

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Департамент спортивных единоборств  
Выпускающая кафедра теории и методики борьбы

**ЛАЛЕТИН АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ**

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

**Совершенствование волевых качеств дошкольников  
средствами физической культуры на учебных занятиях**

Направление подготовки	44.04.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы	Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта

**ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:**

Заведующий кафедрой  
академик РАО, д.п.н., профессор Миндиашвили Д.Г.

*26.11.2019*

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы  
д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

*22.11.2019*

(дата, подпись)

Научный руководитель  
к.п.н., доцент Завьялова О.Б.

*20.11.2019*

(дата, подпись)

Обучающийся Лалетин А.С.

*19.11.2019*

(дата, подпись)

Красноярск 2019

## Реферат

Диссертация объемом 94 страницы, включающая в себя - 18 иллюстраций, 14 таблиц, 1 приложение, 54 источника.

**Объект исследования** – занятия физической культурой в дошкольном образовательном учреждении (далее – ДОО).

**Предмет исследования** – процесс воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОО.

**Цель исследования:** разработка и апробация комплекса игровых заданий, игр и упражнений воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОО.

### **Методы и методики:**

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы, методы теоретического обобщения.
2. Эмпирические – тестирование, эксперимент.
3. Методы математической и статистической обработки данных.

**Новизна исследования** заключается в представлении эффективности образовательной практики в условиях ДОО по воспитанию волевых качеств детей старшего дошкольного возраста через занятия физической культурой в детском саду.

**Практическая значимость исследования:** доказательность и результативность проводимого исследования, а также разработанный комплекс игровых заданий, игр и упражнений, применимый в практике воспитания волевых качеств детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры в дошкольных образовательных организациях.

## **Abstract**

Thesis volume of 94 pages, including-18 illustrations, 14 tables, 1 Appendix, 54 sources.

**The object** of the study-physical education in a preschool educational institution (hereinafter-DOE).

**The subject** of the study is the process of education of strong-willed qualities of children of preschool age by means of physical education in DOE.

**The purpose of the research:** development and approbation of a complex of game tasks, games and exercises of education of strong-willed qualities of preschool children by means of physical training in DOE.

### **Methods and techniques:**

1. Theoretical-analysis of psychological and pedagogical literature, methods of theoretical generalization.

2. Empirical-testing, experiment.

3. Methods of mathematical and statistical data processing.

**The novelty** of the study is to present the effectiveness of educational practices in the institution for the upbringing of volitional qualities of pre-school age children through physical education in kindergarten.

**Practical significance of the study:** evidence and effectiveness of the study, as well as the developed set of game tasks, games and exercises, applicable in the practice of education of strong-willed qualities of children of older preschool age by means of physical culture in preschool educational organizations.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВОСПИТАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ДОУ</b> .....	9
1.1. Волевые качества личности дошкольника.....	10
1.2. Подходы к физическому развитию и воспитанию дошкольников в ДОУ.....	20
1.3. Воспитание волевых качеств детей дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ на современном этапе.....	34
Заключение по главе 1.....	49
<b>ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ</b> .....	51
2.1. Организация исследования .....	51
2.2. Методы исследования .....	52
<b>ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОСПИТАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ СТАРШЕДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ДОУ</b> .....	56
3.1. Результаты определения уровня развития волевых качеств детей старшего дошкольного возраста.....	56
3.2. Описание комплекса упражнений, направленных на воспитание волевых качеств детей дошкольного возраста и анализ эффективности воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста на занятиях физической культурой в ДОУ.....	64

<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	73
<b>БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК</b> .....	75
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	80

## ВВЕДЕНИЕ

Одно из основных направлений дошкольного образования, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», является формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Дошкольное образовательное учреждение должно быть ориентировано на комплексное развитие ребенка, а также на формирование общей культуры личности детей, на ценность здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, включая волевою сферу.

О вопросах развития личности ребенка дошкольного возраста много сказано в психолого-педагогических исследованиях Л.И. Божович, Л.С. Выготского, В.В. Давыдова, А.В. Запорожца, Я.Л. Коломинского, Т.С. Комаровой, А.Н. Леонтьева, В.И. Логиновой, Д.Б. Эльконина. Ученые придерживаются точки зрения о том, что именно в дошкольном детстве начинается развитие базовых личностных механизмов и образований, что отличает ребенка в его индивидуальных особенностях и в свою очередь, позволяет ему быть индивидуальной личностью.

Среди множества условий, влияющих на развитие личностных качеств дошкольника (социально-культурных, гигиенических и др.), самое важное место отводится физической культуре, в данном возрастном периоде физическое развитие становится необходимым условием, фоном, на котором успешно происходит разностороннее развитие ребенка [26]. А с физиологических позиций возраст 6-7 лет - один из критических этапов развития, от которого во многом зависит вся последующая жизнь ребенка [7]. Также первые шаги начальной спортивной подготовки, по мнению Лагутина А.Б., во многом определяют успешность адаптации ребёнка к дальнейшей систематической спортивной деятельности [30]. Физическая культура влияет

на общее развитие всех сторон личности дошкольника (психическое, физическое, познавательное, эстетическое, нравственное), что помогает в дальнейшем подготовить ребенка к вхождению в социальную жизнь и профессиональную спортивную деятельность [26].

В современной дошкольной педагогике накоплен большой исследовательский материал и теоретические обоснования, доказывающие эффективность использования физической культуры для общего развития детей дошкольного возраста и, в первую очередь, на формирование нравственно-волевых качеств (Э. Вильчковский, Л. Лохвицкая, Т. Осокина, Е. Сагайдачная и др.).

В научных исследованиях, например, Кравцова Г.Г. и Кравцовой Е.Е. и др., разбирается проблема личностного развития ребенка в двигательной деятельности. Несмотря на изученность данной проблемы, многие ее аспекты (2013, 2016) остаются недостаточно раскрытыми [28; 32; 39]. В частности, не освещены на должном уровне направления работы, касающиеся комплексного применения средств и методов физической культуры в воспитании волевых качеств детей старшего дошкольного возраста.

Вышеобозначенные обстоятельства и объективная необходимость работы дошкольных образовательных организаций в нахождении и решении педагогической линии воспитания волевых качеств детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры определили актуальность выделенных вопросов и необходимость наиболее основательной проработки и изучения указанной проблемы. Это должно обеспечить разрешение противоречий между повышающимися требованиями к качеству дошкольного образования, к личности дошкольника, и традиционными педагогическими подходами, направленными на создание условий для комплексного развития личности и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Указанное противоречие подчеркивает необходимость данного исследования и позволяет определить саму проблему исследования, которая

обосновывается в подборе теоретико-методологической базы, способов решения образовательных задач, создание условий для осуществления физического развития в условиях дошкольного учреждения, способствующих воспитанию волевых качеств детей старшего дошкольного возраста.

**Объект исследования** – занятия физической культурой в дошкольном образовательном учреждении (далее – ДОУ).

**Предмет исследования** – процесс воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ.

**Цель исследования:** разработка и экспериментальная проверка эффективности комплекса игровых заданий, игр и упражнений, направленных на воспитание волевых качеств детей дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ.

**Гипотеза исследования:** процесс развития волевых качеств детей старшего дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ будет более эффективным если:

- установлена взаимосвязь показателей личностного развития (волевых качеств) и физической подготовленности детей;
- подобран комплекс игровых заданий, игр и упражнений, имеющих оздоровительную и образовательную ценность, способствующий воспитанию волевых качеств детей старшего дошкольного возраста, построенный на принципах, обеспечивающих развитие у ребенка способности быть субъектом физкультурно-оздоровительной деятельности.

Исходя из цели, объекта, предмета и гипотезы, поставлены следующие **задачи исследования:**

1. Изучить теоретические основы воспитания волевых качеств детей старшего дошкольного возраста на занятиях физической культурой в ДОУ.
2. Выявить уровень сформированности волевых качеств детей старшего дошкольного возраста.



3. Выявить связь занятий физической культурой в ДООУ с воспитанием волевых качеств детей старшего дошкольного возраста.

*Теоретико-методологической основой исследования являются базовые и современные научные труды по теории и методике физической культуры дошкольников* А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева, Адашкявичене Э.Й. , Алямовская В.Г., Осокина Т.Н., Козлова С.А., Куликова Т.А., Тихоновой А. Ю., Филиппова С. О., Петренкина Н. А. [1; 3; 26; 37; 47; 49]; *о реализации оздоровительной направленности в физическом воспитании дошкольников технологиям оздоровления детей в образовательных учреждениях* Алямовская В.Г.; Галанов А.С. и др.); [ 3;13] *идеи системного подхода к организации педагогического процесса в дошкольном учреждении* освещены у Лаврентьевой Н. Г., Лебедевой С. А. и др.) [1; 3; 24; 29; 31]; *психологические особенности детей дошкольного возраста:* Голубева А.И., Иванников В.А., Каратаева Н.А., Ким М.Г., Ильин Е.П., Кот Н.А., Ключникова Е.А., Чернявская Е.А., Цыркун Н.А. [15; 19; 21; 23; 25; 27; 50]; *организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях* (Осокина Т.Н., А.Б. Лагутин, Лебедева С. А. и др.); [30; 31; 37].

**Новизна исследования** заключается в представлении эффективности образовательной практики в условиях ДООУ по воспитанию волевых качеств детей старшего дошкольного возраста через занятия физической культурой в детском саду.

**Практическая значимость исследования:** доказательность и результативность проводимого исследования, а также разработанный комплекс игровых заданий, игр и упражнений, применимый в практике воспитания волевых качеств детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры в дошкольных образовательных организациях.

В исследовании применялись следующие **методы и методики:**

1. Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы, методы теоретического обобщения.

2. Эмпирические – тестирование, эксперимент.
3. Методы математической и статистической обработки данных.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка, приложений.

Логика исследования построена в соответствии с поставленными задачами.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВОСПИТАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ДОУ

По теме «Теоретические основы воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста на занятиях физической культурой в ДОУ» нами проанализировано 54 источника физкультурно-педагогической направленности. Распределение источников представлено на рис.1.

Распределение источников представлено на рисунке 1.

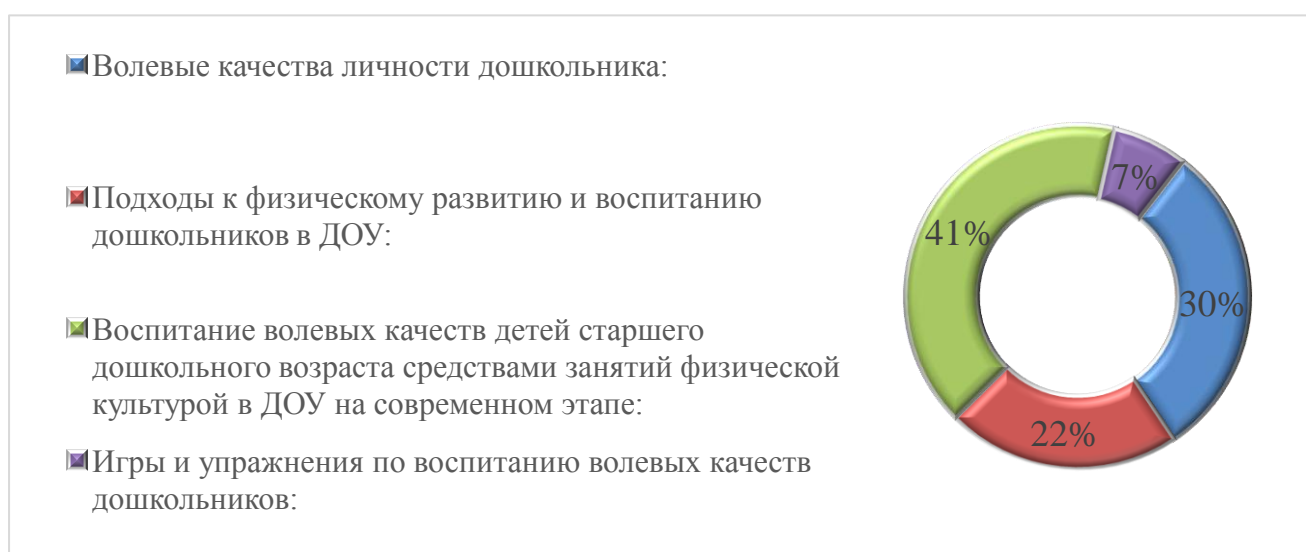


Рисунок 1 – Распределение источников по вопросам карты расшифровки библиографического списка.

Из представленной выше гистограммы, можем сделать вывод, что для раскрытия вопроса: «Волевые качества личности дошкольника» было проанализировано 30% источников, по вопросу: «Подходы к физическому развитию и воспитанию дошкольников в ДОУ» – 22% источников; по вопросу: «Воспитание волевых качеств детей старшего дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ» проанализированы – 41% источников. Для подбора игровых заданий, игр и упражнений по воспитанию волевых качеств у детей старшего дошкольного возраста были использованы 7% источников.

## **1.1. Волевые качества личности дошкольника**

Одной из важнейших проблем на современном этапе в дошкольной педагогике, является воспитание волевых качеств личности дошкольника. Это обусловлено клиповым мышлением детей. Опираясь на концепцию дошкольного воспитания, где отмечается особая необходимость воспитания волевой культуры личности, необходимо констатировать о важности этой проблемы, особенно у детей старшего дошкольного возраста перед поступлением в первый класс. В трудах многих ученых эмоции и воля нередко объединены в одну сферу – эмоционально-волевою.

Но, как правило, у различных исследователей проблемы акцентируются на той или иной сфере [22; 25; 39; 45; 51]. Шульга Т.И. акцентирует свой внимание именно на волевой регуляции деятельности [51]. Развитие волевой сферы ребёнка старшего дошкольного возраста является одним из важных показателей в успешности освоения школьной программы. Начало развития волевых качеств происходит в раннем возрасте детей. Но более стойкое развитие волевой сферы принадлежит старшему дошкольному возрасту в силу осознанности собственных действий. Дошкольный возраст – важный этап в формировании умения выбирать. С четырех до семи лет появляются «хотения». Ребенок учится осуществлять выбор на основе уяснения значимости и ценности возможного поведения. Ребенок начинает осознавать цель, средства достижения [50]. И одной из главных задач педагога научить ребенка правильно выбирать и ставить цель. Видеть в перспективе конечный результат того чего именно хочет достичь ребенок. Научить правильно расставлять приоритеты соотносить свои возможности и выносить на первый план наиболее значимые для него вещи.

В дошкольном возрасте ребенок учится справляться с определёнными трудностями, контролировать свои действия, оценивать собственные результаты труда, совершать усилия воли, подчиняя себя определённым правилам и нормам [23]. Недостаточная степень волевого развития детей и наличие у них возможностей для этого развития в дошкольном возрасте,

показывают остроту проблемы воспитания волевых качеств дошкольника. По мнению учёных, недостаточность волевого развития может привести к инфантильности на последующих этапах онтогенеза, стремлению вернуться назад, тормозит формирование личности в целом [32].

При подготовке детей к школьному обучению, предъявляются требования по формированию у будущих первоклассников не только интеллектуальной активности, но и сформированности волевой сферы личности – концентрации внимания, трудоспособности, целеустремленности, инициативности, самостоятельности, настойчивости, упорства, выдержки, терпения [35]. В научных исследованиях (Иванников В.А., Кот Н.А., Н.А. Цыркун и др.) рассматриваются отдельные аспекты волевой активности ребенка. Общая концепция воспитания волевых качеств личности до настоящего времени не определена окончательно, так как ученые расходятся в понимании даже основных вопросов, которые касаются определений «воля», «волевые качества», «волевые действия», «волевое усилие» их структура, природа, возможности развития на всех этапах дошкольного возраста [15; 21; 23; 25;50].

В современных научных источниках по высшей нервной деятельности, вопросы воли и произвольного управления поведением не затрагиваются, что кардинально затрудняет дальнейшее исследование обозначенной проблемы психологами и педагогами.

В практике ДООУ, в частности в процессе воспитания волевых качеств детей старшего дошкольного возраста, педагоги детских садов и родители испытывают серьезные трудности, связанные с дефицитом проработанности теоретических основ данной проблемы, а также с отсутствием апробированной программы по воспитанию волевых качеств личности. Основной проблемой для дошкольных педагогов и родителей воспитанников является то, как развить мотивацию у детей старшего дошкольного возраста к целеустремленности, настойчивости, упорству, как выработать у будущего

первоклассника умение доводить начатое дело до конца, сдерживать свои эмоции, которые мешают его деятельности.

Более тщательно проблема развития волевых качеств изучена в психологии спорта, потому что для спортсменов эти качества имеют большое значение в результативности и их успешности.

Волевыми качествами личности – конкретные проявления воли, обусловленные характером преодолеваемых препятствий., Особенности волевой регуляции – волевые качества, проявляющиеся в конкретных специфических условиях, обусловленных характером преодолеваемой трудности [21].

Имеются варианты определений волевых качеств личности педагогике. Одно из них – это конкретные проявления воли, определенные характером преодолеваемых препятствий. Но волевые качества отражают волевую регуляцию, связанную с напряженными волевыми

Вместе с тем, конкретные проявления воли могут отражать не только качество, но и уровень волевых усилий. Можно представить и как особенности волевой регуляции, проявляющиеся в конкретных специфических условиях, обусловленных характером преодолеваемой трудности.

В настоящее время есть ряд классификаций волевых качеств.

По определению Иванникова В.А., все волевые качества могут иметь различную основу и лишь феноменологически объединяются в единое целое – волю [19]. В некоторых ситуациях человек может демонстрировать наличие волевых качеств, а в других условиях – отсутствие таковых. В то же время можно отметить, что имеются волевые качества (Иванников В.А.) как частные (ситуативные) характеристики волевого поведения и волевые качества как постоянные (инвариантные) характеристики волевого поведения, - своего рода как личностные свойства.

Данные убеждения схожи с ранее изложенными Селивановым В.И. [45], считавшим объективным основанием для разграничения волевых

качеств динамичное развитие процессов возбуждения и торможения. В связи с этим он делит волевые качества на вызывающие, усиливающие или ускоряющие активность и на тормозящие, ослабляющие или замедляющие ее.

К первой группе Селиванов В.И., как учёный, относит инициативность, решительность, смелость, энергичность, храбрость, ко второй группе – выдержку, выносливость, терпение.

Аникеева Н.В. (2013), определяет волевые качества в две большие группы, связанные с активностью и торможением нежелательных действий и психических процессов. К качествам первой группы она относит решительность, смелость, настойчивость и самостоятельность, к качествам второй – выдержку (самообладание), выносливость, терпение, дисциплинированность, организованность [4].

Однако другие учёные, исследовавшие волевые качества, считают, что невозможно распределить все волевые качества строго на две группы. Иногда, подавляя одни действия, человек проявляет активность в других действиях. Некоторые учёные дают более общую классификацию, используя такие основания, как пространственно-временные и информационно-энергетические параметры.

В среде спортивных психологов происходит разделение волевых качеств по уровню их значимости для того или иного вида спорта. Чаще всего их разделяют на общие волевые качества и основные волевые качества, замечает Ильин Е.П. [21].

Общие волевые качества имеют отношение ко всем видам спортивной деятельности, а основные волевые качества определяют результативность в конкретном виде спорта. К общим волевым качествам определяют целеустремленность, дисциплинированность и уверенность. А.Ц. Пуни и Б. Н. Смирнов утверждают, что к общим волевым качествам относится только целеустремленность; а к основным волевым качествам: настойчивость,

упорство, выдержку и самообладание, смелость и решительность, инициативность и самостоятельность.

Иванников В.А. и др. (1990, 2006) предприняли попытку разрешить создавшееся разногласие в положении с дифференциацией и классификацией волевых качеств с помощью факторного анализа. Но содержательная часть каждого свойства авторами не рассматривалась, а принималась как то, что не требует доказательств. Поэтому остается не решенным вопрос по отнесению к волевым качествам таких свойств, как обязательность, принципиальность, ответственность и деловитость. Такие характеристики (спокойный, энергичный) скорее всего можно отнести к темпераменту, чем к воле.

