – 155 с.

44. Голубева, Л.Г. Гимнастика и массаж для самых маленьких: книга для родителей / Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 1996. - 78 с.

45. Грядкина, Т.С. Педагогические условия оптимизации обучения детей 6-го года жизни основным движениями в детском саду (прыжки, летание, лазание): автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Т.С. Грядкина, - Ростов-на-Дону,1991. -19 с.

46. Гужаловский, А.А. Проблема “критических” периодов онтогенеза в ее значения для теории и практика физического воспитание / А. А. Гужаловский // Физическая культура и спорт. – 1989. – №6. – С. 12– 14.

47. Гуляйкин, В.А. Методика физической подготовки дошкольного возраста / В.А. Гуляйкин, А. И. Кравчук. - Омск,1986. – 25с.

48. Гурьев, С.В. Современные информационные технологии в процессе физического воспитание детей старшего дошкольного возраста / С.В. Гурьев // Теория и практика физического воспитание. – М. 2006. – №5. – С. 56– 58.

49. Гуськов, С.И. О физическом воспитании дошкольников в зарубежных странах / С.И. Гуськов, Е. И. Дегтярова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, – М. – 1996 – №3. – С. 43– 49.

50. Дворкина, Н.И. Сопряжённое развитие физических качеств и психических процессов у детей 3-6 лет: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.И. Дворкина. – Краснодар, 2012. – 24 с.

51. Демишева, Г.У. Формирование основ здоровьесберегающие компетентности у детей старшего дошкольного возраста: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.01 / Г.У. Демишева. – Бишкек, 2022. -170 с.

52. Детские народные подвижные игры: книга для воспитателей детского сада и родителей: составители А.В. Кенеман, Т.И. Осокина, 2-ое издание. – М.: ВЛАДОС, 1995. -224 с.

53. Джакипов, А.Ж. Кыргыз эл кыймылдуу оюндарын дене тарбия сабактарына колдонуу жолдору жана шарттары: автореферат. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.Ж. Джакипов. – Бишкек, 2020. – 177 б.

54. Джанузаков, К.Ч. Илимий изилдөөнүн негиздери жана спортоо колдонулуучу методдоруу: окуу куралы / К.Ч. Джанузаков. – Бишкек: КМТУ, 2014-328 б.

55. Ерепбаев, Н.К. Повышение эффективности физического воспитания детей 5-7 лет: дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.К. Ерепбаев . – Алматы, 2009-135 с.

56. Ерменова, Б.О. Казахские народные подвижные игры как средство повышения двигательной активности учащихся 5-6 классов: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Б.О. Ерменова. – Бишкек, 2019. -177 с.

57. Ерофеева, Н.В. Индивидуализация как направление модернизациями дошкольного физического воспитания / Н.В. Ерофеева // Теория и практика физической культуры. – 2007. - №7. – С. 97– 99.

58. Ерофеева, Н.В. Современные образовательные программы для дошкольных учреждений / Н.В. Ерофеева. – М.,2020. – 112 с.

59. Закон Кыргызской Республики “Об образовании” статья 15. Дошкольное образование. – Бишкек, 2003.

60. Закон Кыргызской Республики “О физической культуре и спорта” - Бишкек, 2003.

61. Закон Кыргызской Республики “О национальных видах спорта”. – Бишкек, 2003.

62. Закон Кыргызской Республики “О дошкольном воспитании”. – Бишкек, 2013.

63. Запорожец, А.В. Главные направления научных исследований в области педагогики и психологии дошкольного детства / А.В. Запорожец // Общественное дошкольное воспитание и современном этапе. – М., 1981. -С. 47-55.

64. Зимонина, В.Н. Воспитание ребенка – дошкольника / В.Н. Зимонина. – М., ВЛАДОС, 2003. – 304 с.

65. Змановский, Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях / Ю.Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. – М., 1993– №9. – С. 23 – 25.

66. Змановский, Ю.Ф. Авторская программа «Здоровый дошкольник» / Ю.Ф. Змановский // Обруч. – М.,1996. – №3. – С. 4 – 5

67. Иванов, В.А. Методика комплексного развития основных двигательных качеств детей в 3-7 лет в режиме дошкольных учреждений / В.А. Иванов. – Красноярск, 1997 – 58 с.

