

ИССЛЕДОВАНИЯ В ОБЛАСТИ ОБРАЗОВАНИЯ

МОСКВИТИНА НАТАЛЬЯ ЮРЬЕВНА

*кандидат психологических наук, доцент кафедры дошкольного и начального образования
Ставропольского государственного педагогического института,
h-nataly@yandex.ru*

NATALIA YU. MOSKVITINA

*Cand, Sc. (Psychology), Associate Professor at the Department of Preschool and Primary Education
of Stavropol State Pedagogical Institute*

ХОРОШИЛОВА ЕВДОКИЯ ПЕТРОВНА

*кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольного и начального образования
Ставропольского государственного педагогического института,
evdokia.horoschilova@yandex.ru*

YEVDOKIYA P. KHOROSHILOVA

*Cand.Sc. (Pedagogy), Associate Professor at the Department of Preschool and Primary Education
of Stavropol State Pedagogical Institute*

СЕЛЮКОВА ЕКАТЕРИНА АЛЕКСЕЕВНА

*кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры дошкольного и начального образования
Ставропольского государственного педагогического института,
ekaterinaselyukova@yandex.ru*

YEKATERINA A. SELYUKOVA

*Cand.Sc. (Pedagogy), Associate Professor at the Department of Preschool and Primary Education
of Stavropol State Pedagogical Institute*

УДК 373.21

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

PEDAGOGICAL CONDITIONS OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF SENIOR PRESCHOOL CHILDREN IN CONDITIONS OF PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATION

Аннотация. В статье обобщен и систематизирован теоретический материал по проблеме развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста. Выявлены сущность и специфика развития физических качеств в старшем дошкольном возрасте. Определены педагогические условия, способствующие эффективному развитию физических качеств детей данного возраста. Представлены принципы развития физических качеств старших дошкольников. Дано описание физических качеств, которые осуществляются через направленное развитие ведущих способностей человека на основе определенных закономерностей, в том числе гетерохронности (разновременности), этапности, фазности и переноса в развитии способностей. Представлен обзор программ «Радуга», «Детство», «Развитие», «Основы безопасности дошкольников», «От рождения до школы». Анализ программ показал, что, несмотря на различные концепции, подходы, методы и средства решения проблем оздоровления детей дошкольного возраста, в содержании каждой программы приоритетной является задача сохранения здоровья детей.

ABSTRACT. The article summarizes and systematizes theoretical material on the problem of development of physical qualities of children of older pre-school age. Essence and specificity of physical qualities development in

senior preschool age are revealed. There are certain pedagogical conditions that contribute to the effective development of the physical qualities of children of this age. The principles of development of physical qualities of senior pre-school children are presented. The description of physical qualities is given. They are carried out through the directed development of leading human abilities on the basis of certain regularities, including heterochronicity (different time), stage, phase and transfer in the development of abilities. The review of the programs "Rainbow", "Childhood", "Development", "Fundamentals of safety of preschool children", "From birth to school" is presented. The analysis of the programs showed that, despite various concepts, approaches, methods and means of solving the problems of improving the health of preschool children, the content of each program has a priority in preserving the health of children.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: физические качества, старший дошкольный возраст, педагогические условия и принципы, способствующие эффективному развитию физических качеств.

KEYWORDS: physical qualities, senior pre-school age, pedagogical conditions and principles contributing to the effective development of physical qualities.

Развитие физических качеств подрастающего поколения является одной из актуальнейших проблем психолого-педагогической науки и практики, поскольку хорошо развитые физические качества — основа, определяющая уровень овладения различными видами двигательных действий, способствующая адаптации личности к трудовым действиям и бытовым операциям.

В современных условиях значимость развития физических качеств постоянно возрастает, так как процесс освоения любых двигательных действий (трудовых, спортивных, выразительных и т.д.) идет значительно успешнее, если человек имеет крепкие, выносливые и быстрые мышцы, гибкое тело, высоко развитые способности управлять собой, своим телом, своими движениями. Наконец, высокий уровень развития физических качеств является важным компонентом состояния здоровья.

