

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии детства

Юрьева Юлия Сергеевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
РАЗВИТИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль «Психология и педагогика дошкольного образования»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой д.м.н., профессор Ковалевский В.А.

Дата, подпись

Руководитель д.п.н., профессор Усаков В.И.

Дата, подпись

Дата защиты _____

Обучающийся Юрьева Ю.С.

18.05.2016г. _____
Дата, подпись

Оценка _____

Красноярск

2016

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы развития самостоятельности у детей.....	5
1.1.Самостоятельность как педагогическое понятие.....	5
1.2.Теоретические основы развития самостоятельности у детей.....	7
1.3.Показатели самостоятельности старших дошкольников.....	17
1.4.Развитие самостоятельности и творческой активности в процессе физического воспитания.....	19
Глава 2. Экспериментальное обоснование эффективности развития самостоятельности у детей в процессе физического воспитания.....	25
2.1.Организация исследования.....	25
2.2.Методы исследования.....	25
2.3.Программа развития самостоятельности.....	26
2.4.Оценка эффективности программы развития самостоятельности.....	38
Заключение.....	44
Выводы.....	45
Список литературы.....	46

Введение

Актуальность исследования. Проблема формирования у детей самостоятельности была и остается в педагогике одной из самых актуальных. Общеизвестно, что самостоятельность в большей степени формируется благодаря развитию волевых качеств личности ребенка. Волевые качества личности являются стержневой стороной характера человека, и их воспитанию должно быть уделено серьезное внимание. Очень важным волевым качеством, необходимым для будущей деятельности ребенка, является самостоятельность. Самостоятельность - обобщенное свойство личности, проявляющееся в инициативности, критичности, адекватной самооценке и чувстве личной ответственности за свою деятельность и поведение

Интерес к изучаемой проблеме обуславливается в настоящее время гуманистическими задачами более полного раскрытия индивидуальности развивающейся личности. Жизнь во всех ее проявлениях становится все многообразнее и сложнее, от человека требуются не шаблонные, привычные действия, а творческий подход к решению больших и малых задач, способность самостоятельно ставить и решать новые проблемы. Чем меньше дети, тем слабее их умение действовать самостоятельно. Они не способны управлять собой, поэтому подражают другим.

Целесообразность формирования на этапе дошкольного детства личности, не пассивно созерцающей действительность, а активно преобразующей ее, обозначена в ряде исследований и нормативных правовых документах. Так, в Концепции дошкольного воспитания отмечено, что необходимо «побуждать детей к инициативности и самостоятельности», [26], здесь определены основные положения по формированию не просто социального индивида, а социально активной личности.

Изучение проблемы самостоятельности, в настоящее время, ведется в различных аспектах. Исследуются: сущность самостоятельности

дошкольника, ее природа; структура и соотношение компонентов самостоятельности; этапы, условия и методы развития самостоятельности дошкольника; взаимосвязь самостоятельности с различными психическими процессами.

Все выше изложенное определяет актуальность работы и позволяет сформулировать гипотезу, цель и задачи исследования.

Цель исследования: разработать программу формирования самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста, и создать условия ее реализации.

Объект исследования: процесс формирования самостоятельности у старших дошкольников.

Предмет исследования: формирование самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания.

Исходя, из цели поставлены, следующие задачи исследования:

1. Изучить теоретические основы формирования самостоятельности у детей дошкольного возраста.

2. Разработать программу формирования самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста и условия ее реализации.

3. Оценить эффективность программы формирования развития самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста и условия ее реализации.

Методологической основой исследования явились работы: Иванова В.Д., Кузовковой К.П., Выготского Л.С., Леонтьева А.Н., Рубинштейна С.Л., Буре Р.С., Островской Л.Ф., Т. Гуськовой, И.С. Кона, Люблинской А.А., Смирновой Е.О., их теории, концепции и научные подходы.

Гипотеза исследования: развитие самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста будет более эффективно, если будет разработана программа развития самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания и созданы условия ее реализации.

Глава 1. Теоретические основы развития самостоятельности у детей

1.1. Самостоятельность как педагогическое понятие

Проблема детской самостоятельности в последнее время все чаще становится объектом повышенного внимания психологов и педагогов. С точки зрения этимологии слово «самостоятельность» может быть определено как «сам» и «стоять»; «самость»; «независимость». «Самостоятельность — обобщенное свойство личности, проявляющееся в инициативности, критичности, адекватной самооценке и чувстве личной ответственности за свою деятельность и поведение». [55, с.15].

Понятие самостоятельности в различных источниках трактуется по-разному. Так, в психологической энциклопедии самостоятельность трактуется как «волевое качество личности, которое заключается в умении по собственной инициативе ставить перед собой цели, без чьей-либо помощи находить пути их достижения и выполнять принятые решения» [18, с.424]. В словаре по социальной педагогике самостоятельность определяется как «обобщённое качество личности, проявляющееся в инициативности, критичности, адекватной самооценке и чувстве личной ответственности за свою деятельность и поведение» [13, с.368]. Толковый словарь русского языка С.И.Ожегова и Н.Ю.Шведовой даёт следующие определения слову «самостоятельный»:

- 1) существующий отдельно от других, независимый;
- 2) решительный, обладающий собственной инициативой;
- 3) совершаемый собственными силами, без посторонних влияний, без чужой помощи. [16, с.695].

С педагогической точки зрения, проявление самостоятельности связано с деятельностью или готовностью к ней, т. е. самостоятельность - способ организации человеком своего действия и деятельности. Это связано с воспитанием и обучением детей, в точности с необходимостью решения проблемы подготовки подрастающего поколения к условиям жизни в современном обществе, практико-ориентированным подходом к организации воспита-

тельно-образовательного процесса. В педагогике считается, что дети в процессе воспитания и обучения в детском саду должны научиться самостоятельно ставить перед собой цели и задачи своей деятельности, анализировать ее условия, формулировать проблемы и гипотезы. А также, дети должны учиться предполагать варианты решения проблемных ситуаций и находить для этого средства, преодолевать разногласия, организовывать и корректировать ход как индивидуальной, так и совместной деятельности, достигая положительного результата. Интерес к данной проблеме обусловлен тем, что стремление к самостоятельности свойственно именно маленьким детям. Это внутренняя потребность растущего организма ребёнка, которую необходимо поддерживать и развивать.

Самостоятельность рассмотрена и изучена в работах Иванова В.Д., Кузовковой К.П., Выготского Л.С., Леонтьева А.Н., Рубинштейна С.Л., Буре Р.С., Островской Л.Ф., Т. Гуськовой, И.С. Кона, Люблинской А.А., Смирновой Е.О. В своих трудах они рассматривали вопросы развития самостоятельности в русле кардинальных проблем психологической науки - проблем личности, активности, деятельности. Они подчеркивали, что социальная ценность самостоятельности как качество личности определяется ее направленностью и уровнем активности человека как субъекта деятельности и отношений. Следует отметить, что взгляд Л.С. Выготского на развитие как на процесс «овладения собственным поведением» может быть интерпретирован с точки зрения деятельностного подхода, как «овладение собственной деятельностью». По мнению С.Л. Рубинштейна, самостоятельность является результатом большой внутренней работы человека, его способность ставить не только отдельные цели, задачи, но и определять направление своей деятельности. Для раскрытия детерминированности самостоятельности личности большое значение имеет стержневое положение теории С.Л. Рубинштейна, состоящее в том, что в объяснение психических явлений надо исходить из реального бытия человека и его взаимоотношений с внешним миром [19, с.100].

На базе анализа и обобщения определений, предлагаемых разными авторами можно рассматривать самостоятельность как качество личности, выражающееся в умении ставить впереди себя определенные цели, достигать их. Также независимость, это свобода от внешних влияний, принуждений, вероятность существовать в отсутствии посторонней поддержки, либо помощи. Характеристиками самостоятельности имеют все шансы быть названы: независимость, решительность, инициативность. Самостоятельность означает ответственное отношение человека к своим поступкам, способность действовать сознательно в любых условиях, принимать нетрадиционные решения.

1.2. Теоретические основы развития самостоятельности у детей

Становление человека следует непрерывно – всю его жизнь с самого рождения. При всем этом, становление есть закономерная цель изменений, которые затрагивают строение организма и его работу, поведение человека, его взаимодействие с другими, динамику высокофункциональных и психологических состояний, приемы познания себя и мира вокруг нас. И конечно, оно у всех проходит по-своему. Хотя в развитии разных людей есть черты однообразия, порождаемые разными причинами. Одной из них является возраст. Непосредственно он и определяет стадию развития человека.

«Я САМ» или кризис трех лет.

Знаменитый кризис трех лет впервые был описан Эльзой Келер в работе «О личности трехлетнего ребенка»[46]. Ею были выделены несколько важных симптомов этого кризиса.

1. Негативизм. «Это отрицательная реакция, связанная с отношением одного человека к другому человеку. Ребенок отказывается вообще подчиняться определенным требованиям взрослых». Надо заметить, что качество это, приобретаясь в три года вполне пригодиться нам в дальнейшем, чтобы просто уметь сказать «НЕТ».

2. Упрямство. «Это реакция на свое собственное решение. Упрямство не следует смешивать с настойчивостью. Упрямство состоит в том, что ребенок настаивает на своем требовании, на своем решении.» Благодаря этому навыку ребенок учит себя и других считаться со своей личностью, прислушиваться к своему мнению. Настойчивостью это качество станет в более старшем возрасте.

3. Строптивость. «Близка к негативизму и упрямству, но имеет специфические особенности. Строптивость, носит более генерализованный и более безличный характер - это протест против порядков, которые существуют дома».

4. Своеволие. «Стремление к эмансипации от взрослого. Ребенок сам хочет что-то делать. Отчасти это напоминает кризис первого года, но там ребенок стремился к физической самостоятельности. Здесь речь идет о более глубоких вещах – о самостоятельности намерения, замысла». Я сам придумал это, я сам это и сделаю, например разрисую обои в комнате.