68. Ивасева, О.В. Дифференцированная физическая подготовка детей 4-6 лет: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.В. Ивасева – Краснодар, 2006. – 23 с.

69. Исламова, Н.М. Онтогенетические особенности растущего организма: учебное пособие / Н.М. Исламова, Н.И. Киамова, Т.Г. Кириллова. – Набережные Челны: Кам ГАФКСиТ, 2009. - 68 с.

70. Казановцева, Т.О. О программе учебной дисциплины Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / Т.О. Казановцева // Дошкольное воспитание. – М., 1996. - №5. – С. 97-99.

71. Капиллович, Л.В. Физиология человека: спорт: учебное пособие / Л.В. Капиллович. – М.: Юрайт, 2021. - 141 с.

72. Касаткина, Г.М. Влияние физических упражнений разной направленности на разные движения о психики детей 3-7 лет: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г.М. Касаткина. – М., 2004. – 24 с.

73. Касмалиева, А.С. Дене тарбия сабагын пландоо жана окутуу ыкмалары: окуу куралы / А.С. Касмалиева, М. К. Саралаев, Д.О. Абдырахманова. – Бишкек, 2022. – 151 б.

74. Качество дошкольного образования и основанные тенденции его изменения // Вестник образования. – М., 1996. -№6. – С.45—70.

75. Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учебник для студентов педагогических институтов / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. – М.: Просвещение, 1985. -270 с.

76. Коган, О.Н. Эффективность физкультурных занятий игровой направленности в специализированном дошкольном образовательном учреждении: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.Н. Коган. – Челябинск, 2000 – 22 с.

77. Кожухова, Н.Н. Некоторые аспекты физического воспитания дошкольников // Н.Н. Кожухова // Дошкольное воспитание. – М.: 2000. - №3. – С. 52-54.

78. Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учебное пособие / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Самодурова. – М.: Академия, 2002. – 320 с.

79. Козлова, С.А. Дошкольная педагогика / С.А. Козлова, Т.А. Куликова. – М.: Академия, 2001. – С. 95-102.

80. Козлов, И.М. Проблемы физического воспитания дошкольников / И.М. Козлов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировки. – М.: 1996. - №2. – С. 11-12.

81. Коломийцева, Н.С. Методика физкультурно-оздоровительной работы с детьми 3-7 лет на основе оценки и коррекции физического состояния в условиях дошкольного образовательного учреждения: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.С. Коломийцева. – Майкоп, 2005. -22 с.

82. Котелевская, Н.Б. Дифференцированная методика физического воспитания дошкольников с учетом закономерностей возрастной эволюции: автореф. дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.Б. Котелевская. – М., 2000. -21с.

83. Кравчук, А.И. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста (научно-методические и организованные основы гармоничного дошкольного комплексного физического воспитания) А.И. Кравчук. – Новосибирск: Изд-во НГПУ, 1998. – 238 с.

84. Кравчук, А.И. Научно-методические и организационные основы дошкольного комплексного физического воспитания: дис... канд. пед. наук в форме научного доклада / А.И. Кравчук. – Омск, 1999. – 68 с.

85. Кравчук, А.И. Комплексное физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста (состояние и перспектива / А.И. Кравчук // Физическое “культура”: воспитание, образование, тренировка. – М., 2007. – №4. – С. 26– 31.

86. Кравчук, А.И. Методика воспитания комплекса основанных двигательных качеств у детей дошкольного возраста: методические рекомендации / А.И. Кравчук, В.А. Гуляйкин, - Омск, 2015. – 36 с.

87. Кудрявцев, В.Т. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): программно-методическое пособие / В.Т. Кудрявцев. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000. – 296 с.

88. Кузнецова, М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях / М.Н. Кузнецова. – М., 2012. – 64 с.