Говоря о специфике развития физических качеств старших дошкольников, следует сделать акцент на выборе методов, которые обеспечивают наглядность обучения, так как педагог должен руководствоваться сложившимися у детей умениями восприятия пространственных, временных и количественных признаков и отношений, существующими между предметами и явлениями окружающего мира.

Одним из важных направлений педагогической работы в дошкольной образовательной организации является разработка и обоснование инновационных педагогических условий, способствующих развитию физических качеств в старшем дошкольном возрасте. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования нацеливает педагога на физическое развитие детей по приобретению опыта в следующих видах их деятельности: двигательной, направленной на выполнение определенных упражнений, развивающих такие физические качества, как быстрота, ловкость, сила и гибкость; правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развивающих равновесие, координацию движений, крупную и мелкую моторику обеих рук, а также правильное, не наносящее ущерба организму выполнение основных видов движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирующих начальные представления о некоторых видах спорта, способствующих овладению

подвижными играми с правилами, развивающих целенаправленность и саморегуляцию в двигательной сфере; ценности здорового образа жизни, помогающие овладеть его элементарными нормами и правилами (питание, двигательный режим, закаливание, полезные привычки).

Проблемы, связанные с развитием физических качеств личности, неоднократно рассматривали в своих исследованиях А.И. Быкова, Е.Н. Вавилова, Ю.Ф. Змановский, А.В. Кенеман, М.Ю. Кистяковская, П.Ф. Лесгафт, В.И. Лях, Т.И. Осокина, М.А. Рунова, Э.Я. Степаненкова, Д.В. Хухлаева и др.

Физическая подготовленность старших дошкольников изучалась Н.С. Лесковой, Н.А. Ноткиной, Е.Я. Бондаревской и др.; физические качества детей данного возраста исследовались В.Н. Занефским, З.И. Кузнецовой, М.Х. Спаевой и др.; организация и использование подвижных игр в ДОО — Я.Э. Степаненковой, В.А. Страновской, Е.А. Тимофеевой и др.

Воспитание различных физических качеств представляет собой разные стороны единого процесса всестороннего физического развития ребенка, характеризующегося общим подъемом функциональных возможностей организма, так как, например, от развития силы в значительной мере зависит развитие и быстроты, и ловкости, и выносливости.

Учет возможностей опорно-двигательного аппарата ребенка требует выбора упражнений, преимущественно развивающих крупные мышечные группы, обеспечивающие хорошую реакцию сердечно-сосудистой системы ребенка на кратковременные скоростно-силовые нагрузки.

Развивать мышечную силу, координацию движений, дыхательную систему необходимо в этом возрасте с использованием упражнений с набивными мячами (подниманием набивных мячей вверх, вперед, опусканием вниз, приседанием с мячом, прокатыванием его, бросками мяча вперед от груди) [8, с. 26].

Развитию воли старших дошкольников способствуют различные движения циклического характера, выполняемые продолжительное время, поэтому необходимо использование таких упражнений, как ходьба, бег, лазание, катание на велосипеде и т.д., которые динамичны, простоты для детей данного

возраста и легко могут быть включены в различные игры.

Учеными уделяется большое значение подбору вариантов и усложнению подвижных игр, направленных на развитие физических качеств старших дошкольников, которые оказывают эмоциональное воздействие на детей, воспитывая у них самостоятельность, активность, чувство коллективизма и прочие нравственно-волевые качества.

Воспитание физических качеств осуществляется через направленное развитие ведущих способностей человека на основе определенных закономерностей, в том числе гетерохронности (разновременности), этапности, фазности и переноса в развитии способностей [41, с. 141].

Этапность развития устанавливает, что по мере выполнения одной и той же нагрузки эффект развития физических способностей снижается. Чтобы постоянно поддерживать его на высоком уровне, необходимо изменять содержание и величину нагрузки, условия ее выполнения.