5. Обесценивание взрослых. В этом возрасте любимые мамочка и папочка впервые могут услышать из уст своего крохи слова «плохой» и т.д. Важно понимать, что ребенок на самом деле так не считает. А если и считает маму «плохой», то в данный конкретный момент времени, и именно такую маму, потому что он твердо уверен, что мама есть и «хорошая».

6. Протест-бунт, который проявляется в частых ссорах с родителями «Все поведение ребенка приобретает черты протеста, как будто ребенок находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними» - писал знаменитый русский психолог Л.С. Выготский.

7. В семье с единственным ребенком встречается стремление к деспотизму. Ребенок проявляет деспотическую власть по отношению ко всему окружающему и изыскивает для этого множество способов. Будьте готовы, уважаемые родители принять маленького «деспота» и спокойно, но уверенно ставить его в рамки, не позволяя усугублять эту черту.

В этот период самая главная задача, которую решает маленький человек - это необходимость самоутвердиться в мире, доказать свою самостоятельность и независимость.

«Я сам» - такие слова сопровождают каждый шаг ребенка. И это не прихоть, а жизненная необходимость.

Следовательно, кризис 3-х лет – это период в жизни малыша, когда он любой ценой обязан доказать право на самостоятельность решений, на личные стремления и необходимости, которые не зависят от воли взрослых, которые его окружают. Кроме того, в случае если ребенку не удастся в этом изначально себя самого, то в дальнейшей жизни ему будет довольно сложно.

В данный период происходит абсолютная перестройка взаимоотношений малыша со взрослыми, которые присутствуют рядом. Кризис 3-х лет – это ломка устоявшихся отношений, для того чтобы выстроить новые формы взаимоотношений между ребенком и взрослым. К концу раннего возраста у малыша возникает направленность к самостоятельности, собственно знаменует собой не только выход в свет данной самостоятельности, видимого снаружи, но и одновременное отделение малыша от матери. До этого ребенок воспринимал маму, являясь частью себя, теперь он почувствовал себя самостоятельным отдельным человеком.

Опять родители с удивлением наблюдают проявления упрямства, непослушания, своеволия, протеста, бунта, а иногда даже деспотизма со стороны ребенка. И если в возрасте одного года ребенок просто делал, или по крайней мере пытался делать все по-своему, то теперь такое поведение сопровождается словами «Я сам».

Возраст от 2,5-3 лет до 6-7 лет принято называть дошкольным. Самостоятельность и независимость детей проявляется во многом и прежде всего в играх и творчестве. Осталось позади то время, когда взрослые учили ребенка играть - показывали, что можно делать с мячиком, куклой, машинкой, конструктором. Теперь дети сами выбирают не только вид игры, но и

включают в них взрослых на определенных условиях. Из их уст часто можно услышать такие выражения: «Ну приходите же ко мне в магазин покупать, у меня уже все давно готово!» Это они определяют роль и место своих партнеров или требуют от них четкого выполнения своих предписаний: «Ах, хитренький папочка, кидай не вверх, а мне!» А бывают случаи, когда они просто тяготятся присутствием взрослых, родителей.

Самостоятельность дошкольников выражается и в том, что дети уже имеют свое мнение, которое проявляется неподчинением, капризами или требовательностью, привлекая внимание к собственной персоне. Ребенок уже не позволяет обращаться с собой как с вещью.

Все это является свидетельством активного становления его личности. И относиться к этому нужно не просто с пониманием, но и с радостью. Согласитесь, что дав жизнь ребенку, нужно признать за ним право прожить эту жизнь. А значит, удовлетворение можно получить от сопричастности к ней; а не только от управления ею.

Дошкольное детство является временем активного формирования черт характера и других отличительных особенностей поведения и личности. Однако процессы развития эмоционально-волевой сферы в этот период имеют черты сходства у большинства детей, которые можно обозначить как послушание и детская непосредственность. Поведением дошкольников довольно легко управлять. Но столь же типичным для этого возраста является появление упрямства как наиболее примитивной формы волевой саморегуляции. Дети учатся преодолевать наиболее легкие препятствия и добиваются своего средствами манипулирования - ласками, улыбками, просьбами, лестью, капризами и т.д. Развивается и произвольность их поведения: детское «хочу» и «не хочу» хорошо известны всем родителям.

Однако ребенок еще не умеет преодолевать внутренние препятствия и действовать в случаях недостаточной мотивации. Бесполезно призывать дошкольника заняться чем-нибудь, если у него пропал интерес. С трудом дается ему и освоение действий и операций, которые не получались с первого

раза хорошо. Вряд ли пятилетний малыш будет стирать ластиком и перерисовывать картинку. Скорее всего, он просто зачеркнет ее или вообще прекратит рисовать на сегодня.

В развитии эмоций также наблюдается значительный прогресс. Прежде всего от криков и плача как единственной формы выражения своих отрицательных эмоций малыш переходит к более широким и разнообразным: гневу, испугу, настороженности, агрессии, замкнутости и т.д. Ребенок-дошкольник освоил социально-приемлемые формы их выражения - в состоянии обиды он уже не будет кусаться, а обзовет своего обидчика, пойдет пожалуется, твердо зная, что тем самым избежит наказания.

Эмоции и эмоциональные состояния имеют в это время яркое внешнее выражение. От удивления ребенок открывает рот, в гневе сжимает кулачки и топает ногами, от страха дрожит и прячется. По этим признакам состояние ребенка легко распознать и правильно прореагировать, прийти ему на помощь или вовремя пресечь ненужные действия. Ребенок еще не научился кривить душой, притворяться, изображать то, что не чувствует в данный момент.

Переживание и выражение эмоций требуют много сил. Поэтому нежелательно перенасыщать день ребенка-дошкольника событиями, пусть даже приятными. Не будем забывать, что длительная дневная прогулка, посещение с мамой магазинов, встреча со знакомыми иногда вызывают переутомление, которое может повлечь неожиданную рвоту, капризы, расстройство сна.

Общаясь со взрослыми и сверстниками, играя, наблюдая жизнь во всех ее проявлениях, ребенок активно познает окружающий мир. Это возможно за счет наличия у него познавательных способностей (внимания, памяти, мышления, воображения, восприятия, речи) и ведет к их дальнейшему развитию. Мощнейшим стимулятором их прогресса являются игры. В них ребенок вынужден удерживать в памяти цели, последовательность действий, правила, сюжет, внимательно следить за ходом событий, активно общаться с партне-

рами. Поэтому, если ребенок умеет и любит играть, это является гарантией полноценности его психического развития.

Однако не следует забывать, что дошкольники еще не научились управлять ходом своего познания и развития. Здесь им нужна помощь взрослых, их умное руководство и организация. Необходимо только помнить один основной принцип - психика ребенка пластична, развивать ее можно различными средствами. Задача нас, взрослых, состоит в том, чтобы подмечать, умело использовать психологические особенности детей и не навязывать им средства и приемы, которыми владеет он сам.

В настоящее время общество ставит перед дошкольными образовательными учреждениями очень высокие требования. На первый план выдвигаются задачи по созданию условий для развития самостоятельной, творчески активной, любознательной, целеустремленной личности, т.е. на создание целостной системы развития и воспитания дошкольников.

Одним из основных звеньев такой системы является, развитие способности к целеполаганию у детей старшего дошкольного возраста. Постановка целей играет важную роль в умении ребенка дошкольного возраста удовлетворять свои потребности, организовывать деятельность, регулировать свое поведение.

Самостоятельность складывается по мере взросления ребенка и на каждом возрастном рубеже имеет собственные характерные отличительные черты. При всем этом, во всяком возрасте важно разумно поощрять детскую самостоятельность, развивать требуемые умения и искусства. Ограничение самостоятельной работы ребенка приводит к пресечению личности, вызывает отрицательные реакции. Младший школьный возраст, по мнению специалистов по психологии и преподавателей, считается основным для становления у ребят разных достоинств, при помощи которых они смогут реализовать себя в жизни.

Самостоятельность, одно из ведущих качеств личности, выражающееся в умении ставить перед собой определённые цели и добиваться их

достижения собственными силами. Самостоятельность - свойство человека - результат воспитания и самовоспитания. Она же – важнейшее условие самореализации личности её творческих возможностей [10;256].

Идея формирования самостоятельности у ребенка была заложена еще в глубокой древности и анализировалась Сократом, Платоном, Аристотелем, Аристоксеном, и другими философами. Дальнейшее развитие она получила в работах Коменского Я.А., Песталоцци И.Г, Дистервега А, а также в сочинениях отечественных педагогов и революционеров-демократов: Белинского В. Г, Герцена А.И, Добролюбова Н.А, Радищева А.Н, Толстого Л.Н, Ушинского К.Д, Чернышевского Н.Г и других [50, с.48].

В настоящее время самостоятельность рассмотрена и изучена в трудах Иванова В. Д, Осницкого А. К, Теплюк С, Марковой Т.А, Цукерман Г.А, Анцыферова Л.И, Буре Р.С, Якиманская Г.А, Елизарова Н.В. и др.

Так Иванов В.Д в своей работе указывает, что самостоятельность не может быть абсолютной, так как жить в обществе (в семье) и быть свободным, независимым от общества нельзя. Все зависят друг от друга: и отдельные люди, и группы людей, и человеческие обязанности. Поэтому следует иметь в виду достаточный уровень самостоятельности. [7;22].

