

Сборник подготовлен методическим кабинетом ФГОУ СПО «Борисоглебский сельскохозяйственный техникум» на основе электронных копий материалов, представленных разработчиками.

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НАЦИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ ЧУКОТКИ

Слюсарева Е.В.

В программе «Физическое воспитание детей 5-6 лет с использованием национальной культуры Чукотки» предлагается технология физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, разработанная на основе подвижных игр, национальных танцев и состязаний народов Севера сопряженным с обучением основным движениям по «Программе воспитания и обучения детей в детском саду» (Под ред. М.А. Васильевой, 2006). Подвижные игры и состязания дифференцированы по преимущественному развитию основных физических качеств (быстроты, силы, ловкости и выносливости), национальные танцы на развитие гибкости и пластичности.

Физическое воспитание в дошкольном

учреждении — это процесс, протекающий по закономерностям деятельности, обеспечивающей упорядоченное формирование и совершенствование двигательных умений и навыков наряду с оптимизацией развития физических качеств человека, совокупность которых в последствии складывается двигательная деятельность взрослого человека (Леви-Гориневская Е.Г., 1949; Логвинова Т.Ю., 1990; Новохатько В.Н., 1990; Колесникова Н.Н., 1999).

Учебный материал программы разрабатывался конкретно с учетом климато-географических условий, а также традиций и особенностей национальной культуры, включающая в себя ту часть содержания образования, в которой отражено национальное и региональное своеобразие культуры — родной язык и литература, история и география региона, искусство, природа, физическая культура Чукотки.

Применение занятий, основанных на традиционных подвижных играх в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста, обеспечивает оптимальный уровень нагрузки при условиях:

- адекватности применяемых тренировочных воздействий возрастным особенностям детей и их физическому состоянию;
- применения национальных подвижных игр, состязаний и танцев сопряженным с обучением основным движениям;
- максимального приближения занятий по физической культуре к игровой деятельности.

Образовательные	Воспитательные	Оздоровительные
Формирование важных двигательных умений и навыков с учетом специфики, национально-этническими особенностями региона; развитие двигательных способностей и накопление опыта; теоретических сведений о национальных видах спорта, народных играх, танцах, традиций народов Севера.	Воспитание физических, нравственных, интернациональных, художественных качеств, приобщая детей к материальным и духовным ценностям народов Севера; воспитание силы, воли, выдержки; эстетических и духовных потребностей.	Укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и содействие нормальному физическому развитию, а также повышению работоспособности дошкольников.

Основная цель интегрированных занятий заключается в повышении двигательной подготовленности и состояния детей старшего дошкольного возраста средствами физического воспитания.

На основании цели оздоровительного направления необходимо решение следующих задач:

1. Формировать правильное отношение детей к физкультурным занятиям, мероприятиям. Широкое использование естественных факторов природы, хороший гигиенический уход, четко организованный режим дня; наличие благоприятных условий для разнообразной двигательной деятельности.
2. Формировать на доступном уровне не-

обходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры.

3. Формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья. Реализация этой задачи основана прежде всего на знании особенностей высшей нервной деятельности ребенка, других его физиологических особенностей, в частности нервно-мышечного аппарата,

а также индивидуальных проявлений в развитии детей. Знание этих факторов позволяет выделить основной принцип подбора и назначения упражнений, определить соответствующие целевые установки.

В соответствии с установленными задачами в программе, определены **требования к содержанию занятий физической культурой** старших дошкольников.

Содержание программы	Интеграция ценностей физической культуры и игр, состязаний и танцевальной культуры народностей Чукотки.
Направленность занятий	Повышение познавательных процессов в физической подготовленности, физического развития и состояния здоровья детей, проживающих на территории Чукотского Автономного округа.
Основные средства	Игры, состязания и танцевальная культура народов Севера.
Учебная работа: занятия по физической культуре	Старшая группа — 3 раза в неделю, в том числе 2 раза во время, отведенное для занятий, 1 раз в часы прогулки, продолжительностью 30-35 минут.
	Подготовительная группа — 3 раза в неделю, в том числе 2 раза во время, отведенное для занятий, 1 раз в часы прогулки, продолжительностью 35-40 минут.
Формы проведения занятий	Стабильный комплекс
	Импровизация
Методы организации занимающихся	Групповой
	Индивидуальный
Моторная плотность занятий	60-70% при разучивании
	70-80% в тренировочный период
Интенсивность физической нагрузки	Частота сердечных сокращений 140-150 уд/мин
Активный отдых: физкультурный	1-2 раза в месяц 30-45 минут
Активный отдых: -Физкультурный праздник	Не менее 4-х раз в год — до 60 минут

Проживая в экстремальных условиях, народы Крайнего севера научились использовать суровую природу (воздух, солнце, вода, снег) как естественные факторы закаливания. По мнению исследователей с каждым годом нарастает негативное влияние «безжизненного» процесса на физическое воспитание детей дошкольного возраста народов Севера.

Для коррекции физического воспитания дошкольников необходимо приблизить детей к

той культурной и педагогической среде, которая бы отражала все потребности северянина, проживающего в данной экстремальной климато-географической зоне. При этом необходимо учитывать традиции материальной и духовной культуры народов Севера, уклад жизни, промыслы, климат, а также традиционные средства физического воспитания.