89. Куранов, Б.А. Динамика физического развития двигательной активности и двигательной работоспособности детей дошкольного возраста под влиянием профилактической витаминизации (регион Заполярья): автореф. дис... канд. пед. наук / Б.А. Куранов. – Малаховка, 2001. – 23 с.

90. Кучма, В.Р. Физическое развитие, состояние здоровья и школьная зрелость детей 6- летнего возраста / В.Р. Кучма, Т.Ю. Вешневская, Л.Г. Платонова // Гигиена и санитария. – М., 1996. – №3. – С. 27– 29.

91. Лазарев, М.Л. Здравствуй! Программа формирование здоровья детей дошкольного возраста: руководство для воспитателей дошкольного образовательных учреждений: в 3-х ч. / М.Л. Лазарев. – М: АКАДЕМИЯ ЗДОРОВЬЯ, 1997. – Ч. 1. – 376 с.

92. Лазарев, М.Л. Здравствуй! Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных образовательных учреждений / М.Л. Лазарев, -М.: Мнемозина, 2004. -248 с.
93. Лесгафт, П.Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста / П.Ф. Лесгафт, - М: Физкультура и спорт, 1952. – Ч.II. – С 96.
94. Лиджиева, Г.А. Содержание и организация процесса освоение детьми 3-6 лет интеллектуальных ценностей физической культуры: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г.А. Лиджиева. – Краснодар, 2005. -24 с.
95. Логвина, Т.Ю. Оптимизация двигательных активности дошкольников в зависимости от возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук 13.00.04 / Т.Ю. Логвина – Минск, 1984. -24 с.
96. Луури, Ю.Ф. Физическое воспитание детей дошкольного возраста / Ю.Ф. Луури. – М,1991. -115 с.
97. Макаренко, А.С. Полн. собр. соч. / А.С. Макаренко – М, 1951. – Т.4. – С.349.
98. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культура: учебник в 2-х томах/ Л.П. Матвеев, А.Д. Новиков. – М: Физкультура и спорт, 1976. – Т.1 – С.12-17
99. Маханеева, М.Н. Новые подходы к организации физического воспитания / М.Н. Маханеева, // Дошкольное воспитания. – М. 1993. – №2. – С.12-17.
100. Меерсон, Ф.З. Адаптация, стресс и профилактика / Ф.З. Меерсон, - М: Наука, 1981. – 278 с.
101. Меняйлова, И.Н. Двигательное и психологическое развитие детей ясельного возраста средствами физического воспитания на основе взаимодействия семьи и дошкольного образовательного учреждения: автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.Н. Меняйлова. – Краснодар, 2009. – 22с.

102. Минаева, В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры: Пособие для педагогических работников дошкол. учреждений / В.М. Минаева. – М.: АРКТИ, 1999. – 48 с.
103. Минникаева, Н.В. Игровая деятельность в двигательные физические культуры личности: автореф. дис. ... канд. пед. наук 13.00.01 / Н.В. Минникаева. – Омск, 2009. – 23 с.
104. Моргун, И.Н. Физкультурное образование детей 5-6 лет на основе взаимодействия семьи и педагогов дошкольных образовательных учреждений: автореф. дис. ... канд. пед. наук 13.00.04 / И.Н. Моргун - Краснодар, 2001. – 23 с.
105. Моченов, В.П. Социально- педагогические аспекты использования нетрадиционных форм и средств физической культуры в проведении физкультурно-оздоровительной работы: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.П. Моченов – М., 1994. -134 с.
106. Набокова, Ш.К. Влияние подвижных игр на некоторые психофизиологические особенности детей шестилетнего возраста / Ш.К. Набокова // Теория и практика физической культуры. – М., 1996. – С. 54-55.
107. Начинская, С.В. Методика выявления первопричин, формирующих мнение респондентов: учебное пособие / С.В. Начинская, О.Н. Степанова, А.В. Портнев. – Малаховка: МГАФК, 1999. -37 с.
108. Нестерова, З.И. Педагогический контроль над физическим воспитанием в дошкольных учреждениях: рекомендации в помощь заведующим и воспитателям – методистом / З.И. Нестерова. – Шадринск, 2008. – 23 с.
109. Нестеров, В.А. Двигательная деятельность и физическое состояние детей и подростков / В.А. Нестеров. – Хабаровск: Изд-во ДРГАФК, 2001. – 81 с.
110. Никуличева, И.В. Разработка комплекса общеразвивающих учреждений для детей 4-6 лет / И.В. Никуличева: сборник науч. тр. молодых ученых. – Смоленск, 1999. – С.82.