По мнению Теплюк С. истоки самостоятельности зарождаются в раннем возрасте, на стыке первого и второго годов жизни ребенка. Именно здесь берут начало пути формирования самостоятельных действий и умений, постепенно усложняющихся в игре и занятиях, в восприятии окружающего и в общении [16;67]. С помощью взрослого самостоятельные умения ребенка закрепляются, проявляются в разнообразных видах деятельности, постепенно приобретая статус свойства личности. Также Теплюк С. отмечает роль родителей в формировании самостоятельности детей [16]. Родители должны целенаправленно её формировать, не оставляя её на потом. При этом родители должны помнить, что при формировании самостоятельности с каждым разом объем самостоятельных действий ребенка увеличивается, а помощь взрослого сокращается. Показателем самостоятельности ребенка

является результативность его действий.

Маркова Т.В. отмечает, что самостоятельность позволяет устанавливать с другими людьми подлинно гуманные отношения, основанные на взаимном уважении и взаимопомощи. [14].

Ковалев А.Г, Ларин А.П, Молнар И, Пономарева З.Ф, Смирнов А.Л и др. рассматривают самостоятельность как сложное качество личности, пронизывающее поведение, отношение человека к окружающим и самому себе [18;28].

Ряд исследователей, признавая самостоятельность стержневым качеством личности, рассматривают проявление ее в процессах мышления, воли. Так, Пономарева З.Ф. связывает самостоятельность с потребностью в умении самостоятельно мыслить, высказывать свою точку зрения, отличную от других. По мнению Сыркиной В.А. самостоятельность проявляется в решении жизненных, мыслительных и практических задач. Дмитриева Ю.Н видит проявление самостоятельности в умелом использовании имеющихся знаний для решения на основе волевого усилия поставленных жизнью задач[14].

В философской литературе вопросы самостоятельности рассматривались в связи с проблемой свободы и ответственности личности, взаимодействия личности и общества, общественной и личной практики. В философских исследованиях подчеркивается, что самостоятельность возникает как объективная необходимость жизни и деятельности человека в обществе. Познавая закономерности развития общества, человек преобразует общественную среду и одновременно себя. «Человек не может быть только объектом, он есть субъект, он имеет свое существование в себе» [11;64].

Философские подходы к самостоятельности получили свое развитие в работах крупных советских психологов: Выготского Л.С, Ананьева Б.Г, Леонтьева А.Н., Рубинштейна С.Л. Самостоятельность - отмечал Рубинштейн С.Л. - это не простая сумма знаний, умений и навыков личности, позволяющих ей своими силами вести очередные дела, а общественное

проявление личности, характеризующее ее тип отношения к труду, людям и обществу. [14;278].

Таким образом, проанализировав психолого-педагогическую литературу мы видим, что отношение психологов к феномену «самостоятельность» неоднозначно. С одной стороны, почти все исследователи, изучающие особенности развития детей, подчеркивают огромную роль самостоятельности в развитии личности в целом, с другой стороны, во многих случаях они не дают ни содержательной, ни смысловой характеристики этому понятию.

Что же такое самостоятельность? Казалось бы, ответ лежит на поверхности, но все мы немного по-разному его понимаем. Наиболее типичные ответы: это действие, которое человек осуществляет сам, без подсказки и помощи окружающих; способность рассчитывать только на свои силы; независимость от мнений окружающих, умение распоряжаться собой, своим временем и своей жизнью вообще; умение ставить перед собой такие задачи, которые до тебя никто не ставил, и решать их самому.

Трудно возразить против этих определений. Они точно указывают на самостоятельность человека и, по большому счету, зрелость его личности. Но как применить эти оценки к малышу, скажем, 2-3 лет? Практически ни одна из них не может быть использована без существенных оговорок. Значит ли это, что правы были те психологи, которые утверждали, что полная самостоятельность малышам недоступна и посему о личности ребенка говорить преждевременно? И да, и нет.

Самостоятельность ребенка, конечно, относительна, но она зарождается в раннем детстве. Распознать самостоятельность у ребенка очень сложно: мы оперируем критериями зрелой самостоятельности, а у него она выражена неявно, часто имитирует под другие качества или обнаруживается только частично. [19;10].

Становление самостоятельности и что даже важнее - потребности быть самостоятельным связано с отделением ребенка от матери, умением

обходиться без ее неизменной поддержки и постоянного присутствия. До некоторых пор ребенок зависит от матери и нуждается в ней, но наступает момент отделения, и малыш начинает опираться на себя и поддерживать себя сам.

Уже на пятом - шестом месяце жизни малыш пытается достать кружку, садится, ложится. К концу первого года жизни поддерживает равновесие своего тела, стоит, ходит, осуществляет целенаправленные действия. Уже в этом пробуждается стремление к самостоятельности.

Самостоятельность как свойство личности начинает формироваться приблизительно в год, когда у малыша бывает замечена возможность передвигаться и удерживать вещи, а еще говорить словами. Появляется первая самостоятельная основная работа детей – предметные действия и игры-манипуляции. От случая к случаю данный процесс наступает немного раньше времени, ну а в некоторых случаях задерживается.

Дальнейшее формирование самостоятельности в дошкольном возрасте связано с освоением ребенком разных видов деятельности - (игровой, трудовой, учебной), в которых он приобретает возможность проявлять свою субъектную позицию [8;246].

Самостоятельность малышей проявляется:

- в режимных процессах, где совершенствуются навыки самообслуживания;
- в игре, когда ребенок самостоятельно, без подсказки взрослого воспроизводит один-два эпизода из жизни.
- на занятиях, где дети самостоятельно придумывают и осуществляют постройку;
- при выполнении трудовых поручений (помогают воспитателю вынести на участок игрушки, расставить тарелки с хлебом перед обедом, покормить рыбок, птичку и т. д.).
- во взаимоотношениях между детьми. Ребенок по своей инициативе выражает внимание к сверстникам: жалеет, оказывает помощь.

- выражается в независимых от взрослого действиях, направленных на выполнение определенной задачи [2].

На третьем году жизни взрослые то и дело слышат: «Я сам!». Ребенок стремится проявить самостоятельность по собственной инициативе, нередко вопреки их желаниям. Многие родители в этот период испытывают трудности в общении с детьми, обнаруживают упрямство, негативизм. Все это - результат неудержимого стремления ребенка к самостоятельности, к использованию своих возросших возможностей. И взрослым важно учитывать это, менять методы воспитания ребенка, уважать его независимость, поддерживать стремления, поощрять и тактично направлять его самостоятельные действия.

Ребенок растет, и воздействие взрослых на него становится все менее явным. Постепенно на основе формирования норм поведения и привычек формируется подлинная самостоятельность. И начиная с этого возраста, можно говорить о самостоятельности как о личностном качестве ребенка.

Доверчивость, послушание и открытость, если они чрезмерно выражены, могут сделать ребенка зависимым, несамостоятельным, задержать развитие данного качества. С другой стороны, слишком ранний упор только на самостоятельность и независимость может породить непослушание и закрытость, осложнить для ребенка приобретение значимого жизненного опыта через доверие и подражание другим людям. Для того, чтобы ни та, ни другая из этих нежелательных тенденций не проявилась, необходимо сделать так, чтобы воспитание самостоятельности и зависимости было взаимно уравновешенным.

1.3. Показатели самостоятельности старших дошкольников

Показателями самостоятельности старшего дошкольника выступают:

1. Внешние признаки:

- планирование своей деятельности, выполнение заданий без непосредственного участия педагога;

- умение поставить цель деятельности, осуществить элементарное планирование, реализовать задуманное и получить результат, адекватный поставленной цели;

- способность к проявлению инициативы и творчества в решении возникающих задач.

2. Внутренние признаки:

- потребностно-мотивационная сфера (усилия воспитанников, направленные на достижение цели без посторонней помощи).

По утверждению психологов, мотивы проявления самостоятельности у детей разного возраста различны. Младшие дети, проявляя самостоятельность, используют ее как средство достижения частных целей. У старших дошкольников самостоятельные поступки и действия совершаются для того, чтобы подчеркнуть своё право на самостоятельность.

У детей 6-7 лет самостоятельность обнаруживается в замысле и в развертывании сюжетов сложных коллективных игр, в умении самостоятельно выполнить трудное и ответственное дело, порученное группе. Сказывается в умении оценивать работу и поведение других ребят. Дети стремятся вместе со взрослыми обсуждать достоинства и поступки друг друга, окружающих людей, оценивать их с точки зрения соответствия социальным нормам. В этих случаях самостоятельность ребенка приобретает нравственную направленность.

В подростковом периоде завершается формирование механизмов осознания активности и самостоятельности. И эти механизмы могут либо развиваться и совершенствоваться, обслуживая решение усложняющихся задач, либо «приостановиться» в своем развитии как недостаточно значимые психические образования.

В развитии самостоятельности как черты личности Буре Р.С. выделяет три уровня [9, с.20].

I уровень - ребенок действует в обычных для него условиях без напоминаний и помощи с вашей стороны. Он сам убирает после игры

кубики, сам идет мыть руки перед едой, сам говорит «спасибо» и «пожалуйста», если благодарит или просит о чем-то.

II уровень - ребенок правильно поступает в новых, необычных, но близких и однородных ситуациях. Например, научившись мыть после прогулки свою обувь, ребенок без подсказки решил помыть и сапоги бабушки.

III уровень - освоенное ребенком правило приобретает обобщенный характер и определяет его поведение в любых условиях. Мальчик сам принес стул пришедшей в гости соседке или уступил место старшим в автобусе [12].

Таким образом, во всех видах деятельности и в разных жизненных ситуациях проявляется и формируется детская самостоятельность - важное и сложное качество личности.

Итак, самостоятельность ребенка, конечно, относительна, но она зарождается в раннем детстве

Самостоятельность не дается человеку от рождения. Она формируется по мере взросления детей и на каждом возрастном этапе имеет свои особенности.

Формирование самостоятельности - трудный процесс. Мало добиться, чтобы дети усвоили некие неотложные сведения и умения, научились совместно играть, оказывать помощь друг - другу. Необходимо формировать у них желание энергично работать согласно накопленным знаниям и умениям. Важным условием формирования самостоятельности является правильная организация сферы семьи и дошкольного учреждения. Очень важна атмосфера доверия, дружелюбия, выдержанности и т.д.