Калин В.К. (1983) двигался иным путем в решении вопроса классификации волевых качеств [22]. Он выделяет базальные (первичные) и системные (вторичные) качества. К базальным качествам он относит энергичность, терпеливость, выдержку и смелость. К системным качествам – настойчивость, дисциплинированность, самостоятельность, целеустремленность, инициативность, организованность. В представленных выше качествах, по мнению автора, наиболее выделена личностная саморегуляция деятельности.

Рассматривая волевые качества как фенотипическую характеристику наличия возможностей человека, как одно целое врожденного и приобретенного, часть учёных говорит о горизонтальной и вертикальной структуре волевых качеств.

Горизонтальную структуру волевых качеств образуют задатки, в роли которых выступают типологические особенности свойств нервной системы человека. Однако, Ильин Е.П. убеждён, что не следует говорить о плохих и хороших типологических особенностях. При этом необходимо отметить, что каждое волевое качество имеет свою психофизиологическую структуру; одни компоненты в разных волевых качествах могут совпадать, другие – расходиться.



Вертикальная структура предопределяет, что все волевые качества имеют схожие три «слоя»:

- 1) природные задатки;
- 2) волевое усилие, которое инициируется субъектом;
- 3) социальные и личностные факторы, т.е. мотивационная сфера личности, нравственные принципы и т.д.

В каждом волевом качестве роль вертикальных компонентов может быть разной. Например, такое качество, как терпеливость в основном определяется природными задатками (и по некоторым данным, биохимическими характеристиками работы организма), а такое качество как настойчивость определяется в основном мотивацией (в частности, потребностью достижения).

В психологии характера выделяют различные волевые качества личности. К основным, базовым волевым качествам личности, определяющим большинство поведенческих поступков, относятся целеустремленность, инициативность, решительность, настойчивость, выдержка, дисциплинированность [4].

Разное понимание среди учёных сложилось при характеристике настойчивости. Часто такое качество, как настойчивость рассматривается как умение продолжительно во времени преодолевать трудности на пути к достижению результата. Так, Ильин Е.П. дал определение: «настойчивость – это постоянно проявляемое стремление достичь цели, несмотря на трудности и неудачу». С таким определением согласился и Селиванов В.И., отметивший, что «настойчивость относится к наиболее типичным проявлениям воли человека. Главным признаком настойчивости является длительность проявления волевого усилия. Это не сумма импульсивных актов, а система поступков и действия, каждая из которых требует для своего завершения длительных затрат времени» [21; 45].

Анализируя психолого-педагогическую литературу в целом, можно сделать вывод о преимуществе именно такого понимания настойчивости. Но

встречаются и определенные разночтения. Например, связывают длительность проявления такого качества как воля, с обязательным достижением цели. Другие же учёные не утверждают на обязательном достижении цели в характеристике настойчивости, ограничиваясь лишь длительностью проявления волевого усилия. Выделяют ещё одну особенность настойчивости – «энергичность волевого усилия (сила)». О детерминированности настойчивости двумя факторами (длительность и энергичность) писал Рубинштейн С.Л.: «Некоторые люди вносят сразу большой напор в свои действия, но скоро «выдыхаются»; они способны лишь на короткий наскок и очень быстро сдают. Ценность такой энергии, которая умеет брать препятствия лишь с налета и спадает, невелика. Подлинно ценным качеством она становится лишь, соединяясь с настойчивостью» [43].

На примере зарубежной (англо-американской) психологической науки можно рассмотреть такое качество, как настойчивость. Данное качество изучалось в рамках такой труднопереводимой на русский язык характеристики личности, как *persistence*. Но более тщательное изучение словарей по этому слову, можно увидеть, что значения представлены гораздо шире: настойчивость, упорство, терпеливость, постоянство, стойкость, выносливость, все то, что традиционно относилось к волевым качествам. Как отмечает Иванников В.А. [19], «эта проблема сохранилась и в современной американской психологии, пережив два этапа, повышенного к ней интереса».

Результатом исследований в области «*persistence*» были определены три направления в изучении настойчивости.

Первое направление рассматривает настойчивость как свойство характера, определяет поведение исследуемого. Большое внимание концентрировалось на постоянстве поведения субъекта в различных ситуациях. Несмотря на то, что надежность измерений была достаточно велика, но валидность, оцениваемая путем сравнения экспертных оценок, оказалась значительно ниже. Корреляция между результатами одного

субъекта по различным критериям настойчивости оставалась в общем незначительной.

При использовании тестов интеллекта, учебные оценки, самооценки учеников, а также экспертные оценки, были определены факторы, которые соответствовали целому ряду независимо описанных ранее характеристик настойчивости: престижная ориентация, настойчивость как физическая выносливость, стабильность характера, соответствующая стремлению и способности переносить дискомфорт, и сопротивляемости дискомфорту ради достижения цели. Качество настойчивости имеет две стороны – «интеллектуальную» и «физическую» настойчивость.

Второе направление представляет настойчивость как «устойчивость к угасанию». Единомышленники этого направления представили существенную связь уровня ожидания успеха или неудачи в проявлении настойчивости и независимость ее от мотивации.

Далее вопрос «persistence» рассматривался в рамках мотивационного подхода. Настойчивость зависит главным образом от таких факторов как сила и содержание мотива действия, потребность в оценке, в самооценке, уровень притязаний и др. Недостаточно был вопрос двойственности детерминации настойчивости стабильными и ситуативными чертами; не представлен исчерпывающий анализ преодолеваемых трудностей в их соотношении со стойкими и ситуативными характеристиками субъекта; не достаточно разработаны методы выявления специфических трудностей, в которых человек проявляет именно настойчивость [4].

Проводимые Голубевой А.И. опытные исследования проявлений настойчивости в дошкольном возрасте, показали, что настойчивость у детей дошкольного возраста нуждается в знаках одобрения, частом подкреплении [15]. Одним из важных волевых качеств является целеустремленность, которую Ильин Е.П. определил, как проявление воли с ясностью целей и задач, планомерностью, сосредоточенностью конкретных действий, мыслей и чувств на непреклонном стремлении к достижению

поставленной цели. Целеустремленный человек ясно видит перспективную цель, сосредоточен на решении близких и далеких задач, мобилизует волевые усилия на преодоление всего, что мешает достижению намеченной цели [21].

Не всякое проявление целеустремленности можно относить к волевой регуляции. Наличие мотивации у детей к занятиям может вести к целеустремленности, отсутствие мотивации - к отсутствию целеустремленности. Особенности цели, целеобразования, охарактеризовали и определили их значение для развития волевого действия дошкольника. Цель включает в себя представление об уровне достижений и успеха, о будущем результате. Исследования Головиной Л.М., показали, как стремление к цели возникает у детей в раннем возрасте, примерно к 2 годам. Ребенок, на основе сильных эмоциональных побуждений, выполняет действия. В этот момент он справляется с определёнными препятствиями и может совершать усилия в процессе достижения цели. В раннем возрасте, когда волевое действие ребенка развивается в подчинении «действие-операция», цель ребенка включает взаимосвязь представлений о том, что и как делать. Взрослым представляется содержательная линия действий. В раннем детстве для развития воли, важна не сама по себе цель, а на основе мотива, чаще всего цели и ее мотивы совпадают, и это весьма важно для волевого развития детей раннего возраста.

Волевые качества формируются на протяжении всей жизни и деятельности человека, важным этапом в волевом развитии является ранний возраст развития личности и период старшего дошкольного возраста. Психические процессы, включая волю, развиваются не сами по себе, а в связи с общим развитием личности [15; 21; 22; 23; 25; 39; 45].

Рассматривая основные условия, способствующие развитию волевых качеств личности в детском возрасте, следует, прежде всего, отметить роль семейного воспитания. Подражательный характер действий свойствен не каждому ребенку. Одним из многих факторов воспитания волевых качеств является личный пример родителей, воспитателей, учителей и других

значимых лиц для дошкольника. Учёные отмечают, с режимом связано развитие воли, с сознательной дисциплиной ребенка, которые способствуют формированию соответствующих волевых качеств. Наибольшую роль в развитии воли необходимо отвести физическому воспитанию. Можем отметить, что, с одной стороны, люди бывают безвольными в связи с отсутствием у них достаточного запаса сил к преодолению препятствий, с другой стороны, физические упражнения, соревнования, учат преодолевать препятствия, позволяют вырабатывать опыт их преодоления. Игровая деятельность особенно важна в воспитании волевых качеств.

Психологи утверждают о возможности целенаправленного развития тех или иных волевых качеств личности. Необходимо учитывать и использовать закономерности, что развитие волевой сферы происходит неравномерно.

Рассматривая проблему о возможности воспитания волевых качеств можно исходить из следующих положений:

- волевые качества детерминируются природными особенностями человека, с одной стороны, и социальными факторами, с другой стороны;
- волевые психические свойства стабильны в той мере, в какой они зависят от природных (главным образом типологических) особенностей;
- при наличии необходимых отношений личности существует возможность компенсации любого волевого свойства за счет других свойств индивида или с помощью соответствующих умений и навыков.

Развитие волевых действий в дошкольном возрасте, рассматривается как система «действие-деятельность», формирование осознанности собственных действий происходит в старшем дошкольном возрасте. Мотивом деятельности в старшем дошкольном возрасте, выступает цель, которая отражает взаимосвязь представлений о том, что делать, как делать и зачем достигать поставленной цели.

Как было отмечено ранее, в старшем дошкольном возрасте волевые действия детей более осознанные, целенаправленные и регулируются

мышлением. Это выражается обдумывании задания, в предварительной ориентировке, в решении поставленных задач, что и как делать более рационально для достижения цели.

Подводя итоги по данному пункту 1.1 «Волевые качества личности дошкольника», делаем вывод: что анализ психолого-педагогических исследований по проблеме воспитания волевых качеств личности дошкольника доказывает, данная проблема является актуальной на современном этапе развития дошкольной педагогики.

## **1.2. Подходы к физическому развитию и воспитанию дошкольников в ДОУ**

Такие ученые, как Алямовская В. Г., Филиппова С. О., Кенеман А.В., Осокина Т. И. и др., высказали свое мнение о роли физического развития детей дошкольного возраста в разные годы как о важнейшем компоненте. Данные высказывания сведены к единому пониманию, физическая культура является ведущим звеном по укреплению здоровья дошкольников в комплексе с насыщенной двигательной активностью [3; 47;49]. Кроме этого, на развитие психических процессов, развитие интеллекта, речи, социально-коммуникативное развитие, на формирование общей культуры ребенка влияет физическое воспитание. Как отмечает А. Ю. Тихонова, происходящие изменения в дошкольном образовании, провоцируют поиск новых педагогических подходов ориентированы на применение новых форм организации образовательного процесса и новых технологий воспитания и обучения [47].

Постоянные поиски эффективных путей укрепления здоровья детей убеждают в том, что мы еще не полностью реализуем оздоровительное влияние различных условий среды на организм ребенка. Практика подсказывает, что часто педагогам не хватает знаний, умений по использованию различных возможностей окружающей действительности при обучении детей движениям и двигательным действиям, формировании у них

физических качеств, ознакомлении с правилами выполнения физических упражнений и приобщении к этим правилам с помощью игровых приемов [14; 37; 46; 54].

В рамках деятельностного подхода образовательная работа по физическому развитию подразумевает игровую деятельность, как основную организацию работы. Трубайчук Л.В. считает, что основа воспитания, развития детей и оздоровления – это двигательно-игровая деятельность. Важной особенностью деятельностного подхода является то, что дошкольник развивается именно в деятельности. И дошкольный период обозначен сензитивным периодом, периодом активного двигательного развития и формирования основных психических функций организма, закладываемых как фундамент личностных качеств. Для этого создавать условия для активной включенности ребенка в освоение движений через Деятельностный подход. В основе системы развивающих игр лежат следующие принципы: совмещение в деятельности ребенка игры и учения и плавный переход игр – забав через игры – задачи к учебно познавательной деятельности. В результате реализации этих принципов создаются условия, способствующие становлению начальных форм самоконтроля дошкольника [6; 9; 11; 13;].

При включённости ребёнка в разные виды двигательно-игровой деятельности происходит развитие рефлексивной стороны личности дошкольника через Деятельностный подход, при котором происходит развитие волевых качеств, осознание собственного поведения. Взрослым необходимо создавать условия для реализации деятельностного подхода в которых дошкольники могут выбирать самостоятельно вид двигательной деятельности, сопутствующие материалы, атрибуты, участников совместной деятельности, спортивный инвентарь. Выбор участников совместной деятельности подразумевает несомненное развитие социально-коммуникативных и волевых качеств, что подчёркивает прямую причастность деятельностного подхода в основании экспериментальной модели жизненных ситуаций личностного выбора дошкольников.

Выстраивание отношений совместной деятельности среди других участников, ребёнку предоставляется возможность овладения разными моделями поведения в зависимости от обстоятельств. Это подготавливает и тренирует ребят (Тихонова А. Ю., 2011). в отношении поведения к другим [47].

Педагогические принципы, на которых основывается решение образовательных задач по физическому развитию дошкольников в контексте деятельностного подхода (Яркина Т.Н.):

- учет ведущих видов деятельности;
- учет сензитивных периодов развития ребенка;
- обогащение, углубление (амплификация) детского развития;
- результативность каждого вида двигательной деятельности;
- высокая мотивированность любых видов двигательной деятельности;
- сотрудничество со взрослыми при организации разных видов двигательной деятельности и управлении ими;
- обязательная рефлексия двигательной деятельности [54].

Рефлексия двигательной деятельности, является особо важным принципом, научить детей понимать значение выполнения своих действий, регулировать собственные силы и отношение к двигательной деятельности - одна из важных задач физической культуры. Одной из основ в решении данной задачи заложена содержательная деятельность по физическому воспитанию – выработка к старшему дошкольному возрасту мотивационной стороны ребёнка, а именно четкого понимания: что хочу, зачем это надо, в чем важность выполняемых действий для меня и окружающих. В дальнейшем такое понимание поможет ребенку овладеть целями и мотивами, что в конечном результате приобретёт двигательный опыт, выработает привычку двигательной активности и жизненную необходимость регулирования собственных волевых качеств.

При деятельностном подходе не только физические качества совершенствуются, но и психические стороны личностного развития



субъекта – ребёнок учится контролировать себя, свои действия в отношении окружающих. О формировании произвольных движений и саморегуляции деятельности можно говорить уже в старшем дошкольном возрасте. Ребёнок старшего дошкольного возраста способен оценивать свои движения, достигнутые результаты, так же может оценить процесс организации и реализации своей двигательной активности, может оценить качественную сторону выполнения собственных движений, обратить внимание на точность, ритмичность, красоту, выразительность, целесообразность. Так ребёнок старшего дошкольного возраста старается выразить свою индивидуальность, подчеркнуть значимость для окружающих и с пониманием подойти к тому, что двигательная активность влияет на сохранность его здоровья.

Интегративный подход. В современном дошкольном образовании интегративный подход выделен как ключевой. Важная составляющая часть интеграции проведения физкультурных занятий - когда каждая часть занятия взаимосвязана, также взаимосвязаны действия взрослого с детьми. Важно не просто показывать физические упражнения, а создавать единый процесс взаимодействия педагогов и воспитанников, для гармоничного переплетения разных образовательных областей. Каждый ребенок должен получить правильные представления о здоровье человека как главной ценности, необходимой ему для полноценной жизни [31].

По утверждению Н. Н. Поддъякова считается, что в дошкольной дидактике интегративный подход соответствует требованию современности: образование должно быть емким, но не большим. Специфика детской психики – глобальность, недифференцированность, неустойчивость, неопределенность, что определяет основной закон развития в дошкольном возрасте – доминирование процессов интеграции. Мысль учёного сводится к тому, что применение интегративного подхода в обучении предоставляет возможность увидеть и понять любое явление целостно. Проведение

интегрированного физкультурного занятия представляет собой объединение нескольких видов деятельности, связанных между собой [39].

Н. Г. Лаврентьева считает, что применение интегративного подхода в физкультурном занятии, помогает педагогу в создании условий для проявления каждым ребенком инициативы, активности, творчества и самостоятельности, обеспечение свободы выбора [29]. В зависимости от накопленного двигательного опыта детей, планирование такого физкультурного занятия может проходить совместно с детьми и педагогом.

Используя интегративного подхода, физкультурные занятия позволяют сочетать в заданиях развитие основных движений, развитие познавательного, коммуникативного, речевого характера дошкольников. Применяя интегративный подход, физкультурные занятия отличаются:

- содержанием занятий и спецификой дидактического материала, где гармонично происходит развитие основных видов движений, физических качеств, познавательных действий (мыслительных, перцептивных, мнемических);

- гармоничным сочетанием развивающих и образовательных задач;

- нетрадиционным проведением (занятия проводятся в форме эстафет, экскурсий, путешествий, например, «Экскурсия в лес», «Путешествие в сказку», «Путешествие на ковре-самолете», спартакиады, например, «Олимпиада зовёт», «Спартакиада с детьми и игрушками», малые олимпийские игры и другие);

- комплексностью и четкостью заданий и видов спортивной деятельности;

- применением разнопланового дидактического материала, спортивного инвентаря, атрибутов к подвижным играм и эстафетам, нестандартного оборудования, выполненного из бросового материала.

Как показывает практика, применение интегративного подхода позволяет повысить эффективность проведения занятий по физической культуре, мотивацию детей к разным видам деятельности. Интегративный

подход помогает развивать двигательные умения и навыки дошкольников, координацию движений, снимает перенапряжение и мобилизует силы старших дошкольников, активизирует познавательное развитие.

Индивидуальный подход. Важным направлением в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования – (далее – стандарт) является поддержка индивидуальности ребенка и развитие его потенциала. Стандарт предъявляет требования и определяет основные критерии развития ребенка – его социализацию и индивидуализацию, где особый акцент сделан на создание системы условий «программы минимум» и их развития как «программы максимум», при этом выдвигается условие создания развивающей образовательной среды в качестве обязательного [8].

В физическом развитии индивидуализация детей дошкольного возраста характеризуется факторами:

- состояние здоровья детей (на основе группы здоровья определяются основные параметры – нагрузка, процедуры оздоровления и закаливания, наиболее подходящие виды движений и упражнений);
- характер двигательной активности (высокий, средний уровень двигательной активности либо малоподвижные дети);
- уровень физического развития, в целом, и степень физической подготовленности;
- уровень двигательного развития (основные виды движений, которыми уже владеют дети);
- половая принадлежность ребенка (тип поведения);
- типом конституции ребенка [49].

Учет перечисленных факторов в физической культуре очень важен, так как от этого напрямую зависит выбор форм и методов для укрепления здоровья детей, развития их физических качеств конкретных детей, что способствует развитию индивидуальности.

Личностный или личностно ориентированный подход дополняет одну из ключевых позиций стандарта – поощрение инициативы ребенка. Так, А.

Ю. Тихонова выделяет индивидуально-личностный подход, который характеризуется ориентированностью личности на самопознание и самоопределение, реализацию индивидуальных потребностей в соответствии с социальными и общекультурными нормами [47].

При личностном подходе взрослый выступает партнером в реализации детских идей и выражении самостоятельности в тех или иных видах детской деятельности.

За счёт разнообразия и непосредственности детей в движениях, у дошкольников проявляются личностные особенности, раскрывая творческий потенциал в двигательной сфере. В совместной и самостоятельной деятельности дошкольник раскрывает свои возможности, проверяя собственные силы, закрепляя свою успешность и признанность среди сверстников. Преодолеть имеющиеся страхи и неуверенность при выполнении движений детям старшего дошкольного возраста помогают подвижные игры, эстафеты.

Все двигательные навыки, которые получает ребёнок, становятся базой для личностного развития – эмоционального, социального, когнитивного.

Компетентностный подход, является важным звеном в дошкольном образовании. Степень готовности к школьной жизни, является важным аспектом для дошкольников. Компетентностный подход ориентирован на развитие и проявление компетентности и чаще всего применителен к взрослым участникам образовательного процесса (педагогам, родителям). Мы полагаем, что в отношении дошкольников, целесообразнее говорить о становлении начальных ключевых компетенций, рассматриваемых как некоторые внутренние потенциальные, скрытые психологические новообразования (представления, знания, система ценностей и отношений), которые выявляются в компетентностях человека на активных, деятельностных проявлениях [18].