111. Ноткина, Н.А. Воспитание физических качеств (старший дошкольный возраст) Н. А. Ноткина // Дошкольное воспитание. – М., 1980. - №12. – С. 38.
112. Осокина, Т.И. Игры и развлечения детей на воздухе / Т.И. Осокина – М.: Просвещение, 1983. -215 с.
113. Осокина, Т.И. Физкультура в детском саду / Т.И. Осокина – М.: Просвещение, 1978. -287 с.
114. Понкратьев, Е.И. Педагогические проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста / Е.И. Понкратьев // Теория и практика физической культуры. – М., 1990. - №11. – С. 13-15.
115. Патрикеев, А.Ю. Формирование основных двигательных навыков у детей 5-6 лет в условиях детского сада: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.Ю. Патрикеев. – Малаховка, 2017. – 23 с.
116. Пензуллаева, Л.И. Физкультурное занятие с детьми 5-6 лет / Л.И. Пензуллаева. – М.: Просвещение, 1988. -145 с.
117. Петрунина, Н.В. Средства оздоровительной физической культуры для коррекции психофизического состояния детей дошкольного возраста с задержкой психологического развития: автореф. дис... канд. пед. наук 13.00.04 / Н.В. Петрунина. – Набережные Челны, 2010. – 21 с.
118. Пимонова, Е.А. Содержание и методика физического воспитания детей 5-7 лет: автореф. дис... канд. пед. наук / Е.А. Пимонова. - М.,1999. – 23 с.
119. Позднякова Г.П. Двигательная активность как условие и развития субъективности детей дошкольного возраста: автореф. дис...канд. пед. наук/ Г.П. Позднякова. – М., 2006. – 24 с.
120. Полякова, Е.А. Содержание и методика физического воспитание детей 5-7 лет: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Е.А. Полякова. – М., 1999. – 21 с.
121. Программа обучения и воспитания в детском саду: под редакцией Р.А. Курбановой, Н.Н. Поддьякова. – Фрунзе: Мектеп, 1989. – 768 с.

122. Попованова, Н.В. К вопросу развития двигательной активности детей дошкольного возраста / Н.В. Попованова, В.М. Кравченко // Теория и практика физической культуры. - М., 2007. – №7. -С.56– 59.
123. Правдов, М.А. Интеграция двигательной и познавательной деятельности детей на физкультурных занятиях в ДОУ: автореф. дис... докт. пед. наук.13.00.01/ М.А. Правдов – СПб;2004. – 488 с.
124. Развитие познавательных способностей в процессе дошкольного воспитания: под редакцией Л. А. Венгера. – М., 1986. – 224 с.
125. Рубинштейн, С.Л. Общие основы психологии / С.Л. Рубинштейн, СПб: Питер,2004. -713 с.
126. Ругина, А.А. Методика развития физических качеств и формирование основных движений у детей 3-6 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.04. / А.А. Ругина, - М.,1999. – 21 с.
127. Рунова, М.А. Дошкольное учреждение: оптимизация режима двигательной активности / М.А. Рунова // Дошкольное воспитание. - М., 1998. - №3. – С. 81– 86.
128. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педагогических вузов и колледжей // М.А. Рунова. - М: Мозаика-Синтез, 2004.- 256 с.
129. Рябинин, С.П. Особенности методики использования гимнастики хатха- йога в физическом воспитании дошкольников: автореф. дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.04. / С.П. Рябинин. – М., 2005. -24 с.
130. Сабралиева, Т.М. Физиология спорта: курс лекции/ Т.М. Сабралиева, - Бишкек: КГАФК, 2017. - 143 с.
131. Сабралиева, Т.М. Жалпы физиология: окуу китеп: Т.М. Сабралиева, К.Ч. Джанузаков, Д.О. Абдырахманова, А.К. Казакбаева. – Бишкек: КТМУ, 2016. – 208 с.