1.4. Развитие самостоятельности и творческой активности в процессе физического воспитания

В развитии творческой активности детей важное место отводится эмоционально-образной методике руководства. Расширяя двигательный опыт

детей, воздействуя образным словом на воображение, воспитатель стимулирует и направляет творческо-исполнительскую игровую деятельность каждого ребенка.

Начальным этапом формирования творческой деятельности у детей является подражание всему, что видит. Характерно, что подвижные игры малышей отражают не общение со сверстниками, а изображают ту жизнь, которую ведут взрослые или окружающий животный мир.

У малышей великолепно развито воображение, они могут с удовольствием летать, как «воробушки», взмахивать руками, как «бабочки» крылышками. Это стремление к одухотворению предметов объясняется желанием ребенка предать изображаемому образу живой характер, он вживается в образ. В этот момент у него активно включаются ценнейшие личностные качества: сопереживание, соучастие, сопричастность к игровым событиям.

Подвижная игра с одной стороны дает возможность ребенку познать окружающую действительность, а с другой - развивает его физические способности и творческую деятельность.

Важная роль в проведении игры принадлежит художественному слову, оно действует на детей не только смысловым содержанием, но и ритмом, мелодичностью, что воздействует на фантазию, воображение, будит мысль и чувство.

Чем больше внимания уделять развитию творческой деятельности детей при обучении физическим упражнениям, тем не обычнее, интереснее придумывают дети упражнения, движения в играх. В игре «Ровным кругом» я сначала сама показывала разные движения, и только потом был показ детей.

Важным этапом развития детского творчества является умение самостоятельно организовывать подвижные игры, знакомые ребенку. Наслаждение в подвижной игре достигается за счет полного раскрытия личности ребенка.

Творческая инициатива проявляется у детей уже в младшем возрасте. В репертуаре подвижных игр у малышей преобладают сюжетные игры, которые помогают ребенку своеобразно воспроизвести знакомый ему жизненный образ. Малыши испытывают радость от самих движений: прыгают как «зайчики», бегают как «лошадки». Поэтому во время игры слышится смех, веселые восклицания. Первоначально педагог выполняет ведущую роль, в то же время играет вместе с детьми. Он и кошка, и мышка, и автомобиль. Дети не замечают такого перевоплощения воспитателя и действуют с увлечением.

Детям 3-х лет вполне доступны в элементарной форме сюжеты музыкальных и физкультурных занятий, утренней гимнастики. В таких играх дети особенно радуются общению, умению выполнять действие совместно.

Развитие интереса к физическим упражнениям происходит на основе игры. Малыши, преодолевая препятствие, радуются, находя неожиданный сюрприз. Игрушки и пособия для игры (флажки, ленточки, мячи) должны быть яркими, красочными.

В свободное время дети занимаются физкультурой: ползают, подлезают под дугой, подтягиваются, чтобы позвонить в колокольчик, достать бабочку, цветочек. Выполняя эти упражнения, ребенок приобретает навыки в основных движениях, а это способствует правильному развитию детского организма, формирует двигательную активность.

Физически развитые дети, как правило, не нуждаются в помощи, выполняют упражнения самостоятельно, а малоподвижные, робкие нуждаются в поддержке воспитателя, в этом и есть дифференцированный подход. Поощрения действия ребенка вызывают у него желание еще раз повторить упражнение, а неоднократное повторение движений улучшает качество их выполнения. Вызвать интерес к движениям помогают стихи, песенки, потешки. Стараясь разнообразить подвижные игры, придумываю разные варианты игры, что способствует развитию самостоятельности детей, формирует у них потребность в движениях. Сменой атрибутики

обеспечиваются разные варианты игры. В игре «Два мороза» изменила правила, что бы она была детям доступна: роль Мороза взяла на себя и дети просто перебежали с одной стороны площадки на другую.

Объясняя новую игру, не следует предварительно разучивать с детьми текст, его желательно ввести в ход игры неожиданно, это доставляет детям большое удовольствие, особенно в младшей группе, дети вслушиваются в ритмичное сочетание слов, при повторении игры легко запоминают.

Малыши очень любят заниматься физкультурой в коллективе. Во время утренней гимнастики использую разнообразные игровые приемы. Ходьба у нас под песню «Мы солдаты», подвижные игры - с художественным словом: «Гуси», «Огуречик», «Мыши и кот», «Карусель», «Пузырь», «По ровненькой дорожке». Сопровождаю песней игры: «Паровоз», «Самолеты», «Котята», «Трамвай». Даже при выполнении упражнений использую пение: «Неваляшки», «Часики», «Птички», «Лодочка», «Кошечка», «Зайчики».

Подвижная игра - естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. В них ярко отражается образ жизни людей, они развивают ловкость, смелость, выносливость, быстроту и красоту движений, проявляют смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Народные игры являются частью интернационального, художественного и физического воспитания дошкольников. Радость движений сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств, любви и преданности Родине. Дети любят играть в такие игры как «Баба-яга», «Гуси», «Огуречик», «У медведя во бору», «Совушка», «Кот и мыши».

Распределение ролей, которое помимо считалок, проходит иногда путем назначения водящего. Необходимо поощрить и активизировать

застенчивого ребенка, или наоборот, показать на примере активного, как важно быть смелым и ловким, отклонить просьбу самоуверенного ребенка и включиться в игру самому воспитателю с целью показать ответственность роли водящего.

Подвижные игры проводились не только на гимнастике и прогулке, но и на НОД - «Зажги фонарик», «Рыбки», «Светофор». Раз в месяц проводятся Праздники здоровья, используя опыт М.Ю. Картушиной, и хотя основное в теме их воспитание культурно-гигиенических навыков, которые играют важную роль в охране здоровья детей, но построены эти развлечения на подвижных играх, где может больше проявиться инициатива и творчество детей. Во время развлечения «Мишка на прогулке», дети не только закрепили умение выбирать одежду для зимней прогулки и последовательность одевания, как животные зимуют, но и поиграли в игры «Лиса и зайцы», «Мишка косолапый», «Катание на санках», «Зайка», музыкальная игра «Метелица. Проводятся эти развлечения вместе с музыкальным руководителем, ведь именно музыка придает особенный оттенок хороводным играм. Необходимо поощрять малейшее проявление самостоятельности у детей.

При показе сказки «Волк и семеро козлят на новый лад», перед детьми была поставлена задача, что козлята как и в сказке не послушались маму и открыли волку дверь, а в этой сказке не соблюдали правила дорожного движения. После того как дети выучили слова и поняли смысл своей роли, творчество их было на высоте, роль сыграли прекрасно Дети часто вспоминали этих непослушных козлят.

Задача заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно. Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться, к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, этим дошкольники

приобретают важные качества, необходимые им в будущей жизни.

Глава 2. Экспериментальное обоснование эффективности программы развития самостоятельности у детей в процессе физического воспитания

2.1. Организация исследования

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе МБДОУ, г. Красноярска. В эксперименте приняло участие 2 группы детей 5-6 лет:

- контрольная группа 10 детей;
- экспериментальная группа 10 детей.

Общее количество составило: 20 детей.

Дети контрольной группы занимались по программе разработанной ДОО, а экспериментальная по разработанной программе развития самостоятельности.

Деятельность, выполняемая ребенком на уровне самостоятельности, превращается в форму и средство саморазвития индивидуальности. Важно, чтобы каждый ребенок создавал свой индивидуальный стиль в той или иной деятельности, овладевал им как для достижения успешности в деле, так и для самореализации своей неповторимости, особого таланта. На всех этапах работы, основным результатом, является развитие творческих способностей, приобретение ребенком новых знаний, умений и навыков.

2.2. Методы исследования

Для оценки эффективности программы развития самостоятельности в педагогическом эксперименте, были использованы следующие частные методики:

- 1) Конструирование;
- 2) Скульптура.

С помощью этих методик определялся уровень развития самостоятельности, определялись уровни:

- высокий;
- средний;
- низкий.

Высокий уровень самостоятельности определялся от 80-100 баллов.

Средний уровень самостоятельности определялся в 50-80 баллов.

К низкому уровню были отнесены дети, получившие ниже 50 баллов.

Общее количество баллов в оценке развития самостоятельности оценивалось в 100 баллов.

Первая методика, которая была взята в работу это «Конструирование», оно оказывает большое влияние на развитие личности и волевой сферы ребёнка. Так, на его эффективность влияет характер мотива: для чего нужна постройка. Успешность зависит от умения удерживать цель деятельности и самостоятельно её ставить, от способности контролировать ход выполнения работы, сличать полученный результат с образцом. В процессе конструирования осуществляется физическое совершенствование ребёнка. Постоянные упражнения в самых разнообразных движениях, сопровождающиеся эмоциональным подъёмом, способствуют тому, что эти движения становятся быстрыми, ловкими, легко подчиняющимися контролю глаза. Улучшается согласованная работа отдельных мышц.

Скульптура-методика, позволяющая оценить уровень самостоятельности у детей через воспроизводимую ими фигуру.

2.3. Программа развития самостоятельности детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания.

Программа развития самостоятельности старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания.

Цели и задачи программы.

Цель-развитие самостоятельности у детей в процессе физического воспитания.

Задачи:

1. Составить комплекс упражнений по развитию самостоятельности детей старшего дошкольного возраста на занятиях физической культуры.

2. Формировать двигательные умения и навыки.
3. Развивать психофизические качества (быстрота, сила и т.д.).
4. Развивать двигательные способности (функции равновесия, координации движений).

Содержание программы

1 игра: Быстрее по местам

Дети образуют собой круг и встают друг от друга на расстоянии вытянутой руки. Рядом с каждым ребенком на пол кладется какой-нибудь предмет, например, кубик или флажок.