В образовательном стандарте интегративные качества на основе формирования здоровьесберегающих компетенций проявляются в

дошкольном возрасте и охарактеризованы определенным образом: ребенок дошкольного возраста владеет: основными культурно-гигиеническими навыками, самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, физически развит; умениями и навыками основных видов движений, контролирует управляет движениями; инициативен, организует двигательную активность свою и сверстников; обладает воображением и проявляет творчество в движениях; эмоционально отзывчив, радуется, переживает; активен, любознателен в двигательной сфере, интегрирует движения с разными видами детской деятельности; в подвижных играх, оценивает результат [54].

Важным фактором при поступлении детей в школу является формирование у детей старшего дошкольного возраста ключевых здоровьесберегающих компетенций. Высоко квалифицированные педагоги в сотрудничестве с родителями способны сформировать такие компетенции. Профессиональная компетентность в сфере здоровьесбережения - является системой компетенций, интегральной характеристикой личности педагога, проявляемой в способности профессионально решать проблемы и задачи, связанные с организацией и осуществлением физкультурно-оздоровительной деятельности, антиципации результатов и последствий своей деятельности и ответственность за них [53]. К профессиональной компетентности педагога предъявляются особые требования. Педагог отвечает за здоровье и жизнь детей, работает с неокрепшим растущим детским организмом, неверное и неадекватное воздействие на который может привести к травмам и нанести ущерб здоровью ребёнка. В профессиональном стандарте актуальна необходимость знания педагогом теоретических основ физического развития, умений применять методы физического развития детей в соответствии с образовательной программой дошкольной организации, особой способностью и потребностью формировать культуру здорового и безопасного образа жизни [34].

Аксиологический подход с точки зрения общечеловеческих ценностей помогает рассмотреть педагогические действия, как необходимость ценностного отношения к человеческой жизни, воспитанию, обучению и образованию в целом.

Высшей ценностью жизнь и здоровье ребёнка, трактуют идеи гуманизма, заложенные в основу современной государственной политики РФ в области дошкольного образования. В стандарте общепризнанным является самоценность личности ребенка, создание условий для его творческой самореализации, его права на развитие и проявление индивидуальных способностей. Профессиональной ценностью, является физическое и психическое здоровье ребёнка. Что в свою очередь определяет важность понимания ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни у всех субъектов образовательного процесса - воспитанников, педагогов, родителей. Понимание сохранения здоровья, принятие его как первостепенной ценностью, отказ от вредных привычек, является ценностным отношением к здоровью.

Оптимизационный подход помогает выбрать более эффективный по определению условий и задач вариант из возможных. Стандарт открывает для педагогов возможности по оптимизации физического воспитания дошкольников, что помогает сконструировать такую систему мероприятий, условий и воздействий, которые, в применении в конкретной дошкольной организации, так смогли бы преобразовать систему физкультурно-оздоровительной деятельности, что помогло достигнуть не любые, а лучшие, максимально возможные конечные результаты.

В таблице 1 представлена характеристика описанных выше подходов применительно к физическому развитию и воспитанию дошкольников по Яркой Т.Н. [54].

Таблица 1 – Характеристика подходов к физическому развитию и воспитанию детей

Подход субъектов	Целевая ориентация	Содержание	Характер взаимодействия	Результаты
Деятельностный	Формирование знаний в области физической культуры, умений и навыков, обеспечивающих успешность практической двигательной деятельности	Освоение основных видов движений, обогащение и накопление двигательного опыта с опорой на ведущие виды деятельности (предметную, игровую)	Ребенок – субъект двигательной деятельности, педагог – организатор, помощник в решении ребенком двигательных задач	Сформированные навыки основных видов движений, произвольность двигательной деятельности

Подход субъектов	Целевая ориентация	Содержание	Характер взаимодействия	Результаты
Интегративный	Формирование целостного представления детей о двигательной деятельности во взаимосвязи с другими видами деятельности, повышение интереса и мотивации детей к двигательной деятельности, совершенствование двигательных действий	Интеграция различных видов деятельности: речевой, познавательной, художественно-эстетической, конструктивной с движениями	Объединение усилий всех специалистов дошкольной организации в сотрудничестве с родителями, признание права ребенка на самостоятельный выбор	Интегративные качества личности дошкольника: произвольность движений, самостоятельность, инициативность в двигательной деятельности, творчество
Индивидуальный	Содействие проявлению и развитию индивидуальности ребенка в физическом аспекте и двигательной сфере	Индивидуализация задач, средств, форм и методов физического развития и воспитания детей, индивидуализация двигательных заданий в групповых, фронтальных формах	Индивидуальное взаимодействие педагога с ребенком, родителями, признание и уважение индивидуальности каждого ребенка и его родителей	Индивидуальный характер двигательной деятельности, проявление ребенком индивидуальных достижений, свойственных его природе



Подход субъектов	Целевая ориентация	Содержание	Характер взаимодействия	Результаты
Личностный	Создание условий для реализации личностного потенциала(возможностей и интересов) каждого ребенка в двигательной сфере	Обеспечение возможности каждому ребенку реализовать себя (свои способности, склонности, двигательные предпочтения), реализация права выбора вида, партнера, оборудования в двигательной деятельности	Адресное, личностно-направленное общение взрослого с ребенком, субъект-субъектное взаимодействие, основанное на равноправном сотрудничестве, взаимопонимании и уважении	Личностные достижения детей: личностный смысл двигательной деятельности, личностно значимый двигательный опыт, рефлексия, ориентация на саморазвитие

Подход субъектов	Целевая ориентация	Содержание	Характер взаимодействия	Результаты
Компетентностный	Содействие становлению начальных ключевых здоровьесберегающих компетенций	Становление начальных компетенций здоровьесбережения, выступающих в дальнейшем основой здорового образа жизни, личностная направленность физкультурного образования, обеспечение активности детей	Личностное субъект-субъектное взаимодействие взрослых и детей, создание педагогом проблемных ситуаций и ситуаций выбора оптимального двигательного поведения, включение детей и родителей в проектную деятельность	Сформированные интегративные качества дошкольника – физически развитый: гармоничный, инициативный, готовый самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием здоровья; профессиональная компетентность педагогов и родителей в сфере здоровьесбережения детей

Подход субъектов	Целевая ориентация	Содержание	Характер взаимодействия	Результаты
Аксиологический	Воспитание ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни	Присвоение общечеловеческих ценностей – ценности жизни, здоровья; мотивирование детей на овладение основами здорового образа жизни (ЗОЖ)	Признание безусловной ценности личности каждого ребенка, его жизни и здоровья, позитивное взаимодействие с ребенком, основанное на уважении	Положительное отношение к двигательной деятельности, ценностное отношение к здоровью, мотивация всех участников образовательного процесса на ЗОЖ
Оптимизационный	Преобразование системы физкультурно-оздоровительной деятельности в дошкольной образовательной организации(ДОО)	Определение, выбор или конструирование наиболее оптимальной системы мер, условий и воздействий исходя из возможностей конкретной дошкольной организации	Интеграция усилий всех специалистов дошкольной организации в сотрудничестве с родителями	Достижение максимально возможных результатов (оптимальных) для детей конкретной ДОО): снижение заболеваемости, улучшение показателей физической подготовленности и двигательного развития

Выше изложенные подходы дают основание судить о том, что комплексное применение охарактеризованных подходов обеспечит возможность профессионального и оперативного решения задач, которые определены стандартом.

Завершая данный пункт 1.2 «Волевые качества личности дошкольника», делаем вывод: те изменения, которые происходят в дошкольном образовании, объективно указывают на актуальность расширения области применения средств физической культуры в процессе развития личности ребенка, через подбор иных педагогических подходов, обновления методов и приёмов, которые были бы ориентированы на применение новых форм организации образовательного процесса в рамках физкультурного занятия.

### **1.3 Воспитание волевых качеств детей старшего дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ на современном этапе**

Двигательное развитие – одна из основных линий развития детей дошкольного возраста. Помимо собственной значимости – это еще и важнейший фактор разностороннего развития личности ребенка [6].

По мнению ряда авторов, наиболее результативным средством физического воспитания дошкольников, позволяющим дать детям разнообразную общефизическую и общедвигательную подготовку, сформировать интерес к миру движений и потребность в двигательной активности, является основная или «общеразвивающая» гимнастика с её огромным многообразием упражнений, привлекательных и доступных детям, начиная с самого раннего возраста [30; 44; 46; 48].

По утверждению Ражабовой Ф. П. - волевые качества личности требуют воспитания, а это дает большие перспективы в воспитании дошкольника, в целом, и формировании у него мотивационно-волевой сферы [41].

Это утверждение справедливо по своей сущности. Подготовительным же этапом воспитания волевых качеств является ранний возраст детей, а также младший и средний дошкольный возраст. На этих этапах формируются только предпосылки развития волевой сферы. Дети учатся преодолевать несложные препятствия. Однако, осознанности выполнения действий, направленных на развитие волевой сферы у детей до 5 лет, еще нет. Сенситивным периодом развития волевых качеств является старший дошкольный возраст, начиная с 5 лет и старше. Действия детей становятся более осознанными, подчиненные достижениям определённых целей. И здесь необходимо отметить, что из всех направлений развития и образования детей или образовательных областей, отмеченных во ФГОС: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие, - именно физическое развитие является наиболее эффективным направлением для воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста. И если быть более точным, то самым результативным средством воспитания волевых качеств у детей старшего дошкольного возраста являются физкультурные занятия. Потому как сама форма занятий, в отличие от совместной, самостоятельной или досуговой деятельности детей, - есть организованная деятельность, где ведущая роль принадлежит взрослому [3]. На физкультурных занятиях детей обучают различным движениям, из которых затем составляются комплексы утренней гимнастики. И от компетентного уровня взрослого, от применяемых им методических приёмов, подходов, зависит успешность волевого развития дошкольников.

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и педагоги дошкольного образования и использовали их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные особенности и проблемы [2].

Такая образовательная область как «физическая культура» в сфере дошкольного образования более ориентирована на подчинение детьми определенным требованиям, выполнение определённых условий, правил. Предъявление более чётких требований на физкультурных занятиях сопряжено с обеспечением безопасности жизнедеятельности детей.

Упражнения оказывают большое влияние на развитие нервной системы. Быстрота реакции, координация, осознанное овладение движениями имеют значение и для умственного развития детей.

Как правило, общеразвивающие упражнения выполняются в коллективе, что способствует развитию у детей организованности, дисциплины [11].

В то время, как в других направлениях развития детей, отмеченных выше, в ходе реализации ФГОС, более применимы альтернативные подходы, обеспечивающие создание условий для социального развития детей. Вместе с тем, следует упомянуть, что в соответствии с ФГОС, педагог должен обеспечить эмоциональное благополучие воспитанников при организации образовательной деятельности, включая и занятия физической культурой. Это подразумевает обеспечение непосредственного общения с каждым ребенком; уважительного отношения к его чувствам и потребностям. Кроме этого, современные требования дошкольного образования ориентируют педагога на поддержку индивидуальности и инициативы детей через создание условий для свободного выбора детьми деятельности, создание ситуаций для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей.

Анализируя требования ФГОС, относительно проведения физкультурных занятий, можно выделить, что при решении образовательных задач физического развития детей, взрослому необходимо установить правила взаимодействия в разных ситуациях, таких как: создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе

ограниченные) возможности здоровья; развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками; развитие умения детей работать в группе сверстников.

Такие требования ФГОС вполне обоснованы для сохранности детства, его самобытности, для создания комфортных условий для полноценного психического и физического развития дошкольников. Здесь же можно отметить, что педагог должен помнить об обеспечении условий для овладения культурными средствами деятельности; об организации видов деятельности дошкольников, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей.

В требованиях ФГОС обращено внимание на создание условий для поддержки спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства; на оценку индивидуального развития детей, а также на взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность.

Эти требования ФГОС ориентируют на интеграцию образовательных областей, на проведение физкультурных занятий, преимущественно, в нетрадиционных формах [33; 35; 52].

Поэтому физкультурное занятие проведенное в форме путешествия детей старшего дошкольного возраста на Север, где дети в игровой форме выполняют задания спортивного и познавательного характера (к примеру - проползти под дугой за загадкой, ответить на нее); преодолевают трудности и препятствия, встречающиеся на пути (пройти по ограниченной плоскости приставным шагом «через реку по мостику» – по доске, перепрыгнуть через воображаемый ручей, спасти какого-нибудь персонажа по пути и т.д.); работают в команде по подгруппам (например, чья команда вперед расчистит путь от воображаемого хвороста, имитацию которого могут создать гимнастические палки), при этом могут выражать свои мнения (как

рациональнее распределить силы), в том числе и проявлять инициативу для принятия решения (в какую сторону пойти по направлениям «волшебного камня», который показывает путь с предполагаемыми приключениями – налево, направо или прямо?) позволяют на одном занятии решать образовательные задачи познавательного и физического развития и привить детям интерес к физической активности.

Сюжетно-ролевая игра продолжает развиваться и занимает ведущее место в жизни детей 4–6 лет. Ребенок с увлечением выстраивает сюжеты, стремится к проигрыванию самых разнообразных ролей, становится более инициативным. Возросшие возможности позволяют ему выбирать тему и намечать замысел игры, обустроить игровое пространство при помощи предметов, использовать в игре различные атрибуты [17].

Учитывая, что в дошкольном возрасте, ведущий вид деятельности – игра, предполагается, что занятия, включая и физкультурные, строятся на сюжетно-ролевых играх или с применением игровых приемов [20]. Исследователи, в частности Е. В. Зворыгина, отмечают, что игра носит развивающий характер, если организуется взрослым по принципу решения игровых задач [16]. Так, значительное место в проведении физкультурных занятий отводится внесению игровых персонажей. Это могут быть Незнайка, Буратино, Айболит или Мойдодыр. Персонажи знакомых сказок детей старшего дошкольного возраста могут выступать мотивационным ориентиром для преодоления препятствий с выполнением заданий спортивного характера, применяя элементы спонтанной игры, создавая новые сюжеты по воображению, например, дети помогают найти Золотой ключик Буратино, преодолев на пути ряд препятствий: бросание мяча в цель для возможности продолжать путь, бег и ходьба с заданиями, перенос на скорость предметов, лазание по веревочной лестнице, хождение по воображаемому бревну, отгадывание загадок Кота Бразилиа и Лисы Алисы с открытым (неоконченным) продолжением занятия – дети сами придумывают дальнейший сюжет своей сказки, обыгрывают спонтанно



персонажей с включением своих героев сказок. Такой приём, используемый на физкультурном занятии, рассматривается как верное средство формирования волевых качеств: для детей созданы благоприятные условия для достижения цели – через игру они с удовольствием выполняют задания, упражнения на основные виды движений, направленные на развитие воли (преодолевают страх, вырабатывают решительность и смелость, ловкость), имеют возможность применить собственную инициативу и фантазию. Так же во время выполнения физических упражнений в игровой форме позволяет избегать длительных статических поз так как они отрицательно сказываются на осанке в целом и в основном формировании свода стопы ребенка [38].

Вышесказанное подтверждают Кенеман А. В. и Хухлаева Д. В.: «Упражнения в основных движениях, которым обучаются дети, требуют проявления смелости, решительности, самообладания и ловкости во время лазанья по веревочной лесенке, хождение по бревну и узкой рейке. Выполнение этих упражнений связано с преодолением чувства страха и неуверенности, волевым напряжением и настойчивостью при достижении цели» [24].

На занятиях физической культурой с детьми старшего дошкольного возраста важное значение в формировании волевых качеств отводится выполнению как основных движений, так и гимнастических упражнений. Здесь основное требование: чёткая регламентация выполняемых действий, соблюдение дозированной нагрузки упражнений, заданий, относительно возрастных и индивидуальных физиологических особенностей; соблюдение методики при проведении физкультурных занятий и в выполнении конкретных движений. Важно правильно распределить нагрузку на организм детей во время проведения физкультурного занятия, избегая переутомления. Здесь педагогу важно знать уровень здоровья воспитанников. Применение дифференцированного приёма позволит контролировать состояние здоровья детей на занятии и после него. Учёт индивидуальных особенностей является

одним из необходимых требований при организации физкультурных занятий [33].

Следует отметить, что при постановке в дошкольном учреждении цели сохранения и укрепления здоровья ребенка, необходимо принять во внимание, что здоровье изначально уже формируется и поддерживается его родителями (независимо осознанно или нет) [12]. Участие родителей (законных представителей) в спортивных соревнованиях совместно с детьми, выводит работу на современный уровень, показывает эффективность мер в формировании волевой сферы дошкольников. Это могут быть физкультурные занятия открытого типа, где родители (законные представители) воспитанников детского учреждения соревнуются командным образом в эстафетах, спортивных соревнованиях, спартакиадах (элементы спортивных игр; выполнение заданий на быстроту, ловкость, силу, смекалку). Такие занятия, кроме развития физических качеств, воспитывают командный дух, организованность, собранность, внимание, формируют целеустремленность, решительность, смелость, волю к победе.

Наиболее эффективной формой обучения дошкольников спортивным играм и упражнениям являются организованные занятия на прогулках [1]. На которой помимо стационарно установленного оборудования, следует выносить дополнительный материал, который служит для закрепления, уточнения, конкретизации новых знаний детей об окружающем мире, а также тренирует их наблюдательность, умение сравнивать, обобщать, делать простейшие выводы [46].

Приведенные примеры физкультурных занятий с детьми старшего дошкольного возраста, с учётом современных требований, помогают понять, как волевые усилия, прилагаемые к выполнению воображаемых ситуаций или определённых действий, способствуют выбору цели, планированию собственных действий, принятию волевых решений, достижению результата.

Физкультурные занятия – это своего рода механизм формирования волевого действия, что составляет основу воспитания, собственно, волевых

качеств дошкольников. На примерах показано, как физкультурные занятия с детьми дошкольного возраста являясь средством воспитания волевых качеств, обеспечивают условия для достижения цели воспитанников через преодоление трудностей и препятствий. Научившись преодолевать препятствия, проявлять «силу воли» дети старшего дошкольного возраста начинают проявлять волевые качества как свойства, устойчивые характеристики личности.

Анализируя влияние физкультурных занятий на развитие волевых качеств детей старшего дошкольного возраста, кроме вышеобозначенного, следует отметить о значительной роли подвижных игр с правилами. Подвижные игры направлены, как правило, не только на развитие основных движений, но и на развитие выдержки, воли, ловкости, быстроты реакции. Подвижные игры воспитывают чувство товарищества, сопереживания, взаимопомощи; формируют честность, справедливость, собранность, дисциплинированность, умение подчиниться правилам. Подвижные игры развивают смелость, целеустремлённость, смекалку, решительность, а также развивают чувства доброжелательного отношения к соперникам. Подвижные игры, грамотно организованные на физкультурных занятиях и используемые в системе, позволяют перенести формируемые волевые качества детей в их повседневную жизнь, что в свою очередь переходит в привычку и доводится до автоматизма. Будущим первоклассникам, которые после детского сада поступят в первый класс, очень важно, чтобы правильно соотносить себя в коллективе сверстников. Важно будущим школьникам научиться подчинять свои чувства и желания озвученным в обществе правилам. Эту особенность отметили Кенеман А. В. и Хухлаева Д. В. в своих трудах: «На физкультурных занятиях, двигательная деятельность детей содействует воспитанию у них умения вести себя в коллективе, подчинять свои чувства и желания определенным правилам, которые общие для всех детей. Все это постепенно воспитывает у ребенка необходимое, сознательное, активное торможение отрицательных чувств и поступков» [24].

Такую же мысль выразил, и П.К. Анохин, который считал, что «Если человеку не приходилось в детстве сдерживать свои поступки, руководствуясь определенными социальными мотивами тормозящими возбуждениями то для него и в дальнейшем всякое вынужденное и категорическое торможение эмоций будет внезапным, а это как раз и может стать опасным. Мы должны воспитывать в ребенке именно комплексы тормозящих возбуждений, развивать сознательность в широком смысле. Воспитание эмоции ведет к гармоническому развитию личности человека. И такая планомерная тренировка должна начинаться с раннего детства» [5]. Такое утверждение справедливо сказано. Как уже было выше отмечено – ранний возраст и последующие возрастные ступени до старшего дошкольного возраста являются периодом, формирующим предпосылки воспитания волевых качеств. Последовательная и систематическая работа в этом направлении позволяет заложить основные компоненты волевых качеств: организованность, умение слушать взрослого и выполнять его указания, сдерживать эмоции. Наиболее доступным средством воспитания воли на физкультурных занятиях являются подвижные игры.

