

**В. А. Горовой**, канд. пед. наук, **С. М. Блоцкий**, канд. пед. наук  
УО «Мозырский государственный педагогический университет имени  
И. П. Шамякина», г. Мозырь, Республика Беларусь

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СЮЖЕТНЫХ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

Одним из важнейших компонентов всестороннего развития подрастающего человека является его физическое развитие. В первые же годы жизни физическое воспитание является основой развития ребенка. В детстве закладывается фундамент здоровья, и формируются важные черты личности. Успех в любой деятельности во многом определяется физическим состоянием ребенка.

В то же время анализ многочисленных литературных источников свидетельствует о недостаточной эффективности процесса физического воспитания в дошкольных учреждениях, что подтверждается рядом фактов. В последнее время состояние здоровья дошкольников ухудшилось: снизилось количество абсолютно здоровых и увеличилось число детей, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья и хронические заболевания. Вызывает тревогу то, что к моменту поступления в школу отмечается тенденция роста хронической заболеваемости у детей.

Одной из форм занятий по физическому воспитанию, делающей их интересными, развивающими, воспитывающими и обучающими, являются сюжетные занятия. Сюжетное занятие – одна из организационных форм проведения занятий по физической культуре, способствующая воспитанию интереса детей дошкольного и младшего школьного возраста к процессу выполнения физических упражнений.

В отличие от занятий, проводимых по традиционной форме, все средства физического воспитания, используемые в сюжетном занятии, подчинены определенному сюжету. Например, в комплексе «Морское царство» применяются упражнения дыхательной гимнастики «Парус», «Волны шипят» и др., общеразвивающие упражнения «Рыбка», «Русалочка», «Медуза» и др., подвижные игры «Цунами», «Невод», «Водяной» и др., танец «Раки», круговая тренировка «Матросы на корабле в шторм» и т.п.

Использование приемов имитации и подражания, образных сравнений соответствует психологическим особенностям дошкольников, облегчает процесс запоминания, освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения, творческих способностей, познавательной активности.

Программы по сюжетным занятиям направлены на решение следующих задач: укрепление здоровья детей, повышение функциональных и адаптационных возможностей организма, умственной и физической работоспособности; гармоничное развитие всех звеньев опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки; совершенствование двигательных навыков, воспитание двигательных качеств; развитие психических способностей и эмоциональной сферы; развитие музыкально-ритмических способностей, воспитание интереса и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями.

Занятия по физической культуре в сюжетной форме начинаются с эмоционального рассказа воспитателя, в котором задается воображаемая ситуация, перед детьми раскрываются условия принятия роли, сообщается последовательность выполнения упражнений и их содержание.

Г.В. Хухлаева считает, что «эффективным приемом является описание воображаемой ситуации, в которой хорошо известный и любимый детьми герой (это может быть и персонаж знакомой им сказки, например, «Колобок») попадает в трудное или опасное положение, а дети могут выступать в роли помощника или защитника. Действуя в воображаемой ситуации, дети спешат на помощь любимому герою» [1].

Часть занятий посвящается путешествиям по временам года, в них отражаются природные изменения, трудовая и спортивная деятельность людей.

При обучении движениям можно использовать и ролевое поведение детей. Если детям доступно выполнение роли и они могут принять ее на себя, повторяя при этом разнообразные действия, стремясь к точности, правильности, последовательности их в соответствии со взятой на себя ролью, то дети, владеющие лишь игровыми действиями, справляются только с элементарными ролевыми задачами.

Для детей целесообразно заготовить символы для обозначения ролей, которые помогают им быстро и легко войти в роль. Также, в процессе сюжетных занятий рекомендуется использовать стихи, загадки, песни, соответствующие сюжету.

При подборе музыкального сопровождения для упражнений, направленных на овладение навыком произвольного расслабления, и некоторых этюдов психогимнастики рекомендуется использовать специальную музыку, тематически связанную с сюжетом, для релаксации в сочетании с естественными природными звуками.

Разнообразие на занятии стандартного и нестандартного оборудования, шапочек, наличие и использование природного материала способствует лучшей организованности, повышению двигательной активности детей. Эффективными являются сюжетные занятия, проходящие на свежем воздухе в разное время года.

Каждый комплекс сюжетных занятий используется в среднем на протяжении 2-2,5 месяцев, что обосновывается результатами исследований В.К. Бальсевича с соавторами, установивших, «что применение коротких (в течение двух месяцев) тренирующих программ, направленных на развитие отдельных двигательных качеств, в процессе физического воспитания дошкольников достаточно эффективны и вызывают достоверное улучшение показателей, характеризующих уровень развития двигательных качеств» [2].