Дается сигнал «Бегите». Дети отходят от своих мест и разбредаются по всему помещению. Они могут просто ходить, бегать или прыгать. Пока дети игарют воспитатель убирает один предмет с пола. В результате, одному игроку не куда будет вставать. Звучит сигнал «по местам». Играющие дети возвращаются в круг и тот, кто остался без предмета, т. е. без кубика или флажка остается вне круга. Ему дети говорят:

Ваня, Ваня, не зевай (говорится имя не успевшего ребенка)
Быстро место занимай.

Под конец игры воспитатель кладет предмет назад, чтобы все дети смогли встать в круг. Эту игру можно повторять не более 5-6 раз.

Рекомендации:

- Чтобы усложнить игру, воспитатель, пока дети бегают по помещению, может играть в бубен, задавая разный ритм: медленный и быстрый.
- После нескольких таких игр воспитатель убирает не один кубик, а два и даже три.
- Во время этой игры нужно обязательно следить, чтобы дети как можно дальше отходили от своего круга.

2 игра: Птички и кошка.

На полу обозначается небольшой круг. Его можно начертить мелом или выложить связанной веревкой. В центре круга встает один из играющих детей. Он будет играть роль «кошки». Остальные дети — «птички».

«Кошка» садится на корточки и спит. «Птички» запрыгивают в круг и начинают клевать зернышки. Внезапно «кошка» просыпается и ловит «птичек». Те, в свою очередь, стараются выбежать из круга, чтобы не стать добычей «кошки». До кого «кошка» успела дотронуться, считаются пойманными и садятся в центр круга. После того, как «кошка» поймает две-три птички, она считается победителем, и меняется местами с одной из птичек, т. е. «птичка» становится «кошкой», а «кошка» «птичкой». Все пойманные дети выходят из круга ик остальным, чтобы начать игру заново. Так, игра продолжается до 5 раз.

Рекомендации:

- Если у «кошки» никак не получается поймать хотя бы одну из птичек, то ей в помощь дается еще одна «кошка».

3 игра: Карусель.

Дети встают в круг и держат каждый в правой руке связанную на концах веревку. Веревка одна на всех! Затем они произносят следующие слова, сопровождая их соответствующими движениями (идут медленно по кругу и постепенно набирают темп, доходя до бега)::

Еле, еле, еле, еле

Завертелись карусели,

А потом кру-гом, кру-гом

Все бегом, бегом, бегом.

Воспитатель, подгоняя детей, повторяет «побежали, побежали». Как только дети пробегут два круга, воспитатель дает команду «поворот» дети разворачиваются и бегут в другую сторону.

После этого играющие вместе с воспитателем говорят другие стихи:

Тише, тише, не спешите!

Карусель остановите

Раз, два, раз, два!

Вот и кончилась игра!

Дети замедляют темп и в конце совсем останавливаются, опускают веревку на пол и расходятся по помещению. Они могут играть, бегать, прыгать и просто ходить, пока не раздастся новая команда (воспитатель три раза бьет в бубен) после которой все вновь возвращаются в круг и начинают эту игру заново. И так 3-4 раза.

Рекомендации:

- Украсьте карусель. Прицепите к веревки колокольчики, бубенчики или красивые яркие ленточки.

4 игра: Найди себе пару.

Дети устанавливаются вдоль стены, и каждому из них дается по флажку. Флажки должны быть всего двух цветов, например, красный и синий. Звучит сигнал (удар в бубен), разрешающий детям разойтись по комнате. Через некоторое время раздается новый сигнал (два удара в бубен), повествующий о том, что каждый должен найти свою пару. Игрок ищет другого игрока с таким же по цвету флажком, что и у него. Созданная пара образует собой любую фигуру.

Нужно заметить, что для этой подвижной игры необходимо нечеткое количество детей, чтобы после второго сигнала один из игроков не смог найти свою пару.

Тому, кто не успел найти себе партнера, дети говорят:

Ваня, Ваня, не зевай! (имя проигравшего)

Быстро пару выбирай!

После этих слов воспитатель опять ударяет один раз в бубен, и дети разбредаются кто куда. Игра закончена. После небольшого перерыва ее можно повторить заново, но не больше 5 раз.

Рекомендации:

- Во время игры необходимо, чтобы все дети держали свои флажки поднятыми вверх. Это уменьшит риск травматизма.

5 игра: Самолеты.

Площадка делится на четыре части и помечается флажками. Позади флажков в колонну встают дети, разделенные тоже на 4 группы. Дети играют роль летчиков на самолетах. Раздается команда «к полету готовься» — дети сгибают в локтях руки и начинают жужжать. Идет новая команда «летите». Дети, жужжа и расправляя руки в стороны «разлетаются» по всему помещению. После того, как дети немного «полетали» воспитатель командует «на посадку», тем самым давая понять, что пора возвращаться на свои места. «Летчики» летят каждый на свое место и становятся на одно колено, т. е. «приземляются». В это время воспитатель обращает внимание, чья колонна построилась быстрее всех. Играть в эту подвижную игру в старшей группе можно не более 4-5 раз.

6 игра: Соберись быстрее.

Воспитатель делит игроков на 3-4 группы. Каждому из них дается по флажку. У каждой группы свой цвет флажка! Так же, 4 флажка ставят на пол в разных местах. Группы должны выстроиться в колонну у флажка своего цвета. Раздается сигнал, что пора погулять и дети расходятся по комнате. Они начинают бегать, прыгать и ходить. Затем звучит сигнал «по местам» и дети возвращаются каждый к своему флагу, вновь вставая в колонну. Воспитатель отмечает, чья группа быстрее всех построилась.

После двух-трех игр воспитатель прибавляет новое правило – по сигналу «стоп» игроки должны резко остановиться и закрыть глаза и открыть их только после команды «по местам». Играть в игру можно не больше 6 минут.

Рекомендации:

- Дети должны отходить от своего флажка подальше.

7 игра: Угадай, кого поймал.

Вдоль стены комнаты устанавливаются стульчики и на них садятся дети. Воспитатель разрешает детям встать и погулять по помещению, например: «сходите в лес и поймайте там птичку, жучка, пчелку, муравья,

ежика, кузнечика, стрекозу и т. д.». Дети изображают, как будто кого-то ловят. Они начинают прыгать и бегать за воображаемым животным или насекомым.

Воспитатель говорит: «пора домой». Дети возвращаются и усаживаются все по своим местам. При этом они держат ладошки закрытыми, чтобы их пойманный зверек не смог убежать.

Воспитатель вызывает одного из игроков и предлагает ему показать кого он поймал. Ребенок без слов изображает пойманного зверька. Например, бегаёт и жужжит, а потом падает на спину и болтает в воздухе руками и ногами, т. е. имитирует движения жучка. В это время дети внимательно наблюдают и затем отгадывают кто это. После верной отгадки вызывается другой игрок и все пытаются отгадать его «пленника». И так 5-6 раз.

Рекомендации:

- До начала этой подвижной игры воспитатель должен показать детям картинки животных и рассказать им немного о них.

8 игра: Стадо и волк.

С одной стороны площадки мелом помечаются кружки, т.е. сараи для стада. На противоположной стороне рисуется круг – «логово» волка. Все остальное – «луг». Воспитатель выбирают двух детей и назначает одного из них волком, другого, пастухом. Оставшиеся дети – стадо, например, овечки, телята, лошадки.

«Стадо» сидит в своих «сараях», а «волк» в логове.

Начало игры: «Пастух» подходит к каждому сараю и изображает открывание дверей. «Стадо» выходит пастись на «луг». Дети изображают своим поведением животных, начинают блеять, мычать, ржать, прыгать и бегать.

Внезапно воспитатель произносит «Волк!»». Волк выходит из своего логова. Все «стадо» бежит к «пастуху» и встает сзади него. Те, кто не успел и до них дотронулся волк, считаются пойманными и уходят в логово вместе с

волком. Затем «пастух» уводит все свое «стадо» по местам и игра продолжается.

Рекомендации:

- В самой первой игре не рекомендуется выпускать сразу все стадо. Сначала овечек, в следующий раз телят, козочек и т. д.

9 игра: Пятнашки.

Воспитатель выбирает одного из детей и назначает его «пятнашкой». Все другие дети разбредаются по разным местам комнаты. «Пятнашка» встает посередине комнаты и по сигналу «лови!» начинает ловить других детей. Все до кого он дотронулся, оказываются пойманными и отходят в сторонку. После того, как «пятнашка» поймает 3-4 детей его заменяют на нового.

Рекомендации:

- Чтобы дети могли различать пятнашку, ему на руку повязывается яркая ленточка.
- Если «пятнашки» не удастся никого поймать в течении одной минуты, его все равно заменяют.

10 игра: Зайцы и волк.

Один из детей – волк, все остальные – зайцы. Вдоль стены помещения или площадки «зайцы» обозначают каждый свое место, к примеру, выкладывают круги камешками или флажками. Начало игры: дети встают на свои места. На противоположной стороне площадки сидит «волк».

Воспитатель произносит:

Зайки скачут скок, скок, скок

На зеленый на лужок, на лужок,

Травку щиплют, слушают,

Не идет ли волк.

Под эти слова «зайки» выбегают из своих мест и начинают прыгать по помещению на двух ногах или в зависимости от текста присаживаются на корточки и имитируют щипание травы. Когда прозвучит последнее слово

«волк». Волк выходит из своего укрытия и начинает ловить (дотрагиваться) зайцев. Зайцы, увидев волка, стремительно убегают на свои места. Те зайцы кого волк поймал, уходят на его место и там сидят вместе с волком. Воспитатель заново повторяет предыдущие слова, и зайцы опять прыгают и щиплют травку. Как только волк поймает нескольких зайцев, он меняется местами с другим ребенком и сам становится зайцем, а тот волком.