132. Савич, А.Б. О механизмах повышения физической работоспособности человека путем специальной дыхательной тренировки: автореф. дис. ... канд. биолог. наук.: 03.00.13. / А.Б. Савич. - Л, 1990. -21с.
133. Селье, Г. Очерки об адаптационном синдроме, перевод с английского. – М.: Медгиз, 1960. – 254 с.
134. Семенова, Л.М. Подвижные игры и развлечение дошкольников / Л.М. Семенова. - М.: Просвещение, 1986. - 46 с.
135. Сеченов. И.М. Элементы мысли: избранное произведения / И.М. Сеченов. – М. АН СССР, 1952– Т.1. – С. 323– 324.
136. Сиваков, В.И. Методика воспитания физических качеств у старших дошкольников в физкультурно-спортивной деятельности: учебное пособие/ В.И. Сиваков, Д.В. Сиваков. – Челябинск: ЧПУ, 2015– 108 с.
137. Синяков, А.Ф. Гимнастика дыхание / А.Ф. Синяков // Новое в жизни, науке, технике. – М., 1991. – №1. – С.-92.
138. Степаненкова, Э.Я. Подвижные игры как средство гармоничного развития дошкольников / Э.Я. Степаненкова // Дошкольное воспитание. – М., 1995. – №12. – С..23– 25.
140. Страковская, В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет / В.Л. Страковская. – М.: Новая школа, 1994. -288 с.
141. Сударь, В.В. Обоснование методики физического воспитание детей при адаптации к условиям дошкольного общеобразовательного учреждения: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.В. Сударь. – Малаховка, 2004. – 22 с.
142. Сухарев, А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков / А.Г. Сухарев. – М.: Медицина, 1991. – 272 с.
143. Сякина, Г.Е. Двигательная активность как фактор формирования познавательных способностей студентов: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г.Е. Сякина. – Бранск, 2005. – 21 с.
144. Теория и практика физической культуры: учебное пособие: под редакцией Н.И. Шарабакина, К.У. Мамбеталиева. – Бишкек: Шам, 1997. -237 с.

145. Типовая программа воспитания, обучения и развития ребенка – дошкольника: составили: Л.В. Усенко, К.С. Сейдакулова. - Бишкек: КАО, 2017. -216 с.
146. Узакбаев, И.С. Кыргызские народные танцы как средство физического воспитания учащихся общеобразовательных школ: автореферат. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.С. Узакбаев. – Ташкент, 2004. -22 с.
147. Уметов, Т.Э. Педагогические условия использования: кыргызских народных подвижных игр в дошкольных учреждениях: автореферат. дис. канд. пед. наук: 13.00.01 / Т.Э. Уметов – Бишкек, 1995. -19 с.
148. Умурбекова, Т.А. Фольклор о физическом воспитании дошкольников: методическое пособие / Т.А. Умурбекова. – Ош: Ош ГУ, 2010. - 60 с.
149. Усенов, Л.В. Обогащение игрового опыта детей третьего года жизни посредством занятий: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л.В. Усенов. – 1993. -21 с.
150. Ухтомский, А.А. Доминанты как рабочий принцип нервных центров / А.А. Ухтомский // Соб. соч. – Л: ЛГУ, 1950. – С. 163– 172.
151. Фараджева, Н.А. Обоснование эффективности физкультурно-оздоровительных занятий с детьми 5-7 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.04. / Н.А Фараджева. – Улан-Удэ, 2004. – 21 с.
152. Фомин, А.А. Физиологические особенности двигательной активности / А.А. Фомин, Ю.И. Вавилова. – М.: Физкультура и спорт, 1991. - 230 с.
153. Физическая подготовка детей 5-6лет к занятиям в школе: под редакцией А.А. Кенеман, М.Ю. Кистяковой, Т.И. Осокиной, - М.: Просвещение, 1980. -144 с.
154. Физическое воспитание детей дошкольного возраста книга для воспитания. – М.: Просвещение, 1991-63 с.
155. Филимонова, О.С. Организация и содержание физического воспитание детей старшего дошкольного возраста с различным состоянием

опорно-двигательного аппарата по основе средств фитнеса: автореф. дис. ... канд. ед. науч.: 13.00.04 / О.С. Филимонова. - Краснодар, 2008. -23 с.