Фазность развития устанавливает зависимость эффекта педагогического воздействия от состояния физической работоспособности организма. Во время выполнения двигательного действия выявляются четыре фазы физической работоспособности организма: нарастающей работоспособности (вработывание), относительной стабилизации, временного снижения и повышенной работоспособности [11, с. 63].

Перенос развития устанавливает наличие связи между уровнями развития нескольких физических качеств или способностей. Если при воспитании какого-либо физического качества один или несколько его компонентов представлены в структуре другого качества, то последний будет развиваться, хотя и не столь интенсивно.

Следует отметить, что для обучения двигательному действию, воспитания того или иного физического качества необходимы как уже имеющиеся, так и вновь приобретаемые человеком знания.

Практика физического воспитания базируется на определенной системе фактов и закономерностей, которые способствуют правильной организации физического воспитания.

Индивидуальный подход при развитии физических качеств старших дошкольников требует строгого дозирования мышечных нагрузок, учитывающих особенности каждого ребенка (возраст, состояние здоровья, физическая подготовка и т. д.) [4, с. 142].

Одна из особенностей развития физических качеств у старших дошкольников — гетерохронность (разновременность) их становления, значительно возрастающая на протяжении всего дошкольного возраста при условии целенаправленного воздействия со стороны взрослых.

Физическая работоспособность детей старшего дошкольного возраста в значительной мере определяется функциональными возможностями организма, не сохраняющимися на одном уровне в течение дня, и их колебаниями в разные периоды года. Так, С.М. Громбахом и Г.П. Юрко были установлены ухудшения реакций сердечно-сосудистой и кровеносной систем дошкольников на физическую нагрузку в весенний период, объясняемые недостаточным

пребыванием детей на воздухе и дефицитом ультрафиолетовых лучей.

Повысить работоспособность старших дошкольников, развить у них выносливость можно благодаря повышению их интереса к двигательной деятельности, так как педагогами-исследователями доказано, что процесс выполнения интересного дела, соревновательный момент, заключенный в нем, способствует повышению эмоционального тонуса и более позднему наступлению утомления.

С учетом особенностей старшего дошкольного возраста многими учеными — О.И. Косаревой, Л.М. Коровиной, Э.Я. Степаненковой и др. — рекомендуется широкое использование игровых заданий и эстафет с целью развития всех физических качеств детей, так как представленные в игре мотивы позволяют детям проявить мышечные и волевые усилия, которые развивают выносливость [5, с. 114].

Другая особенность реагирования детского организма на физическую нагрузку заключается в слабой переносимости двигательной гипоксемии (кислородного голодания), поэтому мощность физической нагрузки, которая задается ребенку, должна увеличиваться очень осторожно и постепенно.

В старшем дошкольном возрасте имеет свои особенности и восстановительный период, выражающийся в меньшей по сравнению с более старшими детьми скорости протекания восстановительных процессов.

Восстановительный период неодинаков у всех детей и связан с рядом индивидуальных особенностей, уровнем их физической подготовки. В старшем дошкольном возрасте восстановление частоты сердечных сокращений происходит за 2–4 минуты, показатели внешнего дыхания и газообмена меняются за 3–5 минут. Следует отметить, что скорость восстановления зависит от систематических занятий детей физическими упражнениями [13, с. 26].

В дошкольном возрасте необходимо развитие и такого физического качества, как гибкость, способствующего легкости, свободе действий, раскрепощенности, непринужденности движений, умению концентрировать или, напротив, расслаблять свой организм. Негибкий ребенок тратит гораздо большее количество энергии — а значит, у него быстрее наступает утомление. Травмы зачастую — результат недостаточно развитой гибкости.

На занятиях физкультурой гибкость приобретает особое значение, так как она облегчает усилия ребенка, оберегая его мышцы от чрезмерного напряжения и повреждения.

В.С. Фарфель доказал, что проявления гибкости зависят от анатомического, физиологического, психологического факторов, а также объясняются эластичностью мышц и суставов сумок; психическим состоянием; степенью возбудимости растяжимых мышц; ритмом движений и пр. [6, с. 18].