Рекомендации:

- Дети не должны бегать рядом друг с дружкой.
- После игры дети должны сами за собой убрать свои камешки и флажки.

11 игра: Охотник и зайцы.

Из детей выбирается один «охотник». Все остальные назначаются зайцами. Охотник встает на свое обозначенное место на противоположной стороне от зайцев. А зайцы встают в нарисованные круги по 3-4 зайчонка на один круг.

«Охотник» гуляет по площадке, как будто ищет добычу. Затем он возвращается на свое место. Воспитатель дает команду «зайцы выбежали на полянку». Дети выходят из своих кружков и прыгают вперед на двух ногах. Воспитатель произносит «охотник» и дети убегают на свои места. В это же время, «охотник» берет в руки небольшой мячик и бросает его в зайцев. В кого попал мячик, считается подстреленным и уходит к охотнику. Затем роль охотника играет другой ребенок.

Рекомендации:

- Охотник должен бросать мяч поочередно сначала правой рукой, затем левой.
- Чтобы усложнить игру, можно назначить двух охотников.
- Для разнообразия детей можно поделить на несколько групп. Одна группа будут лисички, другая белочки и т. д. Здесь воспитатель называют поочередно сначала один вид зверей, потом другой.

12 игра: Медведь и пчёлы.

Количество играющих: 4 и более человек.

- Дети делятся на «медведей» и «пчел».
- Перед началом игры «пчелы» занимают места в своих «ульях» (лесенки, скамеечки и т. д.).
- По команде ведущего «пчелы» улетают на луг за медом. В это время «медведи» забираются в «ульи» и лакомятся медом.
- По сигналу «Медведи!» «пчелы» с жужжанием бросаются к своим домикам и «жалят» не успевших убежать «медведей».

13 игра: Поймай шарик.

Инвентарь: столовая ложка, мячик небольшого размера или картофелялина.

- Попросите ребенка без помощи свободной руки поднять с пола мячик ложкой.

Инвентарь: газета на каждую пару, магнитофон.

14 игра: Паук.

Количество играющих: 4 — 8 человек.

Инвентарь: веревки (ленты, скакалки), мел.

- На линии старта чертят два круга. Ребята делятся на две группы, обе группы встают в круги. Теперь обвяжите каждую группу веревками, получатся два «паука».
- По команде «Марш!» оба «паука» начинают наперегонки продвигаться к финишу, где начерчены два других круга, в которые они должны встать.

15 игра: Достань яблочко.

Количество играющих: 1- 6 человек.

Инвентарь: нитки, яблоки.

- На ветках деревьев или на других предметах на разной высоте развесьте яблоки. Попросите детей попрыгать и достать яблоки.

16 игра: Солнышко.

Количество играющих: 10 и более человек.

- Для игры требуется ровная площадка, на которой обозначен круг диаметром около двух метров. Выбирают водящего и разбиваются на группы по 3-4 человека.
- Каждая группа выстраивается по одному в затылок друг другу — это солнечные лучи.
- Группы стоят лицом к центру круга примерно на одном расстоянии друг от друга. Последний игрок в каждом «луче» стоит на очерченной линии.
- Водящий бежит вокруг «солнца», становится в затылок последнему игроку в каком-либо «луче» и «салит» его.
- Тот передает удар стоящему перед ним игроку, и так по цепочке вплоть до первого игрока.
- Когда первый в «луче» осален, он должен пробежать вдоль своей колонны за «солнышко», обежать его снаружи и встать в затылок последнему игроку в другом «луче» и т. д.

17 игра: Горелки с платочком.

Количество играющих: от 5 и более человек

Инвентарь: платок.

- Участники игры стоят парами друг за другом. Впереди — водящий, он держит в руке над головой платок. Дети говорят:

Гори, гори ясно,
Чтобы не погасло.
Глянь на небо,
Птички летят,
Колокольчики звенят!

- Дети последней пары бегут вдоль колонны (один справа, другой слева). Тот, кто добежит до водящего первым, берет его за руку и встает с ним впереди колонны, а опоздавший «горит», то есть водит.

18 игра: Солнышко и дождик.

Количество играющих: 1-6 человек

Инвентарь: зонт.

- Дети ходят врассыпную, хлопают в ладоши, притоптывают под текст:

Смотрит солнышко в окошко,
Светит в нашу комнатку.
Мы захлопали в ладошки,
Очень рады солнышку!

- По сигналу ведущего: «Дождик пошел, скорей домой!» все бегут и прячутся под зонтик, который держит взрослый.

19 игра: Пятнашки «Замри!».

Количество играющих: 3-10 человек.

- Водящий пытается «запятнать» (догнать и дотронуться рукой) всех остальных игроков.
- «Запятнанный» игрок должен замереть и оставаться на месте с вытянутыми в стороны руками до тех пор, пока кто-то из играющих не пробежит у него под руками, чтобы «освободить» его.
- Если игрока «запятнали» трижды, он становится водящим.

20 игра: Живой узел.

Количество играющих 3 — 8 и более человек.

- Дети берут друг друга за руки в произвольном порядке. Каждый игрок должен держать за руки двух разных игроков, нельзя держать за обе руки одного игрока. В результате группа должна выглядеть как живой узел: руки всех игроков переплетены.
- Цель игры: развязать узел, не расцепляя рук.

- Распутав узел, играющие должны встать в круг, держась за руки (иногда может получиться два круга).

21 игра: Лучший круг.

Количество играющих: 6 и более человек.

Инвентарь: мел.

- Все игроки делятся на четыре команды, берутся за руки и образуют четыре круга. Эти круги должны быть равно удалены от нарисованного в центре площадки круга диаметром 2-4 метра.

- По сигналу команды пытаются, не расцепляя рук, как можно быстрее попасть в центральный круг.
- Побеждает команда, которой удалось попасть в круг, не расцепив рук.

22 игра: Танец с яблоками.

Количество играющих: 2, 4 или 6 человек.

Инвентарь: несколько яблок.

- Дети становятся друг против друга, зажав между лбами яблоко. Под веселую музыку шумового оркестра пары стараются исполнить любые танцевальные движения.

- Если яблоко упадет, пара выходит из круга.

23 игра: Рыбаки и рыбки.

Количество играющих: 6 и более человек

- В начале игры одного участника выбирают «рыбаком». Остальные — «рыбки». «Рыбак» гоняется за «рыбой».

- Пойманная «рыба» берет «рыбака» за руку и тоже становится «рыбаком».

- «Невод» «рыбака» постепенно разрастается, и, в конце концов, в нем оказывается вся «рыба».

24 игра: По ровненькой дорожке.

Количество играющих: 1-6 человек.

- Дети идут за взрослым и повторяют за ним стишки:

По ровненькой дорожке

Бежали наши ножки.

По камешкам, по камешкам

И в ямку «бух!».

Встали мы на ножки

На ровненькой дорожке.

Но вот наш дом,

В нем мы живем.

- При словах: «По ровненькой дорожке» дети идут обычным шагом, при словах: «По камешкам» — подпрыгивают на обеих ногах. При словах: «В ямку бух!» — присаживаются, затем встают и снова идут.

- Услышав слова: «Вот наш дом», все бегут на свои места и садятся на стулья.

2.4. Оценка эффективности программы развития самостоятельности

Таблица 1

Уровни развития самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста
в процессе эксперимента

Методики, уровни		До эксперимента		После эксперимента				
		К.г.	Э.г.	К.г.	Э.г.	прирост		
						К.г.	Э.г.	
2	Конструирование	высокий	5	7	6	9	1	2
		средний	7	4	10	8	3	4
		низкий	2	1	4	3	2	2
3	Скульптура	высокий	5	6	10	9	5	3
		средний	3	4	8	6	5	2
		низкий	2	2	3	5	1	3

По данным, полученным после проведения методики «Конструирование» выяснилось, что 6 детей контрольной группы обладают высоким уровнем развития самостоятельности, они принимают задание и самостоятельно выполняют его по образцу, что составляет 30% данной выборки; у 10 детей выявлен средний уровень самостоятельности, что составляет 50%; низкий уровень выявлен у 4 детей, что составляет 20%.

Таблица 2

Результаты методики «Конструирование» после эксперимента

Испытуемые №	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	Баллы	Уровень самостоятельности	Баллы	Уровень самостоятельности
1	2	3	4	5
1	50	Средний	82	Высокий
2	63	Средний	67	Средний
3	84	Высокий	80	Высокий
4	66	Средний	78	Средний
5	96	Высокий	81	Высокий
6	45	Низкий	75	Средний
7	88	Высокий	35	Низкий
8	67	Средний	70	Средний
9	86	Высокий	93	Высокий
10	32	Низкий	65	Средний
11	80	Высокий	96	Высокий
12	67	Средний	86	Высокий
13	54	Средний	48	Низкий
14	39	Низкий	90	Высокий
15	93	Высокий	95	Высокий
16	76	Средний	54	Средний
17	57	Средний	64	Средний
18	33	Низкий	87	Высокий
19	69	Средний	40	Низкий
20	64	Средний	66	Средний

РЕЗУЛЬТАТЫ КОНТРОЛЬНОЙ ГРУППЫ ПО МЕТОДИКЕ "КОНСТРУИРОВАНИЕ"

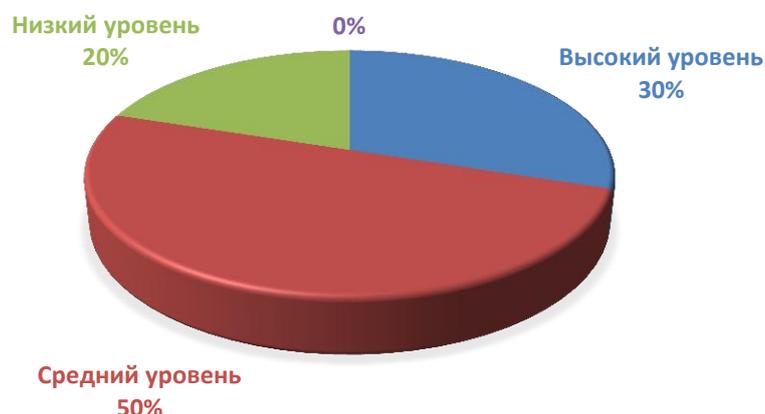


Рис.1 Результаты контрольной группы по методике «Конструирование» после эксперимента

В экспериментальной группе выявлено 9 детей с высоким уровнем развития самостоятельности, что составляет 45%; 8 детей обладают средним уровнем развития самостоятельности, что составляет 40%; низким уровнем развития самостоятельности обладают трое детей, что составляет 15%.

РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ГРУППЫ ПО МЕТОДИКЕ "КОНСТРУИРОВАНИЕ"



Рис.2 Результаты экспериментальной группы по методике «Конструирование» после эксперимента

По данным, полученным после проведения методики «Скульптура», выяснилось, что у 9 детей экспериментальной группы высокий уровень воображения, который свидетельствует о достаточно высоком развитии самостоятельности и составляет 45%, 6 детей обладают средним уровнем воображения, что говорит о недостаточно высоком развитии самостоятельности и составляет 30% от данной выборки; низким уровнем развития самостоятельности обладают 5, что составляет 25%.

Таблица 3

Результаты методики «Скульптура» после эксперимента

Испытуемые №	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	Баллы	Уровень самостоятельности	Баллы	Уровень самостоятельности
1	2	3	4	5
1	67	Средний	89	Высокий
2	57	Средний	68	Средний
3	89	Высокий	87	Высокий
4	56	Средний	45	Низкий
5	35	Низкий	88	Высокий
6	78	Средний	58	Средний
7	84	Высокий	92	Высокий
8	65	Средний	68	Средний
9	83	Высокий	40	Низкий
10	98	Высокий	96	Высокий
11	34	Низкий	54	Средний
12	87	Высокий	80	Высокий
13	86	Высокий	30	Низкий
14	87	Высокий	90	Высокий
15	67	Средний	42	Низкий
16	88	Высокий	90	Высокий
17	63	Средний	65	Средний
18	83	Высокий	46	Низкий
19	41	Низкий	88	Высокий
20	68	Средний	79	Средний

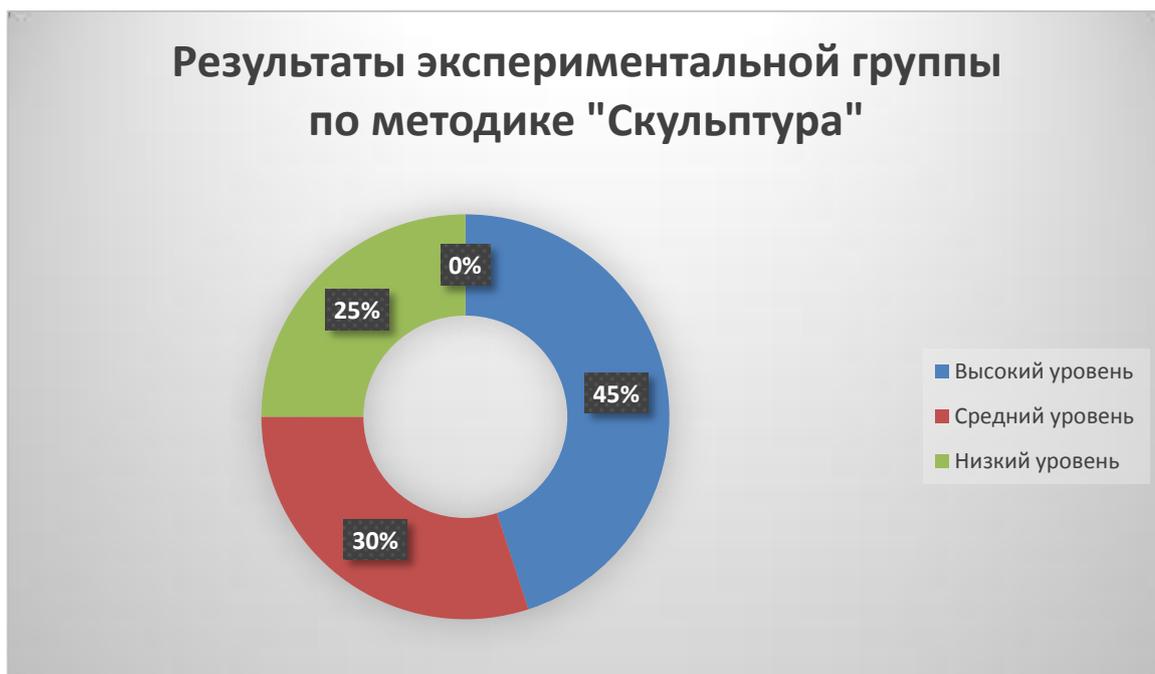


Рис. 3 Результаты экспериментальной группы по методике «Скульптура» после эксперимента

В контрольной группе выявлено 9 детей с высоким уровнем развития самостоятельности, что составляет 45%; средний уровень самостоятельности выявлен у 8 детей, что составляет 40%; низким уровнем развития самостоятельности обладают трое детей, что составляет 15% от данной выборки.

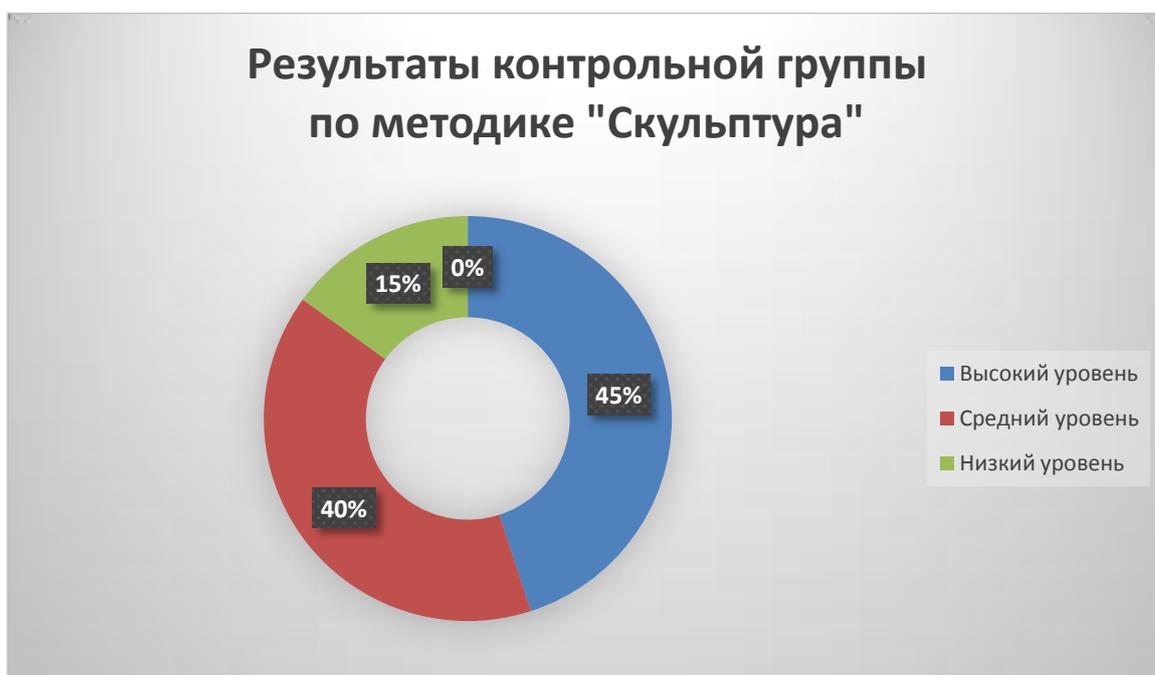


Рис. 4 Результаты контрольной группы по методике «Скульптура» после эксперимента

Контрольный этап эксперимента показал все достоинства и недостатки практической работы по формированию самостоятельности на физкультурных занятиях. Во время работы они получили богатейший запас знаний, о способах выполнения, о том, что исходное положение очень важно, научились планировать свою деятельность, научились оценивать себя и других.

Наряду с познавательными мероприятиями были проведены мероприятия, воспитывающего характера, где ребята узнали о том, как и где можно использовать физические упражнения кроме физкультурных занятий.

Поставленные задачи в теоретической главе в соответствии с целью и проблемой исследования достигнуты.

Можно прийти к выводу: что гипотеза подтверждается: если формировать у детей знания о способах выполнения упражнения, последовательности выполнения, особенностей планирования и т.д., можно добиться высокого уровня проявления самостоятельности на физкультурных занятиях.

Итак, анализируя мероприятия и занятия, можно говорить о том, что педагогические условия, созданные в ходе практической работы, являются наиболее эффективными.

В качестве педагогических рекомендаций можно предложить следующее:

1. обогащение физкультурного инвентаря;
2. использование отобранных нами методов и приемов работы;
3. постоянно оценивать детей;
4. регулярно проводить диагностику;
5. формировать самостоятельность в комплексе, т.е. не только на физкультурных занятиях.