156. Фролов, В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке: пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986. – С. 5—8.

157. Худолеева, О.В. Нетрадиционные формы и методы оздоровления учащихся/ О.В. Худолеева // Физическая культура в школе. – М, 1993. – №6. – С. 15– 19.

158. Хухлаева, Д.А. Методика физического воспитание в дошкольных учреждениях: учебное пособие / Д.Д. Хухлаева. - М: Просвещение,1994. – 208 с.

159. Чернышенко, Ю.К. Научно-педагогическое основание инновационных направлений в системе физического воспитания детей дошкольного возраста: автореф. дис. ... канд. пед. науч.: 13.00.04. / Ю.К. Чернышенко. - Краснодар, 1998. – 48 с.

160. Чинкин, А.С. Двигательная активность и сердце / А.С. Чинкин. - Казань: КГУ, 1995. -192 с.

161. Чистякова, М.Л. Психогимнастика / М.Л. Чистякова. - ВЛАДОС, 1995. – 144 с.

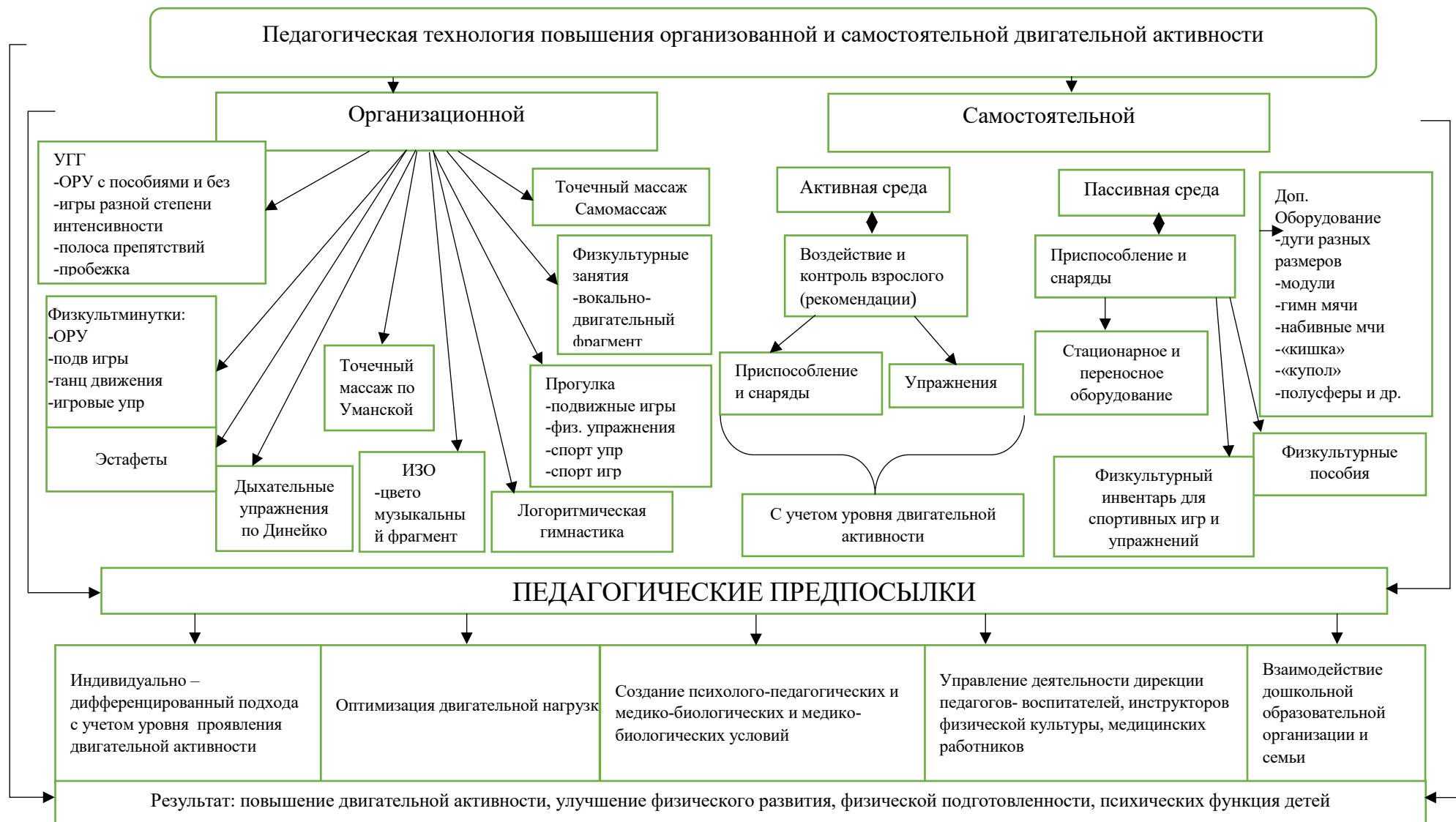
162. Шамканова, Г.Ж. Мектепке чейинки балдардын кеп маданиятын дене тарбия көнүгүүлөрү аркылуу өстүрүүнүн педагогикалык шарттары (3-5 жаштын мисалында): педагогика илимдерин изденип алуу үчүн жазылган диссертациянын авторефераты: 13.00.04 / Г.Ж. Шамканова. – Б., 2019. -24 б.