Развитию гибкости способствуют упражнения на растягивание мышц и связок:

- разнообразные двигательные навыки и умения;
- перестраивание двигательной деятельности в соответствии с изменившимися требованиями.

Поскольку уровень развития гибкости зависит от развития мышечной силы, то необходимо сочетать

в процессе физического воспитания упражнения, направленные на развитие гибкости, с силовыми [14, с. 204].

Важно не допускать чрезмерного развития гибкости, приводящего к перерастяжению мышечных волокон и связок, возникающему при слишком интенсивном воздействии упражнений.

Ловкость, как способность правильного, быстрого, рационального выхода из любой возникшей двигательной задачи, должна формироваться в старшем дошкольном возрасте с самого начала развития нового двигательного навыка.

Следует отметить, что физическая подготовленность детей характеризуется совокупностью сформированных двигательных навыков и основных физических качеств, проявляющихся через двигательные навыки и умения, обусловленные достаточным уровнем их развития. Эти две стороны двигательной функции тесно взаимосвязаны и взаимообусловлены.

Развитие физических качеств в старшем дошкольном возрасте требует учета возрастных особенностей детского организма, связанных с незавершенностью формирования нервной системы, преобладанием тонуса мышц-сгибателей, мышечной слабостью и т.п. Поэтому при подборе общеразвивающих упражнений предпочтение отдается тем из них, которые укрепляют основные мышечные группы и позвоночник с постепенным развитием силы и кратковременным скоростно-силовым напряжением: бег, метания, прыжки, лазание по вертикальной и наклонной лестнице [11, с. 68].

Современный этап развития образования характеризуется наличием нескольких концепций физического развития детей старшего дошкольного возраста, способствующих сохранению их здоровья. Каждая программа базируется на определенных взглядах авторов на ребенка, на закономерности его развития, а следовательно, и на создание педагогических условий, способствующих становлению личности, сбережению самобытности и раскрытию творческого потенциала каждого воспитанника [3, с. 115].

В программе «Радуга» Т.Н. Дороновой обращается внимание на воспитание и развитие детей детского сада, где основной компонент воспитания — физическая культура. Автором подчеркивается, что ребенку в дошкольном детстве необходимо почувствовать мышечную радость и полюбить движение, так как ему предстоит в дальнейшей жизни приобщаться к спорту и здоровому образу жизни. Т.Н. Доронова предлагает разнообразные средства и формы физического воспитания (гигиенические факторы, гигиена нервной системы, физические упражнения, профилактическая, развивающая, лечебная, реабилитационная направленность в подборе физических упражнений и пр.) [7, с. 66].

Программа «Развитие» авторского коллектива под руководством Л.А. Венгер характеризуется включением двух теоретических положений: теории А.В. Запорожца о самоценности дошкольного периода развития, перехода от утилитарного понимания дошкольного детства к гуманистическому пониманию и концепции Л.А. Венгер о развитии способностей, понимаемых как универсальные

действия ориентировки в окружающем мире с помощью специфических для дошкольника образных средств решения задач. Следует отметить, что данная программа характеризуется отсутствием задач физического развития ребенка [2, с. 36].

В.Т. Кудрявцевым и Б.Б. Егоровым на основе идеи комплексного междисциплинарного подхода к вопросу физического воспитания дошкольника была разработана развивающая педагогика оздоровления, общей целью программно-методического материала которой являются формирование двигательной сферы ребенка и создание психолого-педагогических условий развития его здоровья на основе творческой активности.

Программа «Детство», разработанная коллективом кафедры дошкольной педагогики РГПУ им. А.И. Герцена, направлена на развитие у дошкольников осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании, интереса к физическим упражнениям, формирование представлений о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья, развитие устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения, умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания [9, с. 204].

