# Психолого-педагогические основы формирования интереса к занятиям физической культуры в дошкольном возрасте

**Абарина Е.Н.,** воспитатель IKK
МКДОУ БГО Детского сада № 12
общеразвивающего вида

Физическая культура. Что это такое и зачем она нужна дошкольникам? Математика – понятно, зачем она нужна. Рисование, развитие речи и другие предметы – это нужные знания. А какие знания дает физкультура? Бегать и так можно, не учась этому. И зачем нужен этот предмет и без того перегруженной программе обучения наших детей?

Оказывается, не менее необходимы человеку культура тела, культура питания, культура движений, культура поведения, составляющая в целом культуру здоровья. И чтобы быть здоровым во взрослой жизни, познавать культуру здоровья надо с самого раннего детства, а физическая культура - главный фактор становления и сохранения здоровья.

На сегодняшний день оздоровление становится одной из главных социальных проблем. Исследования свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы.

Для меня проблема расширения двигательного режима детей, формирование их положительной мотивации к занятиям физической культурой и внедрение здоровьесберегающих технологий особенно актуальны, так как детский сад посещают дети с различными группами здоровья, двигательной активности.

Поэтому одним из направлений нашей педагогической деятельности является формирование у детей здорового образа жизни (ЗОЖ). С этой целью в ДОУ разработана система физкультурно-оздоровительных мероприятий, составной частью которой является программа обучения старших дошкольников ЗОЖ.

Поскольку центральная часть проблемы здоровья – познание себя, значит, дети должны иметь элементарные представления о строении собственного тела; функциях и назначениях внутренних органов и систем организма; о том, что вредно или полезно для организма; как защищать свой организм от микробов; избегать опасных ситуаций и мест.

Важным фактором успешности занятий является эмоциональная заинтересованность детей. Организуя занятия с детьми, я выделила несколько компонентов успешности занятий, формирования положительной мотивации у детей к занятиям физической культурой:

1. Игровые приемы. Игра – это сама жизнь ребёнка, кроме того универсальная форма двигательной активности. Используя ведущий для ребёнка – игровой вид деятельности, можно научить его заботиться о своем здоровье, интересно, весело, не навязчиво.

2. Сказкотерапии. Все дети любят сказки. Предлагаю им закончить валеологическую сказку или оживить её, где дети становятся главными героями.

3. Наглядность. Это могут быть карты - схемы, символы, анатомические атласы, но лучше использовать адаптированные иллюстрации из детских энциклопедий и т.д.

4. Личность педагога. Тоже может стать мотивом к посещению занятий. Если педагог способен эмоционально раскрепостить ребёнка, поощряет его успехи – то ребенок доверяет, стремится к положительным отношениям.

5. Проблемные вопросы и проблемные ситуации. Все дети очень любопытны, задают много вопросов. Их познавательный интерес можно использовать, заявив им, что вы не знаете сами ответ на данный вопрос и предлагаете вместе найти правильный ответ.

6. Участие родителей в открытых мероприятиях. Многим дошкольникам нравится брать на себя роль взрослых, да и просто поиграть вместе с родителями. Такие, игры вносят позитивный эмоциональный заряд. Кроме того, увлечённость родителей физкультурой, спортом становится образцом для подражания.

Особенно важным для формирования у дошкольников ЗОЖ является отношение родителей к физическому воспитанию в семье.

Стали традицией в ДОУ совместные праздники, открытые занятия, Дни открытых дверей с непосредственным участием детей и их родителей. Подобные занятия способствуют физкультурной и валеологической грамотности родителей. На стендах в ДОУ в холе, в группах размешена наглядная информация по интересующим родителей вопросам. Консультации подготавливают специалисты детского сада. А родители с детьми готовят поделки, рисунки, фотовыставки, на различные темы, касающиеся ЗОЖ.

Работа с детьми показала, что они впитывают и запоминают всё лучше взрослых, при условии сохранного интеллекта. И могут переносить полученные знания в различной двигательной деятельности.

Список используемой литературы

1. Асеев В.Г.Мотивация поведения и формирования личности. - М.: Мысль, 1976.

2. Ермолаева М.В. Проблема удовлетворенности от работы в исследованиях зарубежных психологов //Новые исследования в психологии. – М: Педагогика, 1980. -№2

3. Ильин Е.П. Удовлетворенность деятельностью как социально-психологический феномен //Психофизическое изучение учебной и спортивной деятельности. –Л.: ЛГПИ, 1985

4. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: Учеб. Пособие для студентов пед. ин-тов по спец.№2114 «Физическое воспитание». –М.: Просвещение, 1987.

5. Кузьмина Н.В. Методы исследования педагогической деятельности. –Л.:ЛГУ, 1970.

6. Махнева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских учреждений. –М.: АРКТИ, 1997.