163. Шарманова, С.Б. Особенности использования ритмической гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / С.Б. Шарманова. – М.: 1995. - 22 с.

164. Шарманова, С.Б. Комплексная оценка и методическое состояния детей дошкольного возраста как фактор повышения эффективности физического воспитания / С.Б. Шарманова, А.И. Федоров // Физическое воспитание детей дошкольного возраста: материалы региональной научно-практической конференции. – Челябинск: Урал ГАФК, 1999. – С. 26– 29.

165. Шебеко, Р.Н. Физическое воспитание дошкольников / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, Р.А. Шашкина, - М.: Академия, 1999. – 160 с.
166. Шмони́на, В. Творческие подвижные игры В. Шмони́на // Дошкольное воспитание. – М., -1991. – №8. – С.23– 27.
167. Шустова, А.И. Физическое воспитание детей дошкольного возраста / А.И. Шустова. – М.: Просвещение, 1988. – 201 с.
168. Эйнон, Д. Творческая игра: от рождения до 10 лет: пер. англ. / Д. Эйнон. -М.: Педагогика-Пресс,1995. -192 с.
169. Юрко, Г.П. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста / Г.П. Юрко, В.П. Спирина, Р.Г. Сорочек, З.С. Уварова. -М.: Медицина,1978. – С. – 22– 25.
170. Янкелевич, Е.И. Физическое воспитание детей от 0 до 7 лет / (физическая культура и здоровье) / Е.И. Янкелевич. – М.: Физическая культура и спорт, – 1999. – 206 с.
171. American college testing program. Research and development. Technical report ACT assessment program. The assessment student in the way to college.-Joma city, Jewa, 2013.-402p.
172. Andoronescu, F. Children anatomy/ F. Andronescu. - Bucuresti: Ed. Medicala, 2010.-280p.
173. Blair, S.N. Resource manual for guidelines for exercise and prescription/ Amer. College of sports medicine / S.N. Blair. - Philadelphia: Lea & Febiger, 2018.-CXX.-436p.
174. Coleman, M. Play, games and sport: their use and misuse. A. Development perspective / M. Coleman, P. Skeen// Childhood Education.-2015.- V.61.№3.-P.192-198.
175. Elkind, D. Children and adolescent /Elkind. - New York: Oxford University Press, 2011.-184p.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1



Модель содержания и организации активной двигательной деятельности детей 5-6 лет в дошкольной образовательной организации и в семье

Цель: создание наилучших условий для активной двигательной деятельности детей