Комплексная программа «От рождения до школы» характеризуется заботой о сохранении и укреплении здоровья детей, потребности в двигательной активности, предупреждении утомления, формированием начальных представлений о здоровом образе жизни, становлением ценностей здорового образа жизни, овладением его элементарными нормами и правилами, воспитанием культурно-гигиенических навыков, развитием интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; воспитание интереса и любви к спорту, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта [12, с. 140].

Программа «Основы безопасности дошкольников» В.А. Ананьева направлена на развитие физической активности детей, приучение к заботе о своем здоровье и здоровье окружающих, формирование навыков личной гигиены, знаний о здоровой пище, инфекционной болезни и пр., а также предлагаются формы средствами специальных занятий, игр, занятий, изобразительной деятельности, прогулок, гигиенических процедур, закалывающих мероприятий, игр, спортивных мероприятий, праздников, бесед, чтения литературы и пр. [1, с. 116].

Анализ программ, реализуемых в дошкольных образовательных организациях, и методических пособий по исследуемой проблеме (А.И. Баркан, Ю.Ф. Змановский, Л.И. Латохина, Б.В. Шеврыгин, Н.В. Цыбуля, Т.Д. Фершалова и др.) показал, что, несмотря на различные концепции, подходы, методы и средства решения проблем оздоровления детей дошкольного возраста, в содержании каждой программы приоритетной является задача сохранения здоровья детей.

Цель физического воспитания в дошкольных образовательных организациях — формирование основ здорового образа жизни у детей.

Осуществляя физическое воспитание, педагог реализует оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Оздоровительные задачи подчинены охране жизни и укреплению здоровья детей, их всестороннему физическому развитию, совершенствованию функций организма, повышению активности и общей работоспособности детей.

Образовательные задачи подчинены формированию двигательных умений и навыков детей, развитию их физических качеств; способам, направленным на укрепление здоровья [2, с. 19].

Этот возраст важен для привития первоначальных навыков личной и общественной гигиены, т.к. получаемые детьми знания способствуют самостоятельному использованию средств физического воспитания не только в детском саду, но и дома, в семье.

Решение задач физического воспитания детей старшего дошкольного возраста осуществляется гигиеническими факторами, естественными силами природы, физическими упражнениями и др., используемыми педагогом в комплексе.

С помощью режима занятий, отдыха, питания, сна и т.д. осуществляется повышение эффективности воздействия физических упражнений на организм детей, т.к. чистое помещение, чистые физкультурный инвентарь, игрушки, одежда, обувь являются профилактикой заболеваний. Регулярным и доброкачественным питанием обеспечивается своевременная доставка другим органам необходимых питательных веществ, а следовательно, нормального роста и развития ребенка. Полноценным сном обеспечиваются отдых и повышение работоспособности нервной системы детей. Правильным освещением предупреждаются заболевания глаз и т.д.

Естественными силами природы (солнцем, воздухом, водой) обеспечиваются усиление положительного влияния физических упражнений на организм старшего дошкольника, и повышение его работоспособности, т.к. занятия на воздухе при солнечных излучениях или в воде способствуют возникновению положительных эмоций, повышению функциональных возможностей отдельных органов и систем организма. Для разностороннего влияния на организм следует принимать все естественные силы природы, целесообразно сочетая их [10, с. 101].

Движения, физические упражнения являются специфическими средствами физического воспитания. Двигательная активность является биологической потребностью организма, степень удовлетворения которой влияет на здоровье детей, их физическое и общее развитие.

Основным специфическим средством физического воспитания, оказывающим на ребенка разностороннее воздействие, являются физические упражнения, содействующие умственному, трудовому воспитанию, а также являющиеся средством лечения при многих заболеваниях.

Развитие физических качеств старших дошкольников должно строиться в соответствии со следующими принципами:

1. Гуманизации образования дошкольников в области физической культуры, предполагающего построение содержания, методов и форм занятий в соответствии с наличным опытом и уровнем достижений детей, направленностью их личности, структурой их интересов.

2. Демократизации образования дошкольников в области физической культуры, предполагающий обеспечение права педагогу на свободный выбор средств, форм и методов работы с детьми.

