Задачи физического воспитания детей дошкольного возраста

Задачи физического воспитания в дошкольных учреждениях определяются общей целью и конкретизируются с учетом особенностей развития детей в каждом возрастном периоде (Д.В. Хухлаева, 1984).

Цель физического воспитания - формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физического и психического развития, эмоционального благополучия каждого ребенка (Н.Н. Кожухова, 2003).

В процессе физического воспитания осуществляются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Оздоровительные задачи:

1.Повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания. С помощью разумно дозируемых оздоровительных факторов природы (солнечные, водные, воздушные процедуры) слабые защитные силы детского организма существенно возрастают. При этом повышается сопротивляемость простудным заболеваниям (ОРЗ, насморк, кашель и др.) и инфекционным заболеваниям (ангина, корь, краснуха, грипп др.).

2.Укрепление опорно-двигательного аппарата и формирование правильной осанки. Важно обращать внимание на укрепление мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия, так как оно может существенно ограничить двигательную активность ребенка.

.Содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов. Активная двигательная деятельность ребенка способствует укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, улучшению обменных процессов в организме, оптимизация пищеварения и теплорегуляции.

.Воспитание физических способностей (координационных, скоростных и выносливости). Где процесс воспитания физических способностей не должен являться специально направленным по отношению к каждому из них. Наоборот, на основе принципа гармоничного развития следует так подбирать средства, менять деятельность по содержанию и характеру и регулировать направленность двигательной активности, чтобы обеспечивалось комплексное воспитание всех физических способностей;

Образовательные задачи:

1.Формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков.

Формирование двигательных умений осуществляется параллельно с физическим развитием: к трем месяцам необходимо содействовать формированию умений поднимать и удерживать голову; к шестому месяцу формировать элементарные движения рук, умение ползать, переворачиваться со спины на живот и т.д.; к одиннадцатому месяцу необходимо научить садиться, ложиться, стоять и ходить, держась за предметы; к третьему году жизни ребенок должен освоить ходьбу, бег, лазание; и т.д.

.Формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой.

Детский возраст является наиболее благоприятным для формирования устойчивого интереса к занятия физическими упражнениями. Но при этом необходимо соблюдать ряд условий.

Прежде всего, необходимо обеспечить посильность заданий, успешное выполнение которых будет стимулировать детей на более высокую активность. Постоянная оценка выполненных заданий, внимание и поощрение будут способствовать выработке положительной мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями. Сообщать детям элементарные физкультурные знания, развивая их интеллектуальные способности. Это позволит расширить их познавательнее возможности и умственный кругозор.

Воспитательные задачи:

1.Воспитание морально-волевых качеств (честности, решительности, смелости, настойчивости др.).

2.Содействие умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию (Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2004).

Оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи, хотя и являются относительно самостоятельными, на самом деле теснейшим образом взаимосвязаны, а поэтому и решаться должны в обязательном единстве, в комплексе. Только в этом случае ребенок приобретет необходимую базу для дальнейшего всестороннего, не только физического, но и духовного развития (Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2004).