Заключение

Формирование самостоятельности старших дошкольников в процессе занятия физической культурой являются одной из главных задач физического воспитания, поскольку самостоятельность является одним из важнейших показателей усвоения детьми физических знаний, приобретением умений и навыков. Сформированная самостоятельность позволяет углублять и применять знания на практике. Знания, полученные на занятиях, позволяют воспитывать у дошкольников трудолюбие, настойчивость, формировать чувство ответственности за порученное дело. В теоретической части данной работы представлены основы, принципы и условия формирования самостоятельности, а также показатели, которые характерны для ее проявления. Во второй главе проводится опытно-экспериментальная работа по данной проблеме. Сначала проводилась работа по выявлению уровня сформированности самостоятельности старших дошкольников, затем шла работа по формированию самостоятельности. Контрольный эксперимент показал результаты проделанной работы. Несомненно, работу формирования самостоятельности у старших дошкольников надо продолжать. Нельзя останавливаться на достигнутом. Разработанные в ходе

исследования рекомендации позволят повысить эффективность процесса формирования самостоятельности. Опытно-экспериментальная работа доказала, что соблюдение разработанных педагогических условий является эффективным средством формирования самостоятельности в современных условиях воспитания дошкольников.

Выводы

1. Изучены теоретические основы формирования самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста.
2. Разработана Программа развития самостоятельности детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания.
3. Определена эффективность экспериментальной Программы формирования развития самостоятельности у детей старшего дошкольного возраста, выразившаяся в позитивной динамике изучаемых показателей в экспериментальной группе по сравнению с контрольной группой в процессе эксперимента.

Список использованных источников

1. Адашкявичене, Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду [Текст]: Книга для воспитателя детского сада/Э.И. Адашкявичене. - М.: Просвещение, 1992. - 157с.
2. Алямовская, В.Г. Физкультура в детском саду [Текст]: теория и методика организации физкультурных мероприятий/В.Г. Алямовская.- М: Чистые пруды, 2005. -32с.
3. Артамонова, Т.В. Развитие ловкости у детей дошкольного возраста [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук /Т.В. Артамонова. - Волгоград, 1996. - 20 с.
4. Ашмарин, Б.А. Педагогика физической культуры [Текст]: Учебное пособие/Б.А. Ашмарин, Ю.Ф. Курамшин. - СПб.: ЛГОУ, 1999. - 352с.
5. Баландин, В.А. Физическое развитие детей при переходе из дошкольных образовательных учреждений в общеобразовательную школу /Актуальные вопросы физической культуры и спорта [Текст]/В.А. Баландин, О.М. Пахомова, Р.И. Соленова. - Краснодар, 2000, т. 3, С. 263-269.
6. Бальсевич, В.К. Развитие быстроты и координации движений у детей 4 - 6 лет [Текст] / В.К. Бальсевич, М.Н. Королева, Л.Т. Майорова // Теория и практика физ. культуры. 1986. - № 10. - С. 21 - 25.
7. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого [Текст]/В.К.Бальсевич.-М.:ФиС,1988.-208с.
8. Банникова, Т.А. Технологические основания физкультурной тренировки старших дошкольников [Текст]/Т.А. Банникова, В.П. Стрельцов //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2003. - № 4. - С. 20-23.
9. Белая, К.Ю. Инновационная деятельность в ДОУ: методическое пособие [Текст]/К.Ю.Белая. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 64 с.
- 10.Белая, К.Ю. Методическая работа в ДОУ: анализ, планирование, формы и методы [Текст]/К.Ю.Белая. - М.: ТЦ Сфера, 2007. - 97 с.

- 11.Белая, К.Ю. Педагогический совет в дошкольном образовательном учреждении: подготовка и проведение [Текст]/К.Ю.Белая. -М.: ТЦ Сфера, 2007. - 48 с.
- 12.Бернштейн, Н.А. О ловкости и её развитии [Текст] /Н.А. Бернштейн. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 288 с.
- 13.Бондаревская, Е.В. Педагогика: личность в гуманистических теориях и системах воспитания: учеб. пособие/Е.В. Бондаревская, С.В.Кульневич. - М. - Ростов н/Д., 1999.-176с.
- 14.Бочарова, Н.И. Физическая культура дошкольника в ДОУ [Текст]: программно - методическое пособие/ Н.И. Бочарова. - М.: Центр педагогического образования, 2007. -176с.
- 15.Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость [Текст]: пособие для воспитателя детского сада /Е.Н. Вавилова. - М.: Просвещение, 1981. -96 с.
- 16.Венгер, Л.А. Программа «Развитие»(основные положения) [Текст]/Л.А.Венгер, О.М.Дьяченко и др. - М.: Новая школа,1994.-64с.
- 17.Волобуева, Л.М. Работа старшего воспитателя ДОУ с педагогами [Текст]/Л.М.Волобуева. - М.: ТЦ Сфера,2005.-96с.
- 18.Волошина, Л.Н. Игровые программы и технологии физического воспитания детей 5-7 лет [Текст]/Л.Н. Волошина //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2003. - № 4. - С. 39-43.
- 19.Выдрин, В.М. Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры[Текст]: Учебное пособие/В.М. Выдрин.- СПб.: СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2001. - 76с.
- 20.Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Текст]: пособие для педагогов дошк. учреждений/Л.Д. Глазырина. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 175 с.
- 21.Горелов, А.А. Проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста и подходы к их решению [Текст]/А.А. Горелов, Я.К.

- Коблев, И.М. Козлов, М.А. Правдов //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2002. - № 4. - С. 50-53
- 22.Гребенюк, О.С. Общие основы педагогики[Текст]: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/О.С. Гребенюк, М.И. Рожков. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 160 с.
- 23.Грядкина, Т.С. Технология здоровьесбережения детей в сфере образования: словарь справочник [Текст] /Т.С. Грядкина.- СПб.: Изд-во РГПУ, 2008. - 101с.
- 24.Дворкина, Н.И. Взаимосвязь силовых и психических качеств дошкольников 3-6 лет [Текст]/Н.И. Дворкина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2002. - N 3. - С. 7-11.
- 25.Детский сад. Книга для заведующих [Текст]/под ред. Л.П.Тарасовой.- М., 1982. -124с.
- 26.Закон Российской Федерации “Об образовании”.- 3-е изд. - М.: ИНФРА-М, 2001. - 52с.
- 27.Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена [Текст]/ В.М. Зациорский.- М.: Физкультура и спорт,1970.-200 с.
- 28.Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека [Текст]: учебник для вузов / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2003. - 384 с.
- 29.Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Текст]: учеб. для студентов пед. ин-тов / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. - М.: Просвещение, 1985. -271 с.
- 30.Кистяковская, М. Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста [Текст]/М.Ю. Кистяковская.- М.: Просвещение, 1978.-160 с.
- 31.Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях [Текст]: Учеб. пособие для студ. высш. и сред.пед. учеб.заведений / Н.Н. Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М. Самодурова.- М.: Издательский центр "Академия", 2006.-320 с.

- 32.Короткова, Н. Проблема дифференцированного подхода к образовательному процессу в детском саду [Текст]/Н.Короткова//Ребенок в детском саду. -2008.-№2.- С.5-9.
- 33.Куприянов, Б.В. Воспитательный процесс и его закономерности [Текст]/Б.В. Куприянов. - СПб, 2005- С.64-69.
- 34.Курамшин, Ю.Ф. Высшие спортивные достижения как объект системного анализа [Текст]/Ю.Ф. Курамшин. - СПб.: РГПУ им. А.И.Герцена, 2002. -148с.
- 35.Курамшин, Ю.Ф.Теория и методика физической культуры [Текст]: учебник / Ю.Ф.Курамшин.- М.: Советский спорт, 2003. -464с.
- 36.Леви-Гориневская, Е. Особенности детского организма в физическом воспитании дошкольника [Текст]/ Е.Леви- Гориневская //Дошкольное воспитание.-2009.-№2.-С.4-12.
- 37.Логинова, В.И. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду [Текст] / В.И Логинова, Т.И.Бабаева, Н.А.Ноткина /Под ред. Л.М. Гурович. Т.И.Бабаевой, З.А. Михайловой- изд.3-е переработанное.- СПб.: Детство,2001.-356с.
- 38.Лях, В. Развивать координационные способности [Текст]/В. Лях, Н. Панфилов// Дошкольное воспитание. -1991.- № 7.- с.16-19.
- 39.Майорова, Л.Т. Методика воспитания координационных способностей у детей дошкольного возраста (4 - 6 лет) [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук /Л.Т. Майорова. - Омск, 1988. -19 с.
- 40.Максименко, А.М. Основы теории и методики физической культуры [Текст]: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений/А.М. Максименко. - М.: 4-й филиал Воениздата, 2001. - 319с.
- 41.Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет [Текст]: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд./Л.П. Матвеев.- СПб.: Издательство «Лань», 2003. - 160с.

- 42.Маханева, М.Д. Индивидуальный подход к ребенку в ДОУ: Организационно-методический аспект [Текст]/М.Д. Маханева. - М.: Сфера, 2005. - 57 с.
- 43.Михалина, Г.М. Методические подходы к педагогической диагностике физической подготовленности детей дошкольного возраста [Текст]/Г.М. Михалина// Сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. - М., 2000. - С. 119-122.
- 44.Рунова, М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду[Текст]: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей/М.А. Рунова.- М.: Мозаика - Синтез, 2000. - 256 с.
- 45.Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7лет [Текст]: пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры/М.А. Рунова.-М.: Просвещение,2005.-141с.
- 46.Свитцова, Т. Физическое воспитание: формы организации[Текст]/ Т. Свитцова//Дошкольное воспитание.-2006.-№12.- С.23-24.
- 47.Смирнова, Е.О. Педагогические системы и программы дошкольного воспитания [Текст]: Учеб. пособие для вузов/Е.О.Смирнова.-М.: Издательство: Владос.2005.-119с.
- 48.Современные образовательные программы для дошкольных учреждений [Текст]/ Под ред. Т.И.Ерофеевой.- М., 1995.-69с.
- 49.Степаненкова, Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации [Текст]/Э.Я Степаненкова. - М.: Мозаика-Синтез, 2005. - 96 с.
- 50.Стрельцов, В.П. Спортивно-оздоровительная тренировка старших дошкольников: проблемы и решения [Текст]/В.П. Стрельцов, Т.А. Банников //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2003. - № 3. - С. 46