Подвижные игры просты и понятны детям. В зависимости от взросления детей усложняются и сами игры. Сюжеты становятся сложнее, правила требуют от детей большей внимательности, координированности движений, сноровки. В отличие от детей раннего возраста до пятилетнего, когда словесные указания более простые, в играх для детей старшего дошкольного возраста встречаются сложные для восприятия игровые сюжеты с рядом условий. Это подвижные игры, где необходимо запомнить и слова для коллективного проговаривания, и запомнить ряд последовательных действий для соблюдения правил игры. Некоторые подвижные игры предполагают выбор водящего. Обычно все дети охотно претендуют на эту роль. Применение приёма выбора водящего через считалку, является оправданным методическим приёмом, который обеспечивает формирование сразу нескольких качеств: подчинение условию, принятие выбора по

справедливости и принятие ответственности за честный выбор. Рогов Е.И. констатировал: «Это формирует волевою сферу старшего дошкольника, приучая его к выдержке, дисциплине, признанию определенных, понятных детям норм поведения. Так воспитывается необходимый критерий оценивания себя и других детей, вырабатывается нравственное сознание» [42].

При проведении физкультурных занятий очень показательный пример, когда дети способны оценить себя и своих сверстников с позиции критичности. Это помогает выработать нравственное сознание. Но таким навыком дети начинают обладать только к началу старшего дошкольного возраста, что особо подтверждает сенситивность периода от 5 до 7 лет воспитания волевых качеств.

Кроме всего, что было уже отмечено в качестве эффективных средств воспитания, используемых на физкультурных занятиях для развития волевых качеств у детей старшего дошкольного возраста, необходимо указать на использование выразительных и дидактических средств. К выразительным средствам относятся не только словесные указания, команды, распоряжения, но и четко сформулированные мысли при объяснении заданий, правил или методики выполнения основных движений. Объяснения должны быть кратки, доступны детям конкретной возрастной категории, эмоционально выразительны и наглядно иллюстративны. Так, кроме командного тона, который оказывает воздействие на собранность, дисциплинированность, методически оправданно применять слова поощрения, поддержки детей при выполнении сложных заданий. Особенно в этом нуждаются дети с нерешительными волевыми качествами, дети с ослабленным физическим или психическим здоровьем, дети с ограниченными возможностями здоровья или дети-инвалиды. Уместное применение художественного слова в качестве четверостишия, поговорки, пословицы или применение сравнительного образного выражения оказывает в некоторых случаях большее значение, чем командный тон. Например, такая распространенная поговорка как один за

всех и все за одного, может стать спортивным девизом для поднятия командного духа старших дошкольников. Или сравнительный образ богатырей может сработать на мобилизацию силовых усилий. Так же важны средства выразительности при проведении эстафет, спортивных соревнований или спартакиад. Это может быть отражено в названии команд, например, команды «Победители», «Сильные, смелые, ловкие» уже выражают настрой к преодолению препятствий и достижению успеха. В проведении физкультурных занятий в соревновательной форме важны такие методические приемы, как торжественность проводимого мероприятия (например, внесение стилизованного факела, имитирующего олимпийский огонь), приветственное слово педагога или авторитетного взрослого человека (известного спортсмена или героя, например), приветствие команд друг друга. Такие моменты позволяют эмоционально настроить детей старшего дошкольного возраста на организованность, осознанность собственных действий, настроить на максимальность вложение собственных сил для достижения победы, для развития чувства товарищества и взаимовыручки. Важна и поддержка болельщиков, которая позволяет мотивировать детей на успешность выполнения заданий, на развитие чувства общности в достижении успеха. Наглядно-иллюстративные методы также важны в проведении таких занятий физической культурой. Например, оформление спортивного зала спортивными эмблемами, символикой олимпийских игр или спартакиад, оборудование атрибутов, зоны для награждений или поощрений: стилизованный пьедестал, стилизованные медали. К выразительным средствам можно отнести и музыкальное сопровождение при проведении физкультурных занятий не только соревновательного вида, но и любых занятий. Музыкальное сопровождение в некоторых случаях может заменять словесные указания, например, использования маршевой музыка, дети самостоятельно переходят на ходьбу маршем, при смене музыки на быстрый темп, дети самостоятельно могут перейти на бег или другие выполнения действий. Но такие моменты самоорганизации детей доступны в

основном детям старшего дошкольного возраста, когда педагог вначале занятия дает словесные указания на выполнение движений под характерную музыку. И такие обстоятельства дополнительно помогают формировать волевые качества: концентрировать слуховое внимание, координировать свои действия самостоятельно под изменяющиеся условия. Музыка служит на физкультурном занятии и для поддержания эмоционального настроения, при котором более слаженно происходит воспитание волевых качеств. Так как выполнение любых действий в положительном эмоциональном настроении, повышает эффективность, снижает утомляемость организма.

Применение дидактических игрушек, атрибутов, стилизованных предметов в равной степени, как и применение физкультурных занятиях спортивного инвентаря, спортивного оборудования или предметов-заместителей, так же способствует эффективности развитию волевых качеств. Это, например, шапочки или нагрудные элементы, позволяющие войти в образ при проведении подвижных игр – собака для подвижной игры «Лохматый пес», медведь для подвижной игры «У медведя во бору» и т.д. Стилизованные предметы, такие как труба ПВХ, например, может заменить бревно, а шелковистая ткань голубого цвета может стать рекой или ручейком, гимнастические палки – хворостом, клюшкой для хоккея. Использование таких дидактических приемов позволяет педагогу на занятии создать эмоциональный настрой, развивать инициативность, воображение, что в свою очередь способствует воспитанию волевых качеств: через игровые приемы преодолевать трудности.

Важнейшим моментом является применение практического метода на физкультурном занятии. К такому относится показ выполнения действий, движений. На занятиях с детьми старшего дошкольного возраста показ движений может быть показан педагогом и может быть показан при помощи ребенка. Например, при первичном показе и объяснении нового задания, взрослый показывает и объясняет, как методически правильно выполнять то или иное действие. Далее может предложить показать ребенку из группы как

правильно выполнять задание, акцентируя внимание, на самых сложных элементах. Дети старшего дошкольного возраста с удовольствием выражают инициативу быть образцом для повторения. Такой прием дети воспринимают как акт доверия и стараются приложить максимально усилия к оправданию этого доверия. Так, для выполнения знакомого комплекса гимнастических упражнений, можно привлечь ребенка для показа. Для объяснения правил знакомой игры так же можно прибегнуть к помощи ребенка. Но при этом важно, что дети в качества образца привлекаются не одни и те же, а разные, в том числе и неуверенные, нерешительные, застенчивые. При поддержке взрослого, у таких детей вырабатывается чувство ответственности, лидерства, позволяющие мобилизовать собственные ресурсы.

Еще один фактор, обеспечивающий эффективное развитие волевых качеств детей – создание безопасных условий, обеспечение страховки при выполнении основных видов движений (лазание, прыжки, ходьба по наклонной поверхности, по скамейке, бруску и т.д.). Детям важно знать, что взрослый во время движения сможет им обеспечить безопасность. А выполнение задания не принесет ему вреда здоровью. Такие гарантии помогают преодолеть неуверенным детям свой страх, вырабатывать силу воли.

Другие факторы, помогающие воспитанию волевых качеств – это соблюдение санитарно-гигиенических условий, учет гендерных и возрастных особенностей. Здесь важен каждый момент, который позволяет грамотно организовать физкультурное занятие. Так, например, от степени проветренности помещения, от проведения регулярной влажной уборки перед занятием, от наличия удобной спортивной формы зависит комфортность пребывания детей на занятии, что служит залогом успеха реализации образовательных задач, в частности в воспитании волевых качеств [40]. Гендерные и возрастные особенности так же играют роль на успешность овладения волевыми качествами. Все в комплексе служит на то, что волевые качества развиваются полноценно, системно. Развитие волевых



качеств помогает развиваться личностным качествам, которые в дальнейшем могут составить базисную основу. Это важный аспект, так как от формирования базисных личностных качеств впоследствии зависит будущее ребенка, выраженное в успешности деятельности.

Так, Кот Н.А., рекомендует: «В содержание занятий целесообразно включать серии заданий, направленных на воспитание у детей определенных личностных качеств. Например, для стимулирования проявления целеустремленности и настойчивости можно использовать задание на достижение предельного результата, особенно в играх-соревнованиях (достижение максимальной скорости бега, наибольшей длины в прыжках, предельной дальности метания); продлевать время двигательной деятельности; вносить отягощения; до минимума сокращать отдых между упражнениями разной направленности, но большой интенсивности; использовать повторение усвоенных движений в непрерывном режиме и т.д.» [27].

Проанализировав основные механизмы формирования волевых качеств у детей старшего дошкольного возраста через физкультурные занятия, важно сказать о роли мониторинговой деятельности. Кот Н.А. отмечает: «Для оценки эффективности процесса воспитания нравственно-волевых качеств у дошкольников и своевременной коррекции их развития необходим педагогический мониторинг. Особое значение имеет первичное наблюдение за уровнем проявления качеств. При этом следует выделить критерии и показатели их развития, руководствуясь сущностными характеристиками проявления» [27].

Мониторинговая деятельность важна для оценки качества организации физкультурных занятий, а также для проведения индивидуальной работы с детьми, для формирования индивидуальных образовательных маршрутов при необходимости. Качественные показатели, собираемые в начале учебного года, как правило, дают основания для определения индивидуальной работы с детьми или для работы с детьми по подгруппам. Так, выявленные

дефицитные качества развития волевой сферы при проведении оценки развития волевых качеств детей старшего дошкольного возраста, позволяют планомерно проводить работу по совершенствованию отдельных качеств у конкретных детей или подгруппы детей. Мониторинг, проведённый в начале учебного года, позволяет определить методы и приёмы работы в организации физкультурных занятий на плановый учебный год. Мониторинг, проводимый в конце учебного года, показывает результативность проводимой работы, оправданность используемых форм, методов и приёмов. Проведение мониторинговой деятельности помогает выявить не только дефицитные стороны волевой сферы, но и определить детей с более развитыми волевыми качествами. Индивидуальная работа с такими детьми позволяет вместе с волевыми качествами развить одарённость в общеспортивном плане, закрепив стремление к успешности, целеустремлённости, продвижению вперёд.

Кот Н.А. определяет так: признаки проявления целеустремленности и настойчивости – максимальная длительность выполнения движения, количество его повторений, положительная динамика результатов, стабильный интерес к выполняемым действиям. Признаки проявления выдержки и дисциплинированности: время перехода от двигательной активности к статике, длина преодолеваемой дистанции, сохранение нужного ритма. Решительность и смелость – при сохранении техники и темпа движений, нормальной частоты пульса и дыхания, отсутствии тремора [27].

Завершая п. 1.3 «Воспитание волевых качеств детей старшего дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ на современном этапе», можно сделать выводы: физкультурные занятия, проводимые в условиях дошкольной организации, предоставляют разнообразный спектр использования многообразия форм, методических приемов для формирования у детей старшего дошкольного возраста волевых качеств. Специфика физкультурных занятий с детьми старшего дошкольного возраста заключается в соблюдении современных требований, в применении

комплекса условий, разнообразных средств, которые позволяют воспитать в достаточной мере волевые качества, выраженные в точной регламентации выполняемых детьми основных движений и упражнений, правил или условий, что воспитывает согласованность действий, сознательность, сосредоточенность, дисциплинированность, волевые усилия.

### **Заключение по главе 1**

Целью физического воспитания детей дошкольного возраста, в свете современного образования, является содействие гармоничному формированию всесторонне развитой личности. Изучение основ физической культуры – это основное средство для реализации поставленной цели. Под изучением основ физической культуры понимается определенное количество знаний, навыков и потребностей, оптимальный уровень здоровья, физического развития, разностороннее развитие двигательных способностей, умения осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность. К этим параметрам необходимо добавить актуальность проводимой работы, ее целенаправленность по воспитанию ценностных ориентаций на физическое и духовное развитие личности. Важная особенность при организации образовательной деятельности – формирование привычки здорового образа жизни, развитие потребности и желаний к постоянной двигательной активности, развитие волевых и нравственных качеств у детей старшего дошкольного возраста.

Сформированность волевой сферы у детей старшего дошкольного возраста позволит в дальнейшем успешному школьному обучению, а в будущем поможет сознательно направлять свою деятельность в соответствии с определенными целями, преодолевая жизненные трудности и препятствия. Однако, одной из актуальных проблем дошкольного образования современности, выделена проблема воспитания волевых качеств личности детей старшего дошкольного возраста. О необходимости воспитания волевой

культуры личности отражено в концепции дошкольного воспитания. В период дошкольного детства ребенок учится преодолевать трудности, контролировать выполнение действий, оценивать результаты, совершать усилия воли. Дефицит волевого развития дошкольников и наличие потенциальных возможностей для данного этапа, обозначают важность проблемы развития волевых качеств детей старшего дошкольного возраста. По мнению учёных, несформированность волевой сферы у детей старшего дошкольного возраста может привести к инфантильности на последующих этапах онтогенеза, что будет тормозить развитие личности в целом.

## ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

### 2.1. Организация исследования

На **первом этапе** нами был осуществлен сбор и анализ литературных источников по теме «Воспитание волевых качеств детей дошкольного возраста на занятиях физической культурой в ДОУ». На этом этапе были собраны и проанализированы 54 литературных источников.

На **втором этапе** осуществлялся подбор методик для исследования, выбор группы испытуемых. С целью исследования воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста на занятиях физической культурой в ДОУ было организовано эмпирическое исследование на базе МБДОУ №162 (реорг. в №182) города Красноярск. В исследовании принимали участие 50 детей в возрасте 6-7 лет, посещающих подготовительную группу.

**Третий этап** исследования включал констатирующий этап педагогического эксперимента, на котором была выявлена степень сформированности волевых качеств детей дошкольного возраста. Этап продолжался в течение недели в сентябре 2018 г.

На **четвертом этапе** осуществлялась формирующая работа по воспитанию волевых качеств детей дошкольного возраста на занятиях физической культурой в ДОУ. Этап продолжался 2,5 месяца (февраль-апрель 2019 г.). Были разработаны содержание занятий в рамках НОД по физическому воспитанию.

На **пятом этапе** осуществлялся контрольный этап педагогического эксперимента, на котором вновь оценивалась степень сформированности волевых качеств детей дошкольного возраста, уже после формирующей работы. Этап продолжался в мае 2019 г.

На **шестом, заключительном, этапе** нами был проведен анализ и полученных данных, осуществлена статистическая обработка результатов, установлена достоверность полученных результатов, определена эффективность экспериментального исследования.

## 2.2. Методы исследований

**Анализ литературных источников** – данный метод позволил изучить теоретические основы развития волевых качеств детей старшего дошкольного возраста. В результате проведения анализа литературных источников нами были исследованы следующие вопросы: теоретические подходы к исследованию волевых качеств личности дошкольника, подходы к физическому развитию и воспитанию дошкольников в ДОУ, теоретические подходы к воспитанию волевых качеств детей дошкольного возраста средствами занятий физической культурой в ДОУ.

**Тестирование** – исследовательский метод, который позволяет выявить уровень знаний, умений и навыков, способностей и других качеств личности. Тестирование было использовано нами на констатирующем и контрольном этапах эксперимента для диагностики степени сформированности волевых качеств детей дошкольного возраста, применялись методики «Закрась фигуры», «Картинки и кружки» (Е.А. Ключникова) [25], тест на физическую выносливость (бег на 200 м) [37].

Методика «Закрась фигуры» позволяет определить уровень упорства и целеустремленности в структуре монотонной деятельности. Для проведения методики используется тестовый бланк, на котором в четыре ряда нарисованы контуры различных 20 фигур (круг, квадрат, треугольник, четырехугольник), в трех рядах располагается по 6 фигур и в четвертом ряду две фигуры (Приложение А). Детям предлагается инструкция: «Закрасьте эти фигурки очень аккуратно, не выходя за контур». Методика проводится индивидуально с каждым ребенком и заканчивается, как только ребенок начинает проявлять небрежность или отказывается от работы. Одна аккуратно закрашенная фигура оценивается в 1 балл. Максимальное количество баллов - 20. Полученные результаты сравниваются со стандартными оценками уровней представленных в таблице 2.

Таблица 2 – Стандартные значения уровней упорства и целеустремленности по методике «Закрась фигуры»

Количество баллов	Уровень
15-20	высокий уровень
9-14	средний уровень
8 и менее	низкий уровень

Методика «Картинки и кружки» позволяет выявить уровень упорства и целеустремленности. В ходе проведения методики используются парные бланки, на одном из которых сверху и снизу изображено по 2 кружка, а на другом различные картинки (Приложение Б). Ребенку одновременно показываются 2 бланка (с кружками и картинками), и предлагается внимательно смотреть поочередно на каждый кружок - сначала на верхние, потом на нижние. На картинки смотреть нельзя. Правильность выполнения фиксируется исследователем по направлению взгляда испытуемого. Анализ выполнения проводится по следующим критериям: 10 баллов высшая оценка - ставится в том случае, если ребенок при выполнении всех заданий не отвлекается на картинки. Невыполнение условий для каждого задания снижает оценку на 1 балл. Полученные результаты сравниваются со стандартными оценками уровней представленных в таблице 3.

Таблица 3 – Стандартные значения уровней упорства и целеустремленности по методике «Картинки и кружки»

Количество баллов	Уровень
9-10	высокий уровень
6-8	средний уровень
1-5	низкий уровень

Тест на физическую выносливость состоит в следующем. К линии старта приглашается группа детей (5 - 7 человек), сформированная с учетом

двигательной активности. Инструктор дает команду: «Внимание!» (флажок поднимается вверх) и, убедившись, что дети готовы к бегу, дает команду «Марш!», одновременно опускает флажок. Команды подаются ровным, спокойным голосом, что помогает избежать резких движений участников на старте. Дети бегут, минуя финиш до ориентира в непрерывном равномерном режиме. Допускается пробегание дистанции вместе с инструктором, которого не обгоняют и не отстают более, чем на 10 метров. При выполнении теста возможен переход на ходьбу. Отмашка флажком должна даваться сбоку от стартующих детей, не мешая началу движения. С момента опускания флажка и началом движения детей секундомер включается. Секундомер выключается после пересечения детьми финишной линии. Результат измеряется от линии старта до линии финиша и фиксировался до десятых долей секунды. Результат оценивался в соответствии с таблицей 4.

Таблица 4 – Уровни сформированности волевых качеств дошкольников (тест физической выносливости)

Пол	Уровень		
	низкий	средний	высокий
М	1:48	1:06-1:47	1:05
Д	2:51	1:13-2:50	1:12

**Педагогический эксперимент** – это специально организуемое исследование, проводимое с целью выяснения эффективности применения тех или иных методов, средств, форм, видов, приемов и нового содержания обучения и тренировки. Констатирующий и контрольный этапы эксперимента включали тестирование, на формирующем этапе в рамках осуществления НОД (образовательная область «Физическая культура») проводился комплекс физических упражнений, направленных на развитие выносливости и настойчивости.



**Статистическая обработка результатов** – обработка полученных данных в ходе исследований при помощи методов математической статистики. Данные группировались в сводные таблицы и проводился подсчет процентных долей проявления волевых качеств у испытуемых. Статистический анализ достоверности сходства производился при помощи расчета Т критерия по Стьюденту.

### ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВОСПИТАНИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ДОУ

#### 3.1. Результаты определения уровня развития волевых качеств детей старшего дошкольного возраста

В исследовании приняли участие 50 детей в возрасте 6-7 лет, посещающих подготовительные группы МБДОУ №162 г. Красноярск. Для диагностики степени сформированности волевых качеств детей дошкольного возраста применялись методики «Закрась фигуры», «Картинки и кружки» (Е.А. Ключникова), «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)».

Результаты диагностики представлены ниже. После проведения методики «Закрась фигуры» были получены следующие результаты (таблица 5).