3. Гуманитаризации образования, предполагающий понимание дошкольником роли и места человека в мире движений; приобщение его к ценностям физической культуры и познание своих возможностей в мире движений.

4. Развивающего характера обучения, предполагающего опережение педагогических воздействий, стимулирование, направление и ускорение развития наследственных данных личности ребенка.

5. Оздоровительной направленности, предполагающий обеспечение рационального общего и двигательного режимов, создание оптимальных условий для игр и занятий детей, компенсирование недостатка двигательной активности детей, возникающего в условиях современной жизни и повышение сопротивляемости организма детей неблагоприятным воздействиям [9, с. 85].

6. Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований со стороны педагогов и родителей в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, формирования культурно-гигиенических навыков, развития движений детей.

Таким образом, осуществление правильного физического воспитания детей является одной из ведущих задач дошкольных организаций. Вместе с тем предусматривается строгая последовательность усвоения детьми программы с учетом возрастных особенностей и возможностей ребенка каждого периода его жизни.

Недопустимо превышение требований, ускорение темпа обучения детей, с исключением промежуточных звеньев программы, поскольку это способствует непосильному напряжению организма, вредящему здоровью и нервно-психическому развитию детей.

Все формы организации физического воспитания детей (занятия, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность и пр.) должны быть направлены на воспитание мыслящего, сознательно действующего в меру своих возрастных возможностей ребенка, содействовать успешному овладению им двигательными навыками, преодолению встречающихся трудностей, проявлению стремления к творческому поискам.

С целью эффективного развития физических качеств старших дошкольников необходимо соблюдение педагогом следующих педагогических условий:

1. Анализ и оценивание степени развития физических качеств детей.

2. Формулировка задач развития физических качеств детей на определенный период и определение первостепенных из них с учетом особенностей каждого ребенка.

3. Организация процесса развития физических качеств детей в определенной системе, с выбором наиболее целесообразных средств, форм и методов работы в конкретных условиях.

4. Проектирование желаемого уровня конечного результата.

5. Сравнение достигнутых результатов с исходными данными и поставленными задачами.

6. Владение самооценкой профессионального мастерства, постоянное его совершенствование [11, с. 104].

Следует отметить особую роль в занятиях физическими упражнениями цветовой насыщенности помещения, в котором занимаются дети, так как оно обуславливает взаимодействие внешней и внутренней среды, обеспечивающей жизнедеятельность и развитие ребенка. Запахи, звуки в зависимости от темы занятия могут использоваться с целью развития аналитических систем и ориентирования в пространстве, формируя восприятие пространства за пределами зала, «видение сквозь стены», движение солнца и луны и т. д.

Одним из важных педагогических условий, способствующих эффективному развитию физических качеств старших дошкольников, является использование различных средств и методов физического воспитания, направленных на решение данной задачи. Например, эффективное средство, развивающее быстроту, — упражнения, способствующие быстрому выполнению движений. Педагогу нужно предусмотреть, чтобы данные упражнения не были продолжительными, однообразными; важно их повторение в разных условиях с разной интенсивностью, с усложнениями или, наоборот, со снижением требований [11, с. 89].

Важным педагогическим условием развития физических качеств старших дошкольников являются игровые двигательные задания, подвижные спортивные игры, спортивные развлечения и т. п., которые учат детей придумыванию двигательного содержания к предложенному сюжету, самостоятельному обогащению и развитию игровых действий, созданию новых сюжетных линий, новых форм движения, что способствует исключению привычки механического повторения упражнений, активизации в доступных пределах творческой деятельности по самостоятельному осмыслению и успешному применению знакомых движений в нестандартных условиях.

Важным условием эффективного развития физических качеств старших дошкольников является профессиональная компетентность педагогов дошкольных образовательных организаций, представляющая собой интегральную характеристику, включающую когнитивный (профессиональные знания), деятельностный (профессиональные

умения и опыт) и профессионально-личностный компоненты [14, с. 36].