Сюжетно-физкультурные занятия у детей старшего дошкольного возраста проходят, так же как и обычные физкультурные занятия, только объединены одним сюжетом.

Продолжительность занятия 30 минут. Вводная часть 4-6 минут, основная 18-20 минут, заключительная 3-4 минуты.

В первой (вводной) части, занятия дети выполняют упражнения в различных видах ходьбы, бега, прыжков, для принятия правильной оценки и укрепления свода стопы, координации движений, ориентации в пространстве, развития внимания. В качестве общеразвивающих упражнений используют обычные и музыкально-ритмические упражнения. Танцевальные упражнения позволяют повысить интерес к занятию и эмоциональное настроение ребенка.

Во второй (основной) части, следует перейти к игровому сюжету. Каждый сюжетный материал распределяют на два занятия. На первом занятии необходимо ознакомить детей с новыми движениями, закрепить уже известные. На втором занятии - совершенствование и точность выполнения упражнений, передача характерных особенностей образов. Все упражнения выполняются под соответствующую музыку.

На первом обучающем занятии дается много словесных указаний, пожеланий, учитывается индивидуальность выполнения упражнения каждым ребенком. По мере освоения упражнений, достижения определенных навыков, качества и быстроты их выполнения, ребенок способен соотносить свои действия с определенным музыкальным ритмом и тогда музыкальное сопровождение становится необходимым. Обучение детей основным движениям не должно остаться без внимания. Поэтому они должны быть включены в содержание занятий. Важно осуществить правильный выбор упражнений для всех групп мышц, вариативно менять виды деятельности.

Подвижная игра, также составляющая основной части занятия. Подбор подвижных игр осуществляется в зависимости от сложности и интересности предыдущих действий. В старшем и подготовительном возрасте целесообразно организовать подвижные игры для развития умственных способностей детей.

В третьей (закрывающей) части решается задача восстановления организма после физических нагрузок и переход к другим видам деятельности. Дыхательные упражнения способствуют более быстрому восстановлению организма и несут оздоровительный характер. Важно научить ребенка дышать носом соотносить вдох и выдох с движениями. Упражнения на релаксацию включают в каждое занятие, для того, чтобы ребенок научился снимать напряжение мышц после физической нагрузки, расслабляться. Этому соответствует упражнения на релаксацию, выполняемое в игровой форме с использованием музыкальных произведений.

Педагог, сотрудничая с детьми, при этом выступает не как учитель, а как помощник, именно такой прием активизирует двигательную активность ребенка, способствует самостоятельности и самовыражению через движение.

Целью нашего исследования являлось изучение влияния сюжетных занятий в физическом воспитании старших дошкольников на их физическую подготовленность.

Научное исследование проводилось на базе учреждения дошкольного образования Буйновичского детского сада «Верасок», Лельчицкого района Гомельской области, исследованием были охвачены воспитанники старшего дошкольного возраста (20 детей: 8 мальчиков, 12 девочек).

По итогам диагностики проведенной в декабре 2016 года с детьми старшей группы было выявлено, что уровень развития физических качеств и навыков у дошкольников составил: высокий уровень – у 5 детей, что составляет 25 % от общего количества детей; у 11 детей – на среднем уровне (55%), у 4 детей низкий уровень, что составляет 20 % от общего количества детей. По результатам диагностики было определено, что дети освоили программный материал, соответствующий возрасту, но не проявляют интереса к физкультурным упражнениям, импровизациям.

Повторная диагностика физических качеств, проводилась в конце марта 2017 года. Уровень развития физических качеств и навыков у дошкольников составил: высокий уровень у 7 детей, что составляет 35 % от общего количества детей; у 12 детей (60%) – на среднем уровне, у одного ребенка низкий уровень, что составляет 5 % от общего количества детей (таблица).

Таблица – сопоставление данных диагностики физических качеств испытуемых

Декабрь 2016 г.	Март 2017 г.
25 % - высокий уровень	35% - высокий уровень
55 % - средний уровень	60% - средний уровень
20 % - низкий уровень	5% - низкий уровень

Таким образом, в результате диагностики было выявлено, что использование сюжетных занятий позволило детям гораздо быстрее овладеть двигательными навыками и умениями, что в свою очередь стимулировало детей к дальнейшим занятиям физкультурой, у них развился интерес к физическим упражнениям и повысились показатели физических качеств, что и являлось целью эксперимента.

### Литература

1. Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях / Д.В. Хухлаева. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 203 с.
2. Бальсевич, В.К. Развитие быстроты и координации движений у детей 4-6 лет / В.К. Бальсевич, М.Н. Королева, Л.Г. Майорова// Теория и практика физической культуры. - 1986. - № 10. - С. 21-25.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