Таблица 5 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры» экспериментальная группа до эксперимента

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	0	0%
Средний	0	0%
Низкий	26	100%

По результатам, представленным в таблице 5, можно заключить, что никто из детей не продемонстрировал высокую степень сформированности волевых качеств. 4% детей проявили среднюю степень сформированности волевых качеств, аккуратно закрасив от 9 до 14 предложенных фигур, в то время как 96 % ребят продемонстрировали низкую степень сформированности волевых качеств, аккуратно закрасив менее 8

предложенных фигур, прекратив работу. Для наглядности результаты методики «Закрась фигуры» отражены на рисунке 2.

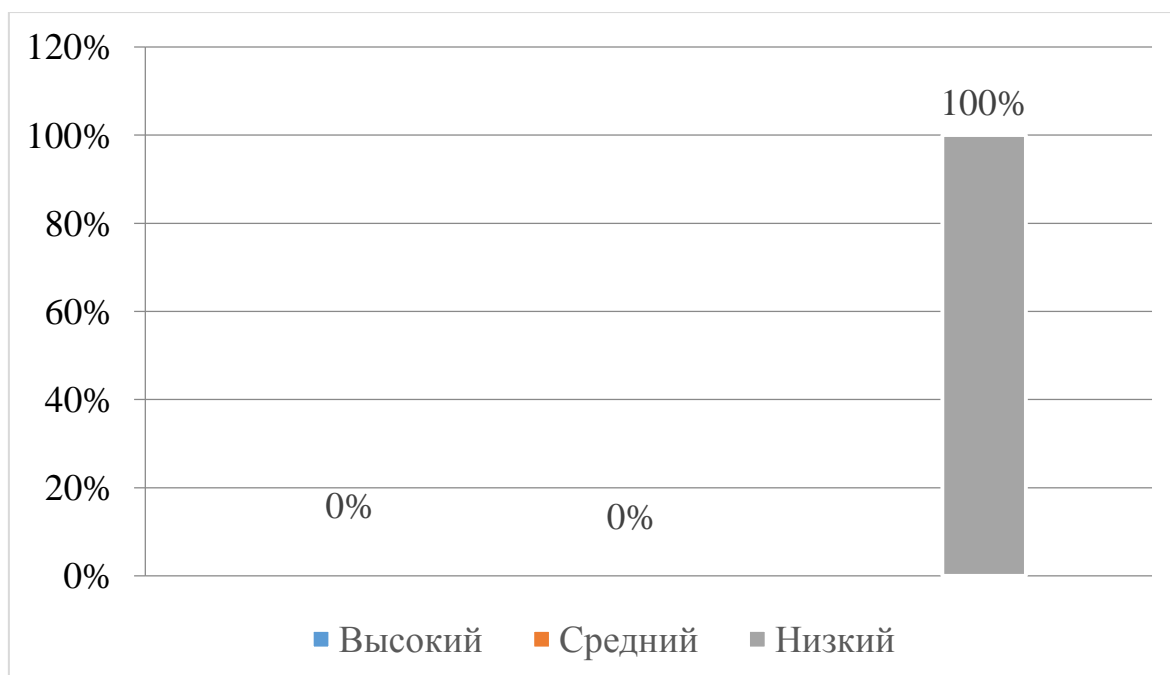


Рисунок 2 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры»

На рисунке 2 видно, что большинство дошкольников имеют низкий и средний уровень сформированности волевых качеств. Результаты диагностики сформированности волевых качеств по методике «Картинки и кружки» представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки» экспериментальная группа до эксперимента

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	0	0%
Средний	10	38%
Низкий	16	62%

Результаты, представленные в таблице 6, демонстрируют, что никто из ребят не работали, почти или совсем не отвлекаясь на картинки и проявили

высокую степень сформированности волевых качеств, 38% детей проявили среднюю степень сформированности волевых качеств, немного отвлекаясь, в то время как 62 % ребят продемонстрировали низкую степень сформированности волевых качеств, довольно часто отвлекаясь. Для наглядности результаты методики «Картинки и кружки» отражены на рисунке 3.

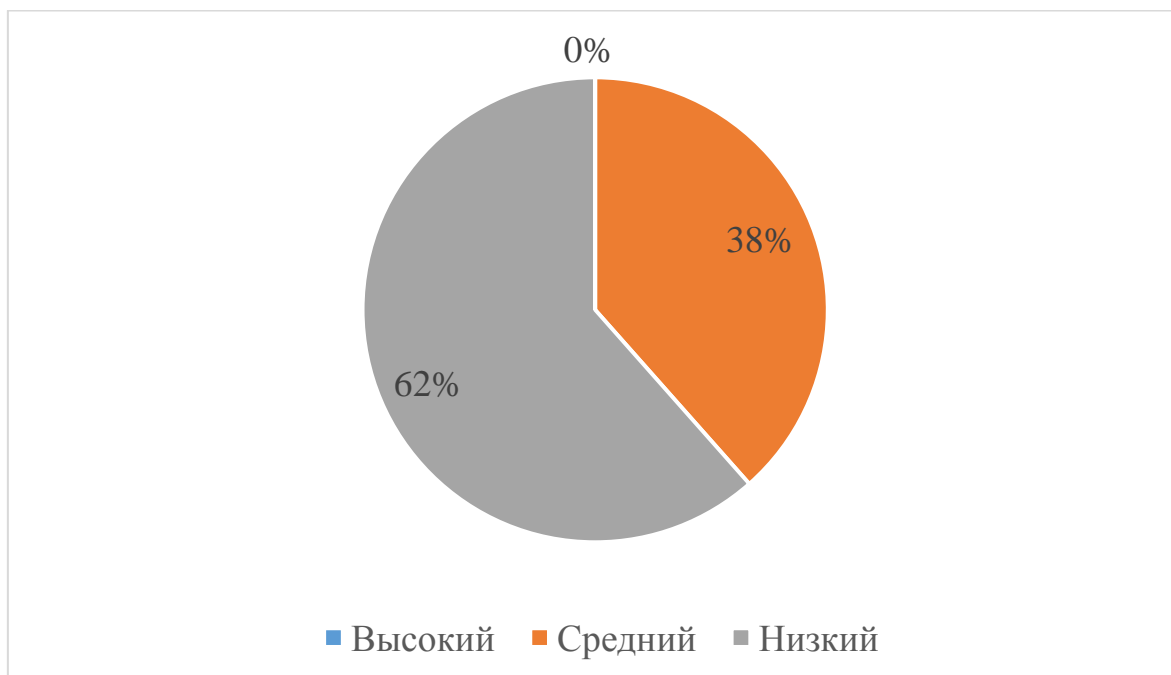


Рисунок 3 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки», %

Результаты диагностики сформированности волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» экспериментальная группа до эксперимента

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	7	28%
Средний	18	72%
Низкий	0	0%

По результатам, представленным в таблице 7, можно заключить, что никто из дошкольников по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» не проявил низкий уровень волевых качеств, 72% детей проявили средний уровень волевых качеств, а высокий уровень волевых качеств был выявлен у 28% детей. Для наглядности результаты методики «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» отражены на рисунке 4.

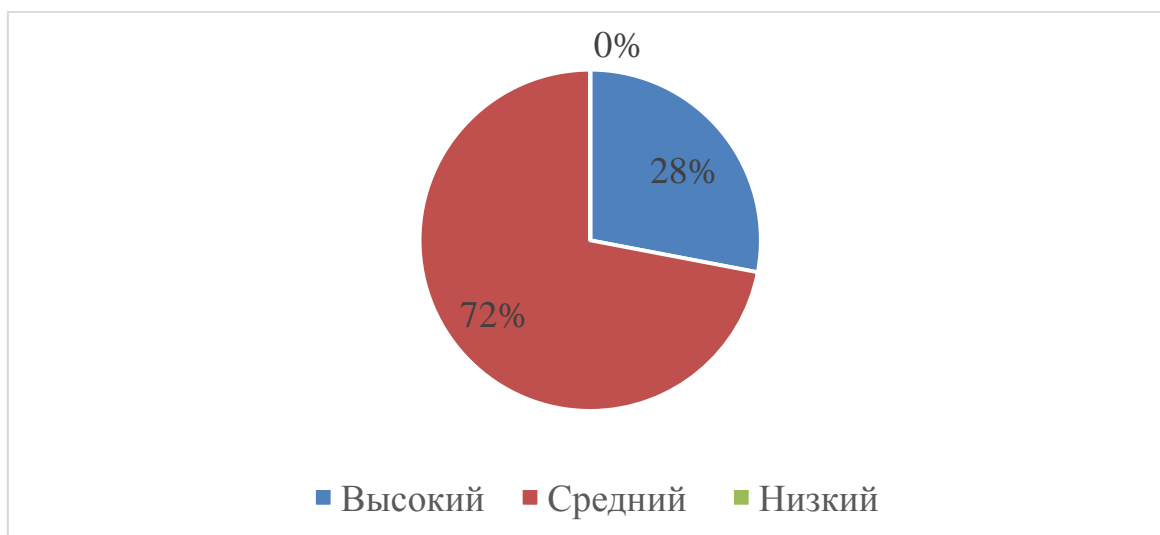


Рисунок 4 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)», %

Таблица 8 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры» контрольная группа до эксперимента

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	0	0%
Средний	2	8%
Низкий	22	92%

По результатам, представленным в таблице 8, можно заключить, что никто из ребят не работал, проявляя упорство и целеустремленность и продемонстрировав низкую степень сформированности волевых качеств. 8% детей проявили среднюю степень сформированности волевых качеств, аккуратно закрасив от 9 до 14 предложенных фигур, в то время как 92 % ребят продемонстрировали низкую степень сформированности волевых качеств, аккуратно закрасив менее 8 предложенных фигур, прекратив работу. Для наглядности результаты методики «Закрась фигуры» отражены на рисунке 5.

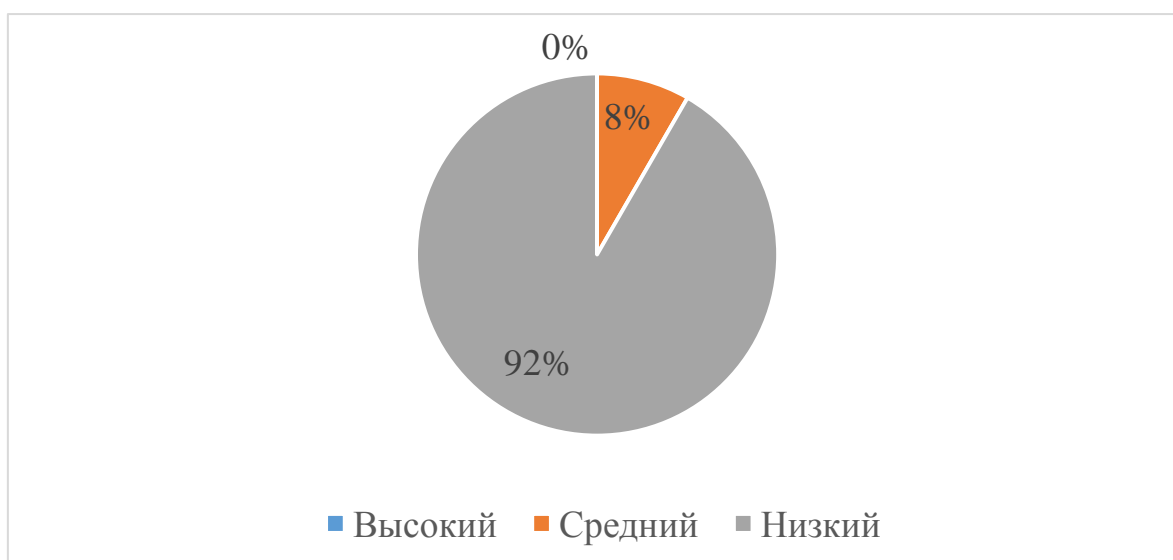


Рисунок 5 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры»,

На рисунке 5 видно, что большинство дошкольников имеют низкий и средний уровень сформированности волевых качеств.

Результаты диагностики сформированности волевых качеств по методике «Картинки и кружки» представлены в таблице 9.

Таблица 9 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки» контрольная группа до эксперимента

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	0	0%
Средний	16	67%
Низкий	8	33%

Результаты, представленные в таблице 9, демонстрируют, что никто из ребят не работал, почти или совсем не отвлекаясь на картинки и проявили высокую степень сформированности волевых качеств, 67% детей проявили среднюю степень сформированности волевых качеств, немного отвлекаясь, в то время как 33 % ребят продемонстрировали низкую степень сформированности волевых качеств, довольно часто отвлекаясь. Для наглядности результаты методики «Картинки и кружки» отражены на рисунке 6.

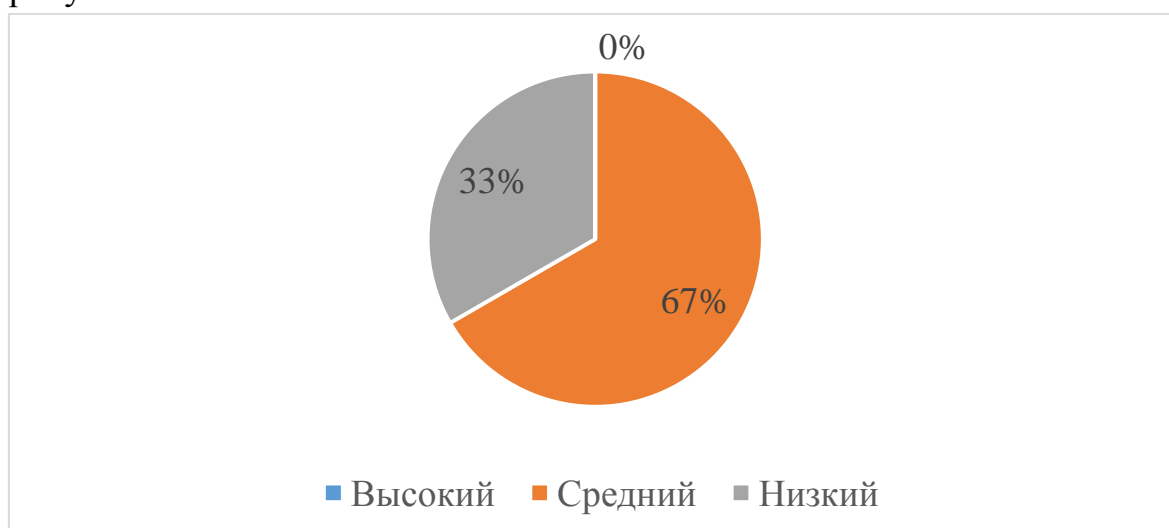


Рисунок 6 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки», %

Результаты диагностики сформированности волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» представлены в таблице 10.

Таблица 10 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» контрольная группа до эксперимента.

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотнош.
Высокий	4	17%
Средний	20	83%
Низкий	0	0%

По результатам, представленным в таблице 10, можно заключить, что 0% дошкольников по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» проявили низкий уровень волевых качеств, 83% детей проявили средний уровень волевых качеств, а высокий уровень волевых качеств выявлен у 17% детей. Для наглядности результаты методики «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)» отражены на рисунке 7.

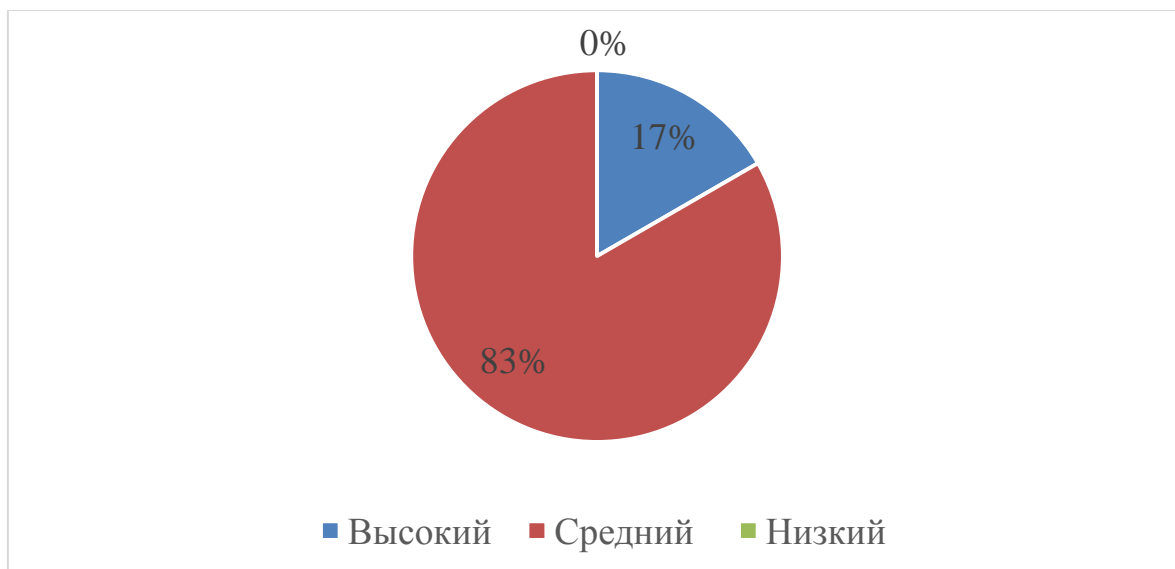


Рисунок 7 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)», %



На рисунке 8 для наглядности приводятся результаты констатирующего этапа эксперимента по всем трем методикам экспериментальная группа.

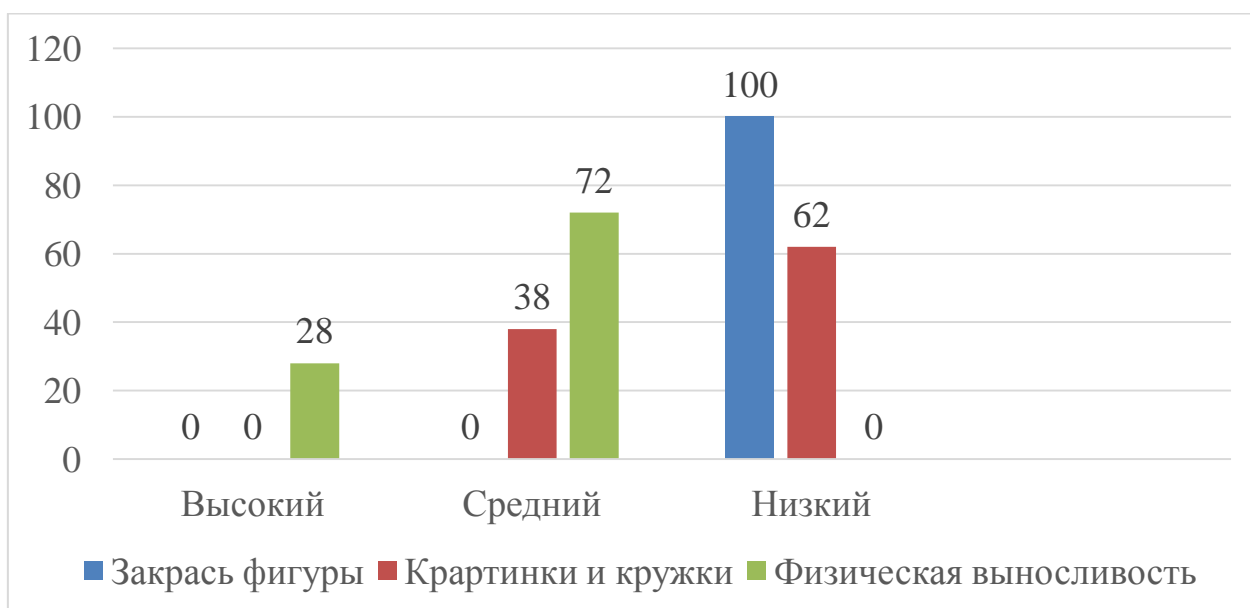


Рисунок 8 – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры», методике «Картинки и кружки» и методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)», %

На рисунке 9 для наглядности приводятся результаты констатирующего этапа эксперимента по всем трем методикам контрольная группа.

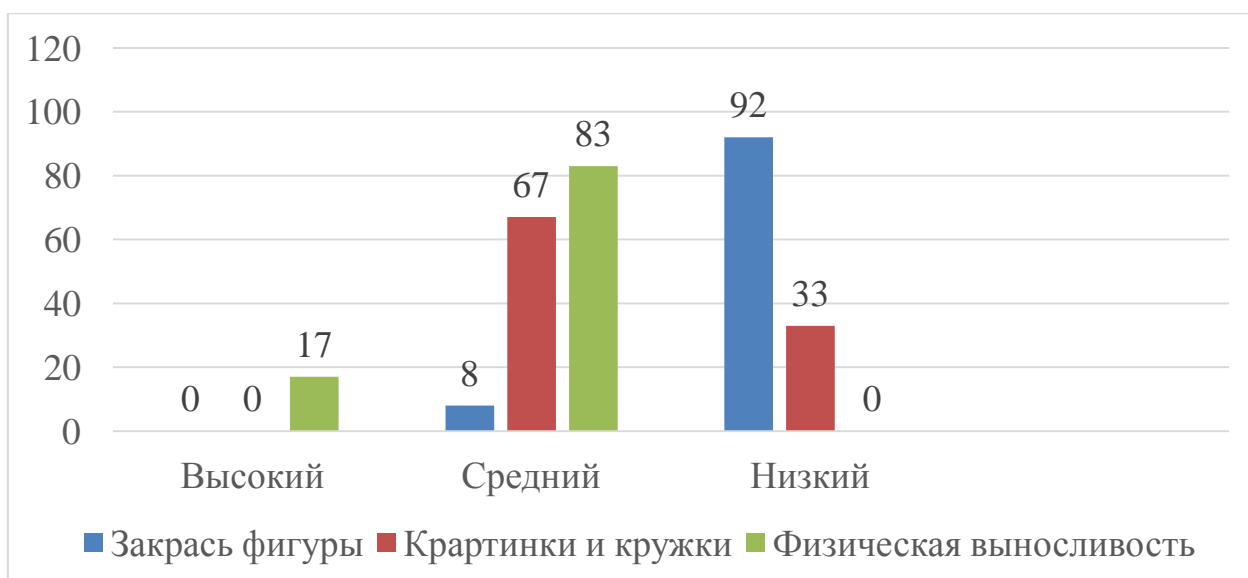


Рисунок 9 – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры», методике «Картинки и кружки» и методике «Тест на физическую выносливость (бег на 200 м)», %

Таким образом, можно сделать вывод о том, по двум методикам все дошкольники продемонстрировали практически одинаковый уровень развития волевых качеств, в основном это низкий и средний уровень, и только по тесту на физическую выносливость показали средний и высокий показатель волевых качеств, что согласуется с теоретическими представлениями.

После первичной диагностики уровня сформированности волевых качеств у дошкольников мы видим, что группы являются равнозначными.

### **3.2 Описание комплекса упражнений, направленных на воспитание волевых качеств детей дошкольного возраста и анализ эффективности воспитания волевых качеств детей дошкольного возраста на занятиях физической культурой в ДОУ**

После проведения констатирующего эксперимента нами были подобраны упражнения и составлен комплекс, который был включен в содержание занятий по физической культуре подготовительной группы детей

МБДОУ №162. Упражнения выполнялись на каждом занятии в основной его части, сочетали в себе развитие физических и волевых качеств в условиях переключения видов деятельности, требующих произвольных усилий детей.

Описание упражнений представлено в приложении (В, Г).

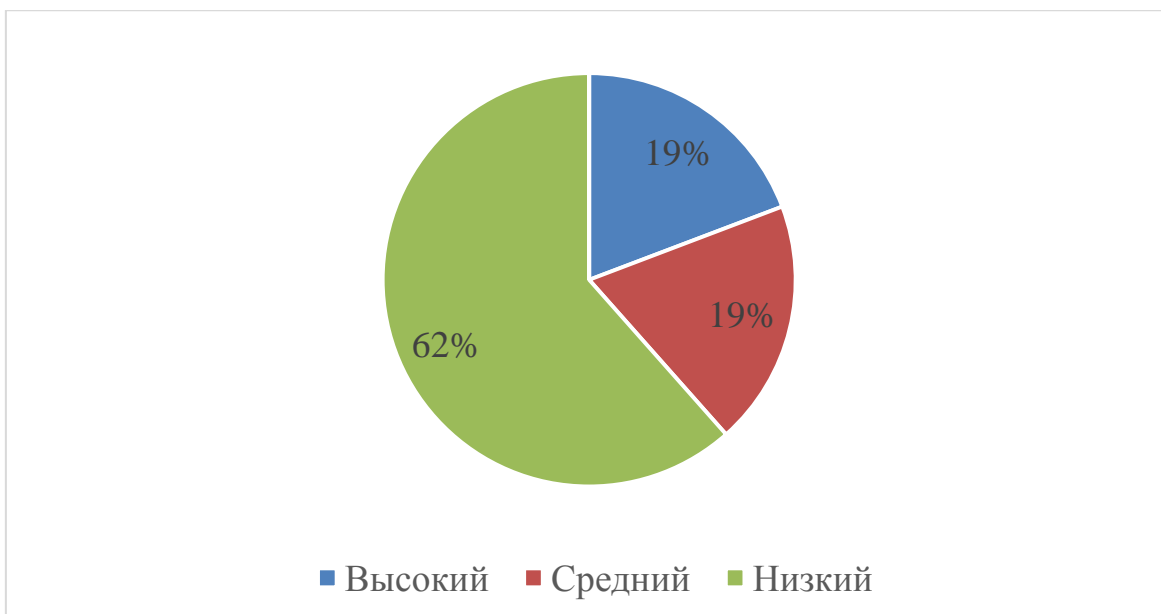
Комплекс упражнений компоновался по следующему принципу: на каждом занятии по физической культуре в его основной части занятия после игры, представленной в приложении (В) «Игры с высокой степенью эмоциональности» обязательно должна следовать игра из приложения (Г) «Игры на сдерживание эмоций и сосредоточенность».

После проведения формирующей работы в экспериментальной группе диагностика по методике «Закрась фигуры» дала следующие результаты (таблица 11).

Таблица 11 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры» после формирующей работы экспериментальная группа

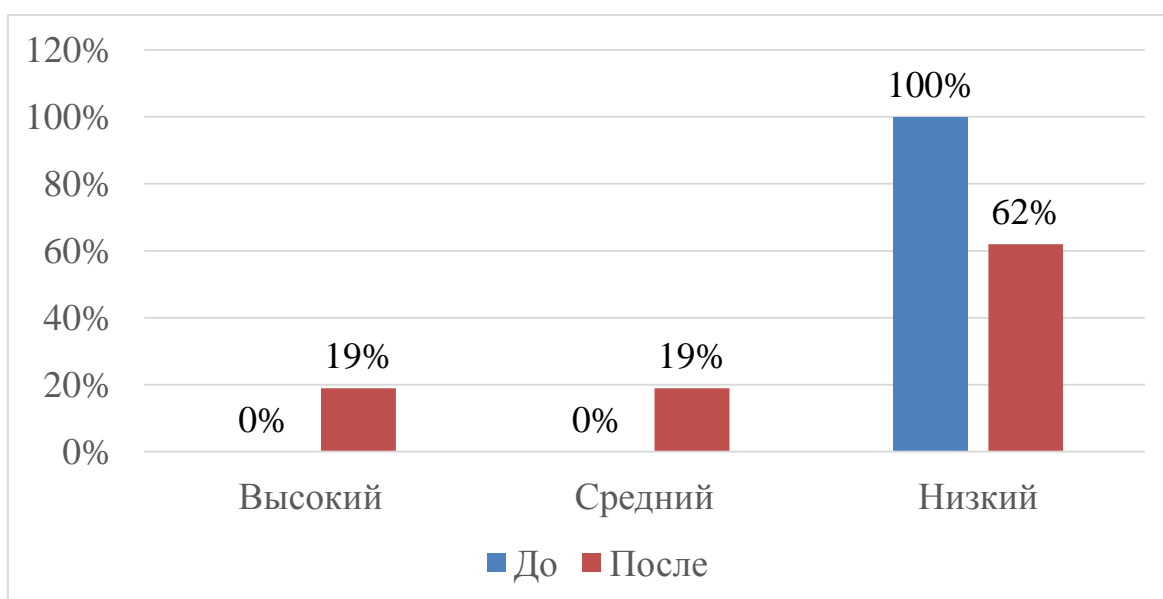
Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	5	19%
Средний	5	19%
Низкий	16	62%

Значительного повышения уровня волевых качеств не произошло, проявление высокого уровня волевых качеств осталось без изменений, 19% ребят проявили высокий уровень волевых качеств по данной методике. 19% - количество дошкольников, которые проявили средний уровень волевых качеств. Соответственно, сократилось до 62 % количество ребят кто проявил низкий уровень. Для наглядности результаты методики отражены на рисунке 10.



*Рисунок 10* – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры», %

Для большей наглядности соотношение результатов по методике «Закрась фигуры» до и после формирующей работы отражены на рисунке 11.



*Рисунок 11* – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки» до и после формирующей работы, %

На рисунке 11 видно, что произошло изменение высокого уровня сформированности волевых качеств, увеличение количества дошкольников по среднему уровню и уменьшение по низкому.

Результаты диагностики сформированности волевых качеств после проведения формирующей работы по методике «Картинки и кружки» представлены в таблице 12.

Таблица 12 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки» после формирующей работы экспериментальная группа

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	4	15%
Средний	17	66%
Низкий	5	19%

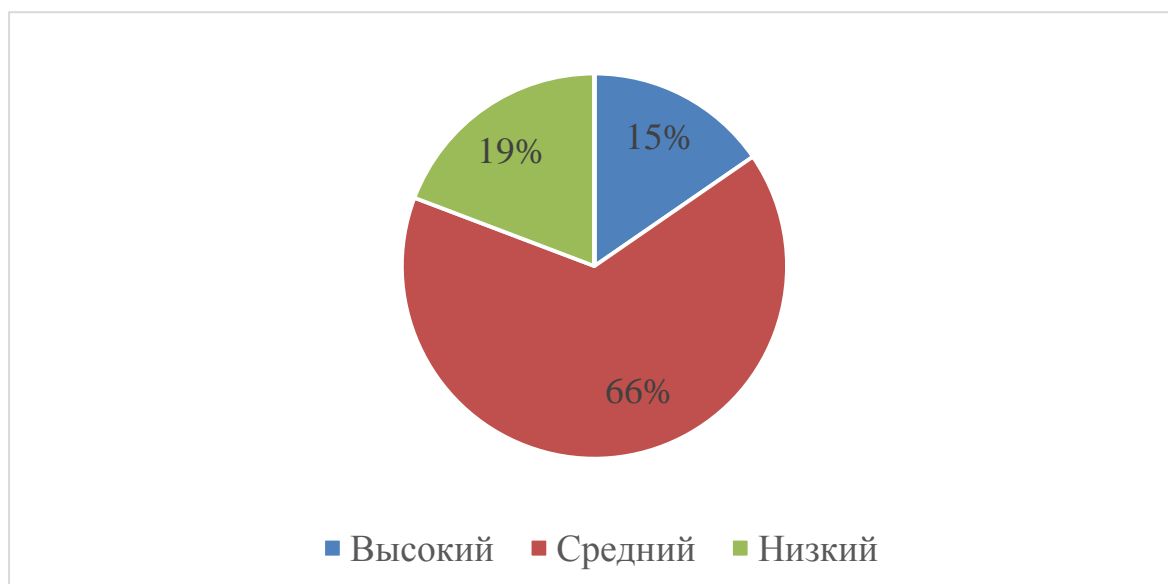


Рисунок 12 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки», %

Для большей наглядности соотношение результатов по методике «Картинки и кружки» до и после формирующей работы отражены на рисунке 13.

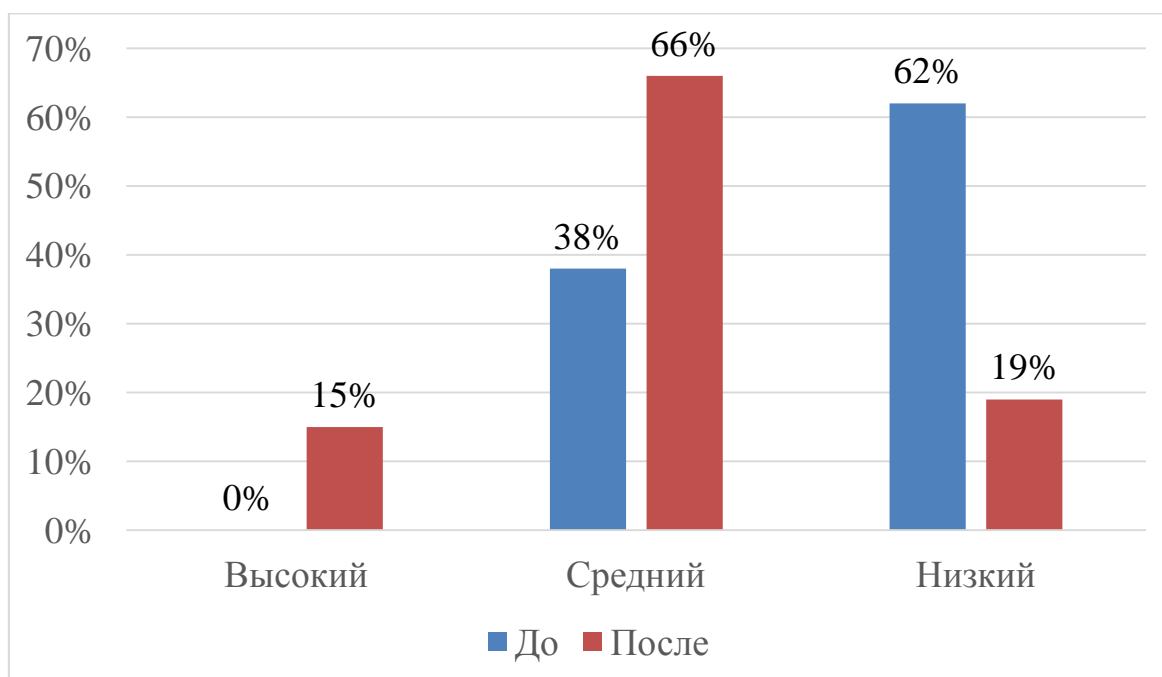


Рисунок 13 – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки» до и после формирующей работы, %

Результаты диагностики сформированности волевых качеств после проведения формирующей работы по методике «Тест на физическую выносливость» представлены в таблице 13.

Таблица 13 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость» после формирующей работы экспериментальная группа

Уровень	Количество дошкольников	
	Абсолютное число	Процентное соотношение
Высокий	13	52%
Средний	12	48%
Низкий	0	0%

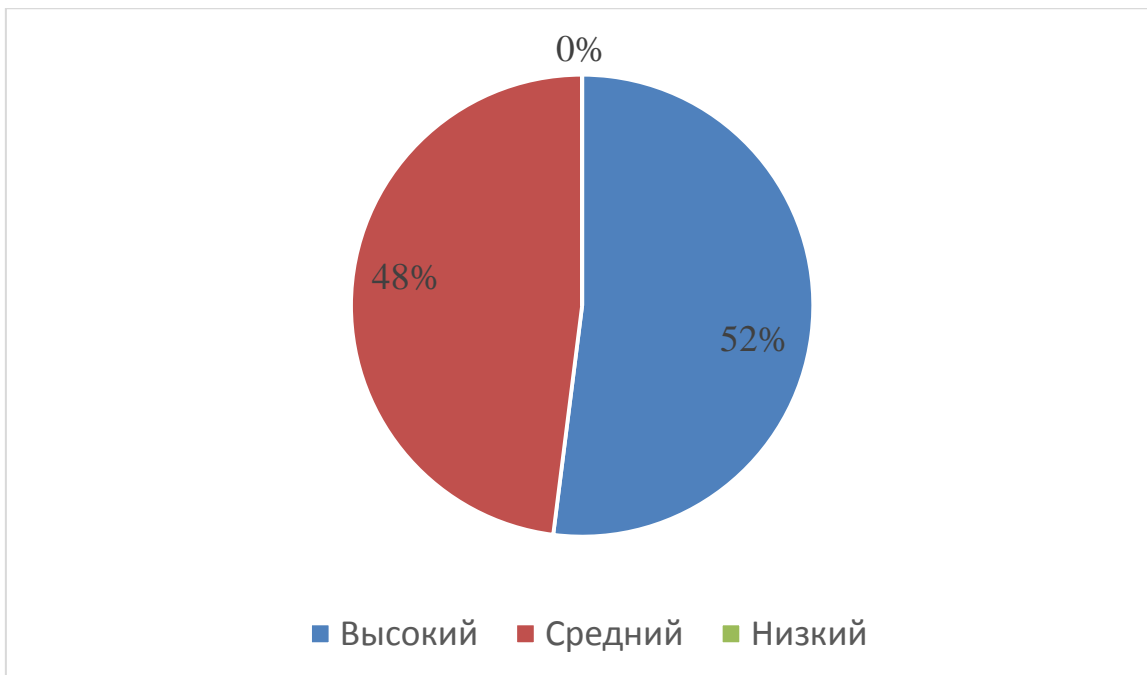


Рисунок 14 – Результаты диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость», %

Для большей наглядности соотношение результатов по методике «Тест на физическую выносливость» до и после формирующей работы отражены на рисунке 15.

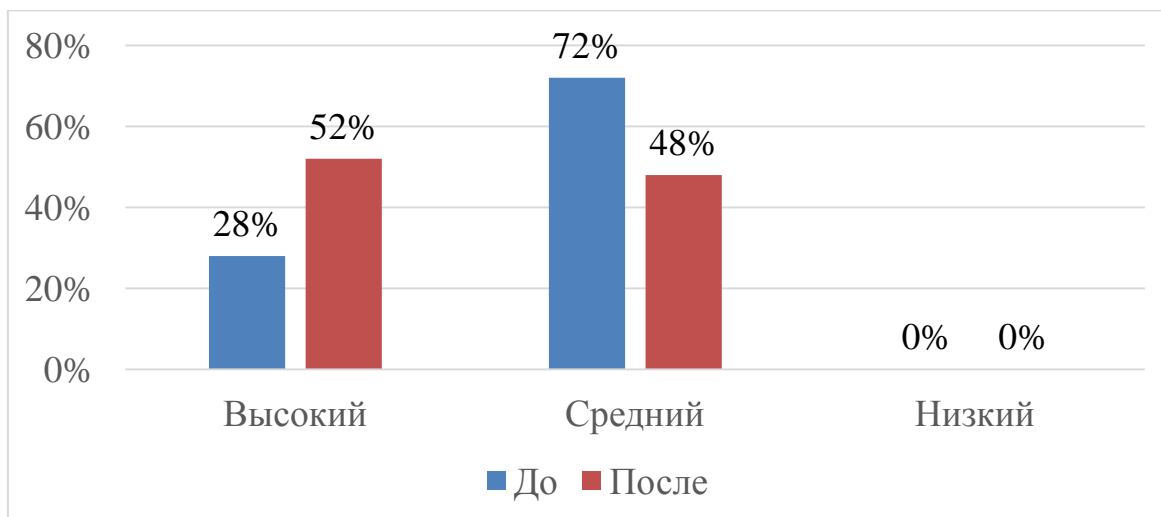


Рисунок 15 – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость» до и после формирующей работы, %

Для большей наглядности соотношение результатов по методике «Закрась фигуры» до и после формирующей работы контрольной группы отражены на рисунке 16.

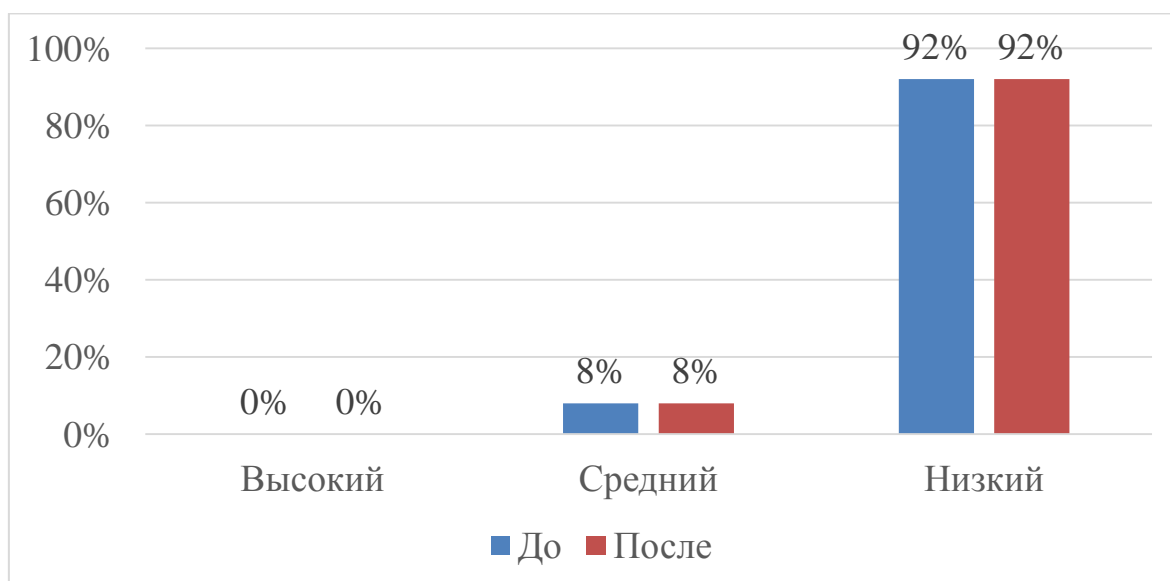


Рисунок 16 – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Закрась фигуры» до и после формирующей работы, %

Для большей наглядности соотношение результатов по методике «Картинки и кружки» до и после формирующей работы контрольной группы отражены на рисунке 17.

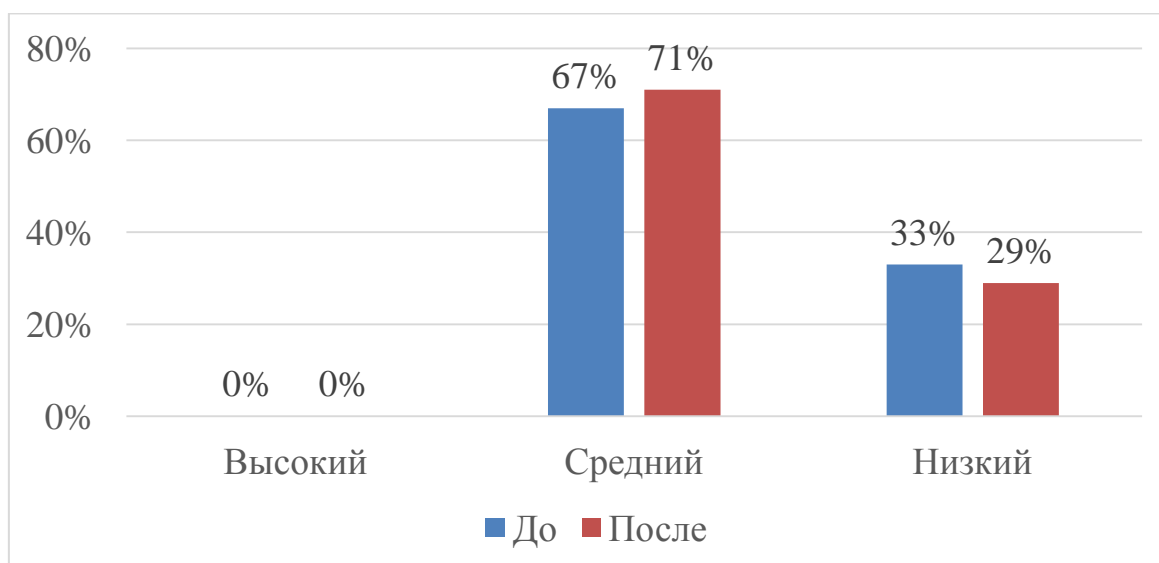


Рисунок 17 – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Картинки и кружки» до и после формирующей работы, %



Для большей наглядности соотношение результатов по методике «Тест на физическую выносливость» до и после формирующей работы контрольной группы отражены на рисунке 18.

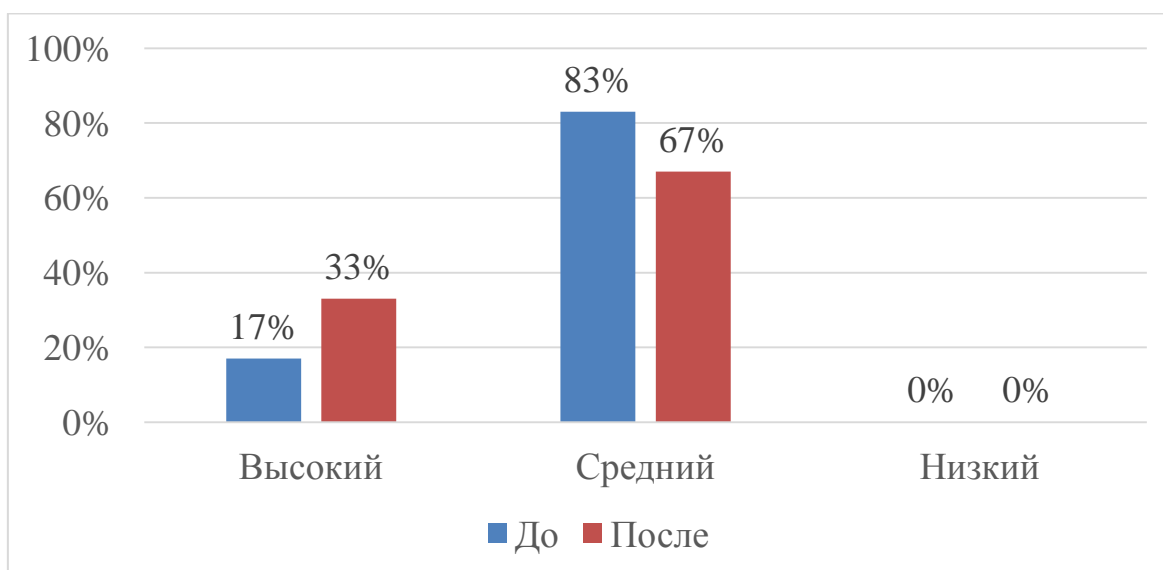


Рисунок 18 – Сопоставление результатов диагностики волевых качеств по методике «Тест на физическую выносливость» до и после формирующей работы, % контрольная группа

Расчеты t критерия по всем трем тестам представлены в таблице 14

Таблица 14 – расчеты t критерия Стьюдента

тест	группы	до	после	t-критерий		P (0,05)	
				до	после	до	после
1. Закрась фигуры	К	1,4±1,5	6,8±5	0,2	3,2	Недост.	P <0,05
	Э	1,5±2,3	2,8±1,3				
2. Картинки и кружки	К	5,2±1,5	8±2	1,4	2,01	Недост.	P <0,05
	Э	5,8±1,6	6±1,5				
3. Тест на физическую выносливость	К	1,2±0,07	1±0,002	1,6	2,2	Недост.	P <0,05
	Э	1,12±0,05	1,11±0,07				

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В соответствии с социально-экономическими особенностями современного общества целью физического воспитания является содействие гармоничному формированию всесторонне развитой личности. Основным средством для достижения этой цели является изучение основ личной физической культуры, под которой понимается определенное количество знаний, навыков и потребностей, оптимальный уровень здоровья, физического развития, разностороннее развитие двигательных способностей, умения осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность. При этом необходима целенаправленная работа по воспитанию ценностных ориентаций на физическое и духовное развитие личности, здоровый образ жизни, формирование потребности и желаний к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, развитие волевых и нравственных качеств.

Именно волевые качества личности определяют умение человека сознательно направлять свою деятельность в соответствии с определенными целями, преодолевать трудности и препятствия в работе. Развитая личность выдвигает на передний план наиболее значимые цели, всесторонне анализирует условия деятельности, прогнозирует их изменение, формирует оптимальную программу деятельности, направляет и контролирует систему действий по достижению цели, всемерно сдерживает психические и физические проявления, мешающие достижению цели, критически оценивает достигнутое, делая для себя необходимые выводы.

Проблема воспитания волевых качеств личности дошкольника является одной из важнейших в дошкольной педагогике. В концепции дошкольного воспитания особо подчеркивается необходимость воспитания волевой культуры личности. Уже в дошкольные годы ребенок учится преодолевать трудности, контролировать выполнение действий, оценивать результаты, совершать усилия воли. Недостаточный уровень волевого развития дошкольников и наличие резервов и возможностей для данного развития в

дошкольном детстве определяют актуальность проблемы воспитания волевых качеств дошкольника. По мнению исследователей, недостаточность волевого развития может привести к инфантильности на последующих этапах онтогенеза, стремлению вернуться назад, тормозит формирование личности в целом. Проведенное исследование по методике «Закрась фигуры» выявило достаточно низкий уровень волевых качеств у дошкольников: 0% ребят проявили высокий уровень; 0% дошкольников проявили средний уровень; 100 % ребят проявили низкий уровень волевых качеств. Схожие результаты получены по «Картинки и кружки»: 0% продемонстрировали высокий уровень волевых качеств, 38% - средний уровень и 62% – низкий. Немного лучше выглядят результаты по методике «Тест на физическую выносливость»: 28% дошкольников продемонстрировали высокий уровень волевых качеств, 72% - средний уровень и 0% – низкий. После проведения формирующей работы в виде комплекса физических упражнений была выявлена положительная динамика в уровне сформированности волевых качеств у дошкольников.

По методике «Закрась фигуры» выявлен рост с низкого уровня до среднего (уменьшение низкого уровня с 100% до 62% и увеличение среднего и высокого с 0% до 19%). Подобную динамику выявляет и методика «Картинки и кружки»: произошло уменьшение количества дошкольников, оцениваемых на низком уровне с 62% до 19% и увеличилось количество дошкольников, оцениваемых на высоком уровне сформированности волевых качеств с 0% до 15%, и среднего с 38% до 66%. По методике «Тест на физическую выносливость» произошло уменьшение количества дошкольников, оцениваемых на среднем уровне с 72% до 48%, и увеличилось количество дошкольников, оцениваемых на высоком уровне сформированности волевых качеств с 28% до 52%. Таким образом, можно заключить, что задачи исследования достигнуты, гипотеза нашла свое подтверждение.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду. М.: Просвещение, 1992. 157 с.
2. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду. М., 2003. 87 с.
3. Как воспитать здорового ребенка Алямовская В.Г. Linka-press, 1993. 109 с.
4. Аникеева Н.В. Значение волевых качеств личности в профессиональном становлении // Вестник Московского университета МВД России. 2013. №5. С. 242-245.
5. Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем. М.: Медицина, 1975. 447 с.
6. Безденежных Г.А., Завьялова О.Б. Возрастные особенности развития основных видов движений и физических качеств у детей дошкольного возраста (в условиях направленного физического воспитания) // Проблемы современного образования. 2012. № 4. С. 132-140.
7. Безруких М.М., Сонькин В.Д., Фарбер Д.А. Возрастная физиология. Физиология развития ребенка: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: Высшая школа, 2002. 412 с.
8. Бережнова О. В. ФГОС дошкольного образования: основные положения // Управление ДОУ. 2014. № 5. С. 32–40.
9. Богуславская З.М., Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста М.: Просвещение, 1991. 206 с.
10. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. М.: Мозаика-Синтез, 2016. 38 с.
11. Буцинская П.П. Общеразвивающие упражнения в д/с. М., 1990. 174 с.
12. Волосникова Т.В. Управление здоровьем детей в системе физкультурно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2010. № 3. 26-29 с.

13. Галанов А.С. Игры которые лечат (для детей от 3-5 лет) М.: ТЦ Сфера,, 2003. 96 с.
14. Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольникам средний возраст М.: Владос, 1999.302с.
15. Голубева А.И. Психологические особенности проявления настойчивости у детей дошкольного возраста : Автореферат дис. на соискание учен. степени кандидата пед. наук (по психологии) / Моск. гос. пед. ин-т им. В. И. Ленина. – М.: [б. и.], 1955. - 15 с.
16. Губанова Н.Ф. Развитие игровой деятельности. Младшая группа. М.: Мозаика-Синтез, 2016. 134 с.
17. Губанова Н.Ф. Развитие игровой деятельности. М.: Мозаика-Синтез, 2016. 140 с.
18. Зимняя И. А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования // Высшее образование сегодня. 2003. № 5. С. 12–24.
19. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. М., 2006. 203 с.
20. Игровое обучение детей 5-7 лет. Методические рекомендации. М.: ТЦ Сфера, 2008. 111 с.
21. Ильин Е.П. Психология воли. Спб.: Питер, 2000. 288 с.
22. Калинин В.К. Волевая регуляция как проблема формы деятельности // Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности. Тезисы Всесоюзной конференции молодых ученых. Симферополь, 1983. 192 с.
23. Каратаева Н.А., Ким М.Г. Воспитание волевых качеств личности дошкольника как психолого-педагогическая проблема [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://shgpi.edu.ru/biblioteka/katfree/264.pdf>
24. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учебн. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». М.: Просвещение, 1972. 271 с.

25. Ключникова Е.А., Чернявская Е.А. Методика диагностики сформированности нравственно-волевых качеств личности детей старшего дошкольного возраста: (опыт эксперим. разработки) // Методист: науч.-метод. журн. 2004. № 5. С. 57-61.
26. Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. М., 2002. 205 с.
27. Кот Н.А. Учебно-игровая среда физкультурного занятия как условие воспитания у детей дошкольного возраста нравственно-волевых качеств // Проблемы современной науки. 2012. №4. С. 63-70.
28. Кравцов Г.Г., Кравцова Е.Е. Психология и педагогика обучения дошкольников: учеб. пособие. М.: Мозаика-Синтез, 2013. 41 с.
29. Лаврентьева Н. Г. Интеграция в педагогическом процессе дошкольного учреждения: традиции и современность // Интеграция образования. 2013. № 3. С. 61–64.
30. Лагутин А.Б., Коченгина Е.С. Начальная спортивная подготовка детей дошкольного возраста // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2015. № 6. 118-124 с.
31. Лебедева С. А. Интегрированный подход в физическом воспитании дошкольников // Дошкольное физическое воспитание: материалы II Всерос. науч. конф. (г. Липецк, 2009 г.). Липецк: ЛГПУ, 2009. С. 65–69.
32. Лонэвская Н.А. Взаимодействие дошкольной образовательной организации и семьи как средство повышения ответственности у детей старшего дошкольного возраста // Воспитание и обучение детей младшего возраста. 2016. №5. С. 720-722.
33. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. М.: Просвещение, 1984. 205 с.
34. Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»:

Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544 н. URL: <http://www.rosmintrud.ru/docs/mintrud/orders/129>

35. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155. URL: [www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html](http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html)

36. Осокина Т.И., Кенеман А.В. Детские подвижные игры разных народов. М., 1996. ... с.

37. Осокина Т.Н. Физическая культура в детском саду. М.: Просвещение, 1986. 304 с.

38. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) М.: Владос, 2004. 128 с.

39. Поддяков Н.Н. Психическое развитие и саморазвитие ребенка-дошкольника. Ближние и дальние горизонты. М., 2013. 144 с.

40. Программа «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Волгоград, 2014. 368 с.

41. Ражабова Ф. П. Роль волевых процессов в формировании личности // Актуальные вопросы современной психологии: материалы III Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2015 г.). Челябинск: Два комсомольца, 2015. С. 106-109.

42. Рогов Е.И. Настольная книга школьного психолога. Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. М.: Владос, 2003. 304 с.

43. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. С-Пб., 2007. 713 с.

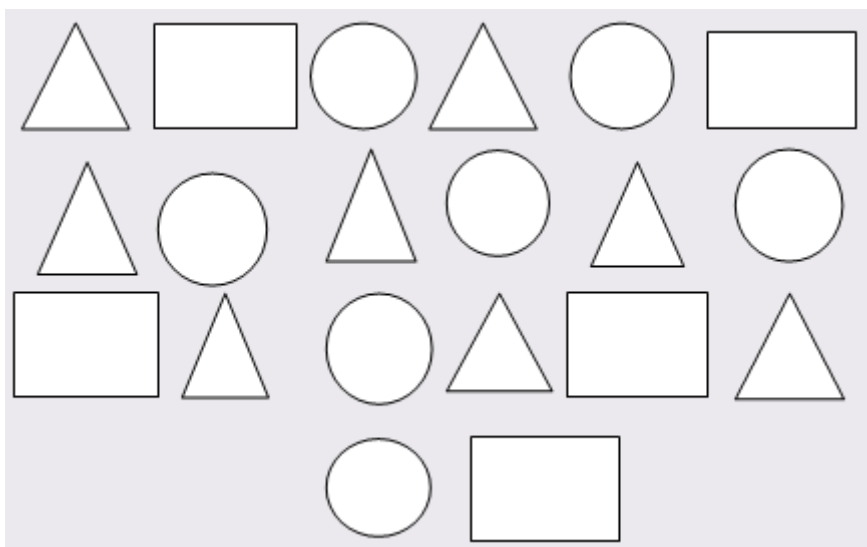
44. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Практическое пособие. М.: Айрас пресс, 2004. 192 с.

45. Селиванов В.И. Психология волевой активности. Рязань, 1974. 150 с.

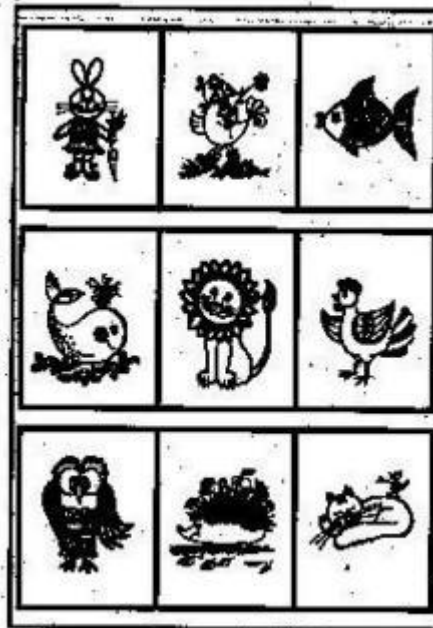
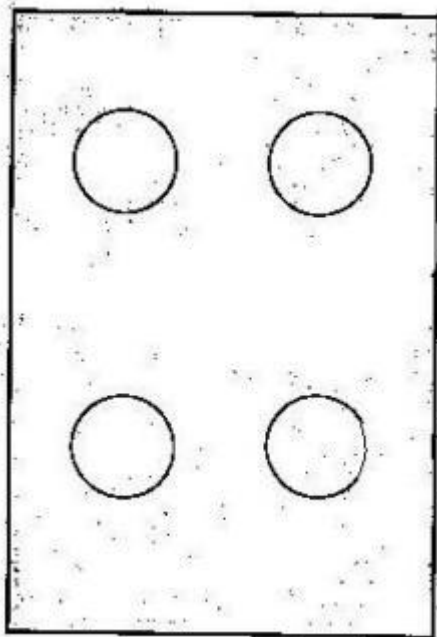
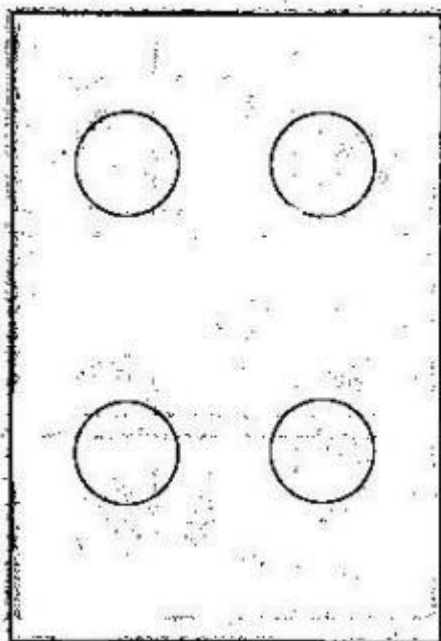


46. Теплюк С.Н. Игры-занятия на прогулке с малышами. Для занятий с детьми 2-4 лет. М.: Мозаика-Синтез, 2014. 163 с.
47. Тихонова А. Ю. Научно-методологические основы современного дошкольного образования // Актуальные вопросы дошкольного образования: материалы науч. конф. (г. Ульяновск, май 2011 г.). Ульяновск: УИПКиПРО, 2011. С. 5-9.
48. Филиппова С. О. Мир движений мальчиков и девочек. СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001. 96 с.
49. Филиппова С. О., Петренкина Н. А. Современные подходы к оценке физического состояния дошкольников // Современные проблемы науки и образования. 2012. № 6. URL: [www.science-education.ru/106-7361](http://www.science-education.ru/106-7361) (дата обращения: 16.12.2017).
50. Цыркун Н.А. Развитие воли у дошкольников. Минск: Нар. асвета, 1991. 112 с.
51. Шульга Т.И. Психологические основы формирования воли. Пятигорск, 1993. 186 с.
52. Эльконин Д.Б. Психология игры. М.: Владос, 1999. 360 с.
53. Яркина Т. Н. Развитие профессиональной компетентности будущих педагогов в сфере здоровьесбережения дошкольников // Научно-педагогическое обозрение (PedagogicalReview). 2014. Вып. 2. С. 51-57.
54. Яркина Т.Н. Подходы к физическому развитию и воспитанию дошкольников в контексте реализации федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования // Ped.Rev.. 2015. №2 (8). С.43-53.

Стимульный материал к методике «Закрась фигуры»



Стимульный материал к методике «Картинки и кружки»



## **Игры с высокой степенью эмоциональности**

### **1. Колобок.**

**Цель игры:** способствовать развитию навыков правильного дыхания, выносливости и быстроты.

**Необходимое оборудование:** несколько одинаковых резиновых мячей равное количеству игроков.

Ход игры (в игре одновременно могут принимать участие 8-10 ребят). Участники игры становятся в линию на одной стороне площадки или спортивного зала. У каждого игрока есть «колобок» – мяч. Дети кладут мячи на пол перед собой, а потом хором декламируют слова из сказки.

Я Колобок, Колобок,

Я от дедушки ушел

И от бабушки ушел и т. д.

С последним словом кричалки дети с силой толкают ногой каждый свой мяч, а потом бегут за ним, стараясь первыми поймать свой «колобок». Самый нерасторопный участник выходит из игры, а оставшиеся игроки вновь выстраиваются в линию, и игра продолжается.

Примечание. Чтобы игра состоялась, и все игроки получили изначально равные шансы, нужно проследить за тем, чтобы площадка для игр была ровной (или с небольшим уклоном в направлении бега). Кроме того, дети должны стараться толкнуть ногой мяч как можно дальше (это тоже должно учитываться во время игры). Для наблюдения за ходом игры можно заранее выбрать ведущего (желательно, чтобы это был старший).

### **2. Кто сильнее?**

**Цель игры:** развить у детей силу и выносливость.

Ход игры. В игре участвуют две равные команды игроков (оптимальное число игроков каждой команды – 7–8 человек). Для начала расчерчивается игровое поле. Оно представляет собой три линии,

проведенные на расстоянии 8–10 шагов друг от друга. Длина каждой линии составляет примерно 4,5–5 м. Все линии должны быть равной длины и располагаться на одинаковом расстоянии.

Обе команды выстраиваются на двух крайних линиях лицом друг к другу. Затем они сходятся на средней линии так, чтобы каждый игрок одной команды оказывался между двумя игроками команды противника, после чего все игроки берут друг друга под руки. Таким образом, из игроков выстраивается цепь, причем каждая команда смотрит в противоположную сторону. Игра начинается. Суть ее проста: команды должны попытаться перетянуть друг друга, пятась и стараясь сдвинуть противника с места. Получается, что игроки каждой команды будут тащить всю цепь на «свою» линию, туда, где команда стояла в начале игры, до того, как все сошлись посередине поля. И победят в результате те игроки, которые окажутся сильнее.

Примечание. Если в процессе игры цепь рвется, то игроки, повинные в разрыве цепи, выбывают из игры.

### **3. Перетяжки.**

**Цель игры:** развить у детей силу и выносливость.

Ход игры. Это еще одна из многих игр на перетягивание, простая, но увлекательная. На игровом поле чертят линию, затем по обе стороны от нее на расстоянии вытянутой руки друг от друга встают два игрока. По сигналу ведущего, наблюдающего за игрой, играющие начинают единоборство: каждый пытается перетянуть противника к себе, заставив его перейти линию. Игрок, который оказался сильнее, объявляется победителем.

Примечание. В эту игру можно играть и командами. В этом случае в игре принимают участие две команды с равным количеством игроков в каждой. Игроки команд становятся друг против друга каждый со своей стороны от линии. По команде ведущего противники пытаются перетащить друг друга за линию к себе. Если игроку это удалось, то его противник

считается пленным и должен принять активное участие в «сражении»: встать позади игрока-победителя, обхватить его за талию и попытаться перетащить на свою сторону еще одного члена своей команды. При таком варианте игры побеждает та команда, которой удалось набрать большее количество пленных.

#### **4. Мышкин дом.**

**Цель игры:** развить у детей выносливость, ловкость движений и быстроту реакции.

Ход игры (в ней должно принимать участие не менее десяти человек). С помощью считалки среди участников игры выбираются «кошка» и «мышка». Все остальные участники становятся в круг, держась за руки и подняв их вверх. Это мышкин «дом». Поднятые вверх сцепленные руки двух игроков образуют собой «ворота», через которые можно пробегать. Если игроки опустят руки вниз, «ворота» будут считаться запертыми.

Игра начинается: «кошка» начинает бегать за «мышкой». По правилам игры и «кошка», и «мышка» могут как бегать с внешней стороны круга, так и забегать в него. Изюминка игры состоит в том, что игроки, стоящие в кругу, сочувствуют «мышке» и мешают «кошке» поймать ее. Для этого они, опустив руки, могут «запереть ворота» за вбежавшей в «домик» «мышкой» и тем самым не дать «кошке» догнать ее. Кроме того, таким образом они могут запереть и «кошку» в «домике», так что в этой игре «кошке» приходится труднее всех. После того как «кошка» поймает «мышку», из числа играющих выбирается новая пара.

#### **5. Поймай мяч.**

**Цель игры:** развить у детей точность и быстроту движений. Игра способствует повышению выносливости у детей.

**Необходимое оборудование:** резиновые мячи по количеству участников, длинная веревка (скакалка).

Ход игры (в ней могут принимать участие 4–5 человек). Веревка натягивается поперек игрового поля в его центре на расстоянии приблизительно 1,5 м от земли. С одной стороны от веревки отсчитывается примерно 0,5 м, и на этом расстоянии мелом чертится линия (параллельно натянутой веревке). Игрокам вручается по мячу, после чего все они становятся в ряд на линии. По команде ведущего (взрослого) игроки подкидывают мячи так, чтобы они перелетели через веревку, и сами же ловят их, пробегая под веревкой. Действия игрока считаются точными, если мяч, переброшенный через веревку, не касается земли. Выигрывает тот игрок, который окажется самым быстрым и сильным; играть в этой игре можно на очки, присваиваемые игроку за каждый удачный бросок.

Примечание. Вот маленькая хитрость, которая позволит игрокам выигрывать. Мяч нужно подкидывать по возможности повыше, но не далеко. Именно при этом условии игрок успеет проскочить под веревкой вовремя, чтобы поймать мяч. Все же, несмотря на эту хитрость, игра эта не из простых, поэтому условия игры можно оговорить. Например, бросок и поимку мяча можно будет считать удачными, если мяч, переброшенный через веревку, коснется земли не более одного-двух раз.

## **6. Волк и козлята [36].**

**Цель игры:** развить у детей выносливость, умение рассчитывать движения.

Ход игры. Перед началом игры нужно разметить игровое поле. Для этого посередине площадки или помещения на земле или на полу рисуется извилистая «дорожка». Ширина дорожки не должна превышать 1 м (можно сделать ее и уже, это зависит от возраста детей). Дорожка может быть прямой и ровной, а может и извиваться, образовывать зигзаги, причем ширина ее может быть где больше, а где меньше.

Среди игроков (играть можно всей группой или классом) с помощью считалки выбираются три-четыре «волка», которые становятся в разных

местах дорожки, карауля «козлят» – остальных игроков, находящихся за пределами дорожки по обеим ее сторонам.

Суть игры состоит в том, что «козлята» перепрыгивают через дорожку, а «волки» стараются их «запятнать». Если это удастся, «козленок» выбывает из игры.

Примечание. В «Волка и козлят» играют, соблюдая два непеременимых условия. Первое: «волки» имеют право находиться только в пределах дорожки. Второе: «козлята» могут только перепрыгивать через «дорожку», но не переходить и не перебегать ее.

## **7. Охотник.** [44].

**Цель игры:** развить у детей силу и выносливость. Игра закрепляет навыки владения мячом и развивает ловкость.

**Необходимое оборудование:** волейбольный или резиновый мяч.

Одного из детей по жребию выбирают охотником, все остальные игроки – дичь. Игра начинается так: охотник играет в мяч, остальные в это время ходят по площадке. После 3-4

упражнений он кричит: «Дичь!» Все останавливаются, и он со своего места пятнает кого-то из детей. Запятнанный становится помощником охотника, остаётся на площадке и встаёт недалеко от охотника. Если близко от охотника нет дичи, он может передать мяч своему помощнику, и тот пятнает игроков.

Охотник неточно может бросить мяч, промахнуться. В этом случае играющие переходят на другие места. Охотник бежит за мячом, берёт его, кричит: «Дичь!» - и все останавливаются.

Игра продолжается до тех пор, пока у охотника не появится определённое количество помощников (по договорённости — от 3 до 5 человек).

Правила:

1. Игрокам не разрешается двигаться после слова «Дичь!»



2. Играющие могут перейти на новое место, если при Передаче от охотника к помощнику мяч не был пойман, упал на землю.

3. Игрокам не разрешается прятаться от охотника за предметы.

4. Охотник должен выполнять разные упражнения с мячом.

Указания к проведению. Эту игру нужно проводить на большой площадке, иначе охотник и его помощники быстро

переловят дичь. Для усложнения можно разрешить детям увёртываться от мяча, отклоняться, приседать, подпрыгивать, но нельзя сходить с места.

## **8. Прыжки с препятствиями.**

**Цель игры:** развить у детей навыки прыгания. Игра прекрасно тренирует мышцы ног.

**Необходимое оборудование:** длинная скакалка или веревка.

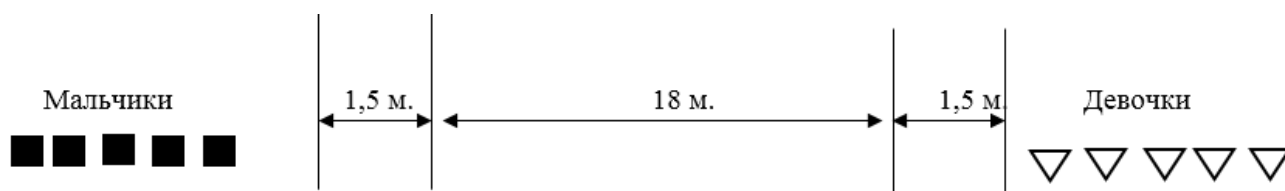
Ход игры. Двое игроков встают друг против друга, держа концы скакалки так, чтобы она была натянута. Остальные игроки пробуют прыгать через нее. Обязательное условие: прыгая, надо наступить на скакалку обеими ногами. Трудности игры заключается в том, что держащие скакалку игроки после каждого прыжка приподнимают ее. Например, первый прыжок совершается, когда скакалка находится на уровне щиколоток, второй – на уровне голеней, третий – на уровне колен и т. д. Игрок, сделавший удачный прыжок, имеет право на другой, но уже более сложный. Если же он допустил промах – недопрыгнул или наступил на скакалку только одной ногой, то он уступает очередь другому игроку, а когда очередь снова дойдет до него, он имеет право начать с прыжка, на котором в прошлый раз потерпел неудачу. В игре побеждает тот, кто смог выполнить удачный прыжок на самую большую высоту.

## 9. Эстафета «Юный баскетболист».

**Цель игры:** развить у детей координацию и выносливость. Игра закрепляет навыки владения мячом и развивает ловкость.

**Необходимое оборудование:** резиновый мяч диаметром 20см.

Мальчики стоят у линии старта в колонне по одному, на расстоянии 18 метров напротив стоят девочки в колонне по одному. Первыми по сигналу судьи начинают эстафету мальчики. Доведя мяч до колонны с девочками передает мяч в коридоре 1,5 м впереди стоящей девочке. Девочки выполняют тоже самое.



**Ошибки:** если участник не выполнил ведение мяча, ведение мяча двумя руками,

передал мяч не в коридоре, передача мяча с отскока, потеряв мяч не вернулся в и.п.

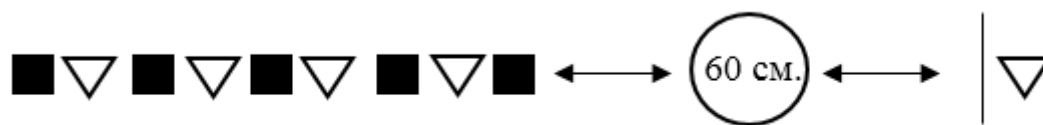
## 10. Эстафета «Юный Метатель»

**Цель игры:** развить у детей точность и быстроту движений. Игра способствует повышению выносливости у детей.

**Необходимое оборудование:** обруч диаметром 90см, мяч диаметром 20 см.

На расстоянии 3 метров от линии броска до центра обруча стоит первый участник, на расстоянии 2-х метров от центра обруча стоит команда в колонну по одному. По сигналу судьи первый участник бросает мяч любым способом, стараясь попасть в центр обруча (касание обруча мячом считается попаданием) и бежит с правой стороны в конец колонны. Участник, стоявший первым в колонне, ловит отскочивший мяч и бежит с права от обруча на линию броска, с которой производит бросок. Последний участник, бросив мяч запрыгивает в обруч и при касании двумя ногами пола выключается

секундомер. За каждое точное попадание в обруч вычитывается из конечного времени 2 сек.



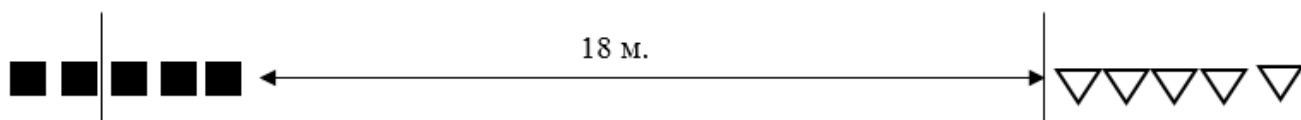
Примечание: За потерянным мячом бежит участник, который его не поймал и только тогда встает на линию броска.

### 11. Эстафета «Ладочки».

**Цель игры:** развить у детей выносливость, ловкость движений и быстроту реакции.

Мальчики стоят у линии старта в колонне по одному, на расстоянии 18 метров напротив стоят девочки в колонне по одному. Первыми по сигналу судьи начинают эстафету мальчики. Добегает до колонны девочек передает эстафету впереди стоящей девочке касанием ее по ладони и встает в конец колонны девочек. Девочки выполняют тоже самое.

Секундомер выключается, когда последняя девочка пересекла линию финиша.



Ошибки: не передали эстафету, выбежали раньше передачи.

### 12. Эстафета «Комплексная».

**Цель игры:** развить у детей выносливость, координацию, ловкость умение рассчитывать движения.

**Необходимое оборудование:** конусы, обручи диаметром 60см, обручи диаметром 90см.

Мальчики стоят у линии старта в колонне по одному, на расстоянии 18 метров напротив стоят девочки в колонне по одному. На расстоянии 3 м. от линии от

линии старта стоят три конуса (расстояние между конусами 1 метр) через 3 м. от конусов лежат 7 обручей (диаметр 60 см) в виде классиков, от классиков через 3 метра лежат два обруча (диаметр 90 см, расстояние 1,5 м). Первыми эстафету начинают мальчики, добегают до 3-х конусов, бежит «змейкой», пропрыгивает классики, затем продевает через себя обручи и передает эстафету впереди стоящей девочке, касание ее рукой. Девочки выполняют тоже самое в обратной последовательности.

**Ошибки:** не обежал конусы, прыжки в классики двумя ногами, не продел обруч, не передал эстафету, выбежал раньше передачи.

За каждую ошибку участника, команде добавляется три штрафные секунды к конечному результату.

## Игры на сдерживание эмоций и сосредоточенность.

### 1. Игра «АИСТЫ И ВОРОНЫ»

**Цель:** учить сохранять статичную позу с закрытыми глазами, развивать чувство равновесия.

Воспитатель предлагает детям принять исходное положение, стоя прямо, руки в стороны, спина прямая, плечи слегка отведены назад, глаза закрыты. «Это аисты спят у себя в гнёздах». По команде «Ночь!» дети летают с прямой спиной, широко и плавно размахивая руками («крыльями») в разных направлениях, облетая свои «гнёзда» (обручи). По команде «Аисты, домой!» — летят в «гнёзда» и принимают исходное положение (взрослый или водящий наблюдает за их осанкой).

Дети, которые не приняли правильную осанку, превращаются в «ворон», но продолжают играть, чтобы снова превратиться в «аистов».

### 2. Игра "Канатоходцы".

**Цель:** укрепление мышечного корсета, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

На полу раскладывается веревка - это цирковой кант. Дети - канатоходцы. От них требуется пройти по канату и не упасть. Для этого они должны принять правильную осанку - расправить плечи, подтянуть живот, голову слегка приподнять, для равновесия развести руки в стороны. Ведущий при этом может читать стихи:

Мы ребята - акробаты,  
Смело ходим по канату,  
Прямо, боком, с поворотом,  
И, закрыв глаза, с подскоком.  
Чтобы делать это ловко,  
Нам нужна всем тренировка.

Дети ходят по веревке прямо, потом боком, приставным шагом. Можно усложнить игру, если ребята будут дополнительно носить на голове груз в виде мешочка с песком.

### **3. Игра: "Серсо"**

**Цель:** укрепление мышечного корсета, развитие координации движений, ловкости, глазомера.

Одному игроку дается кольцо, другому палка. Участники встают на расстояние 2-3 метра друг от друга. Игрок с кольцами бросает их в сторону другого игрока, а тому нужно поймать их на палку. Когда игра будет усвоена, расстояние между игроками можно увеличить до 4 метров. Игра продолжается до тех пор, пока не закончатся кольца. Итоги подводятся по количеству пойманных колец, потом игроки меняются местами.

### **4. Игра-эстафета донеси мешочек**

**Цель:** укрепление мышечного корсета, развитие координации движений, ловкости,

**Необходимое оборудование:** мешочек с песком.

Дети делятся на две равные команды первым игрокам выдается по одному мешочку с песком от линии старта на расстоянии 6 метров располагаются линия финиша по команде ведущего дети должны положить мешочки на голову и донести их до финиша без помощи рук затем развернуться и вернуться обратно, передав мешочек следующему участнику. Примечание если мешочек упал у ребенка он должен остановиться положить его обратно на голову и только после этого продолжить движение.

## 5. Перетягивание палки [36].

**Цель:** укрепление мышечного корсета, развитие силы, выносливости.

**Необходимое оборудование:** эстафетная палочка, скамейка

Дети делятся на равные пары мальчик + мальчик, девочка + девочка садятся друг на против друга уперевшись ногами в скамейку, взявшись за эстафетную палочку руками, ноги в коленях полусогнуты, спина прямая, по команде инструктора дети начинают перетягивать друг друга каждый на свою сторону. Побеждает тот, кто перетянул соперника на свою сторону или вырвал палочку из рук соперника.



## 6. Давайте поздороваемся.

**Цель:** снятие мышечного напряжения, переключение внимания.

По сигналу ведущего дети хаотично двигаются по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути. Здороваться надо определенным образом: 1 хлопок – здороваемся за руку; 2 хлопка – здороваемся плечиками; 3 хлопка – здороваемся спинкам. Для полноты тактильных ощущений можно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

## **7. Запрещенное движение [10].**

**Цель:** игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий.

Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры. Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять».

Когда дети ее услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

## **8. Послушный мяч [13].**

**Цели игры:** укрепление мышц туловища и конечностей, развитие ловкости движений.

**Необходимое оборудование:** мячи по числу игроков, ковер

Игроки должны лечь на ковер на спину и вытянуться. Раздайте им по мячу – дети должны сначала зажать их между ног, потом перевернуться на животы, не выронив при этом мячей.