Современному педагогу сегодня как никогда важно обладание способностями, предполагающими наличие знаний, умений и качеств, помогающих в любой момент в нахождении и отборе нужных знаний в созданных человечеством огромных хранилищах информации.

Обеспечение высокого уровня компетентности воспитателя невозможно без личного стремления педагога самообразовываться, саморазвиваться и самореализовываться в социуме, выполнять свои профессиональные функции должным образом.

Поскольку ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не может быть эффективной без совместной реализации ее основ с семьей, без созданного детско-взрослого сообщества, характеризующегося содействием друг другу, учетом возможностей и интересов каждого, его прав и обязанностей, то важным условием развития физических качеств старших дошкольников является тесное взаимодействие ДОО с семьей.

Важным условием развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста является учет возрастных, индивидуальных физических и психических особенностей детей.

С целью изучения особенностей детей, основных показателей их развития обычно в начале и в конце учебного года рекомендуется проведение психолого-педагогической диагностики, направленной на обеспечение научного подхода к организации работы с детьми, точный учет их потребностей по всем направлениям развития, систематизацию работы педагога.

Проведение промежуточной диагностики рекомендуется в январе месяце только с детьми, имеющими «низкий» или «ниже среднего» уровни усвоения программы.

В течение года с детьми может проводиться экспресс-диагностика, направленная на отслеживание динамики развития отдельных физических качеств у конкретных детей и способствующая осуществлению дифференцированного подхода к детям (коррекция и развитие определенного качества ребенка на основе соответствующих упражнений, игр, рекомендованных программой).

Таким образом, развитие физических качеств детей старшего дошкольного возраста является сложным, многогранным и длительным процессом, требующим методической и диагностической обеспеченности, сотрудничества ДОО с семьей. Последовательная реализация указанных выше педагогических условий в дошкольной образовательной организации предоставляет возможность эффективного решения данной задачи.

1. Антонов Ю. Е. Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии 21 века. М.: Аркти, 2001. 211 с.
2. Варфоломеева З. С. Формирование физической культуры личности старших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания: теория и практика: монография. 2-е изд. М.: Флинта: Наука, 2012. 191 с.
3. Волошина Л. А. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание. 2004. № 1. С. 114–117.

4. Глазырина Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: Педагогика, 2000. 256 с.
5. Глазырина Л. Д. Физическая культура дошкольникам: Программа и программные требования. М.: ВЛАДОС, 2014. 187 с.
6. Давыдов В. Ю., Шептикин С. А., Трифонов А. Г. Методика оценки физического развития и физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста. Волгоград: ВГИК Универсал, 1993. 27 с.
7. Екжанова Е. А. Об особенностях организации физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях компенсирующего вида // Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: Просвещение, 2010. С. 66–69.
8. Зайцев А. А. Физическое воспитание дошкольников: Учеб. пособие. Калининград: Калинингр. ун-т., 2007. 71 с.
9. Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство» / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. СПб.: ООО «Издательство “Детство-Пресс”», 2019. 352 с.
10. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Уч. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». Изд. 2-е, испр. и доп. М.: Просвещение, 2008. 272 с.
11. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж: ИкМА, 2005. 127 с.
12. От рождения до школы. Основная образовательная программа дошкольного образования / под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. 4-е изд., перераб. М.: Мозаика-Синтез, 2018. 352 с.
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. М.: Мозаика-Синтез, 2012. 72 с.
14. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 368 с.

References

1. Antonov Yu. E. *Zdorovyi doshkolnik: Ozdorovitelnyye tekhnologii XXI veka* [Healthy preschooler: Wellness technologies of the 21st century]. Moscow: Arkti Publ., 2001. 211 p. (In Russian).
2. Varfolomeeva Z. S. *Formirovaniye fizicheskoy kultury lichnosti starshikh doshkolnikov v usloviyakh realizatsii innovatsionnykh modeley fizicheskogo vospitaniya: teoriya i praktika* [Formation of physical culture of the personality of senior preschoolers in the conditions of realization of innovative models of physical education: theory and practice] (2nd ed.). Moscow: FLINTA: Nauka Publ., 2012. 191 p. (In Russian).
3. Voloshina L. A. *Organizatsiya zdorovyezberegayushchego prostranstva* [Organization of health-saving space]. *Doshkolnoye obucheniye — Preschool education*, 2004, (1), pp. 114–117 (in Russian).
4. Glazyrina L. D. *Metodika fizicheskogo vospitaniya detey doshkolnogo vozrasta* [Methods of physical education of preschool children]. Moscow: Pedagogika, 2000. 256 p. (In Russian).
5. Glazyrina L. D. *Fizicheskaya kultura doshkolnikom: Programma i programnyye trebovaniya* [Physical culture for preschoolers: Program and program requirements]. Moscow: VLADOS Publ, 2014. 187 p. (In Russian).
6. Davydov V. Yu., Sheptikin S. A., Trifonov A. G. *Metodika otsenki fizicheskogo razvitiya i fizicheskoi podgotovlennosti detei starshego doshkolnogo vozrasta* [Methods of assessment of physical development and physical fitness of children of senior preschool age]. Volgograd: VGIK Universal Publ., 1993. 27 p. (In Russian).
7. Ekzhanova E. A. *Ob osobennostyakh organizatsii fizicheskogo razvitiya v doshkolnykh obrazovatelnykh uchrezhdeniyakh kompensiruyushchego vida* [About features of the organization of physical education in preschool educational institutions of the compensating type]. *Zdorovye i fizicheskoye razvitiye detey razvitiya v doshkolnykh obrazovatelnykh uchrezhdeniyakh* [Health and physical development of children in preschool educational institutions]. Moscow: Prosveshcheniye Publ., 2010, pp. 66–69 (in Russian).
8. Zaitsev A. A. *Fizicheskoye vospitaniye doshkolnikov: uchebnoye posobiye* [Physical education of preschoolers: textbook]. Kaliningrad: Kaliningrad University Publ, 2007. 71 p. (In Russian).
9. Babayeva T. I., Gogoberidze A. G., Solntseva O. V. et al. *Kompleksnaya obrazovatel'naya programma doshkolnogo obrazovaniya "Detstvo"* [Complex educational program of preschool education "Childhood"]. St. Petersburg.: Publ. House DETSTVO-PRESS", 2019. 352 p. (In Russian).
10. Keneman A. V., Khukhlayeva D. V. *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya detey doshkolnogo vozrasta: uchebnoye posobiye dlya studentov pedagogicheskikh institutov po spetsialnosti "Doshkolnaya pedagogika i psikhologiya"*. [Theory and methodology of physical education of preschool children: manual for students of pedagogical institutes on speciality "Preschool pedagogy and psychology"] (2nd ed.). Moscow: Prosveshcheniye Publ., 2008. 272 p. (In Russian).
11. Morgunova O. N. *Fizkulturno-ozdorovitel'naya rabota v DOU* [Physical culture and health work in a childrens' educational institution]. Voronezh: Ikma Publ., 2005. 127 p. (In Russian).
12. Veraksa N. E., Komarova T. S., Vasilyeva M. A. (Ed.) *Ot rozhdeniya do shkoly: Osnovnaya obrazovatel'naya programma doshkolnogo obrazovaniya* [From birth to school: The main educational program of preschool education] (4th ed.). Moscow: MOSAICA-SYNTEZ Publ., 2018. 352 p. (In Russian).
13. Penzulayeva L. I. *Fizicheskaya kultura v detskom sadu: Sistema raboty v starshei grappe* [Physical education in a kindergarten: The system of work in the senior group]. Moscow: MOSAICA-SINTEZ, 2012. 72 p. (In Russian).
14. Stepanenkova E. Ya. *Teoriya i metodologiya fizicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka: uchebnoye posobiye* [Theory and methodology of physical education and child development: manual for students] (2nd ed.). Moscow: Publ. Center "Akademiya", 2006. 368 p. (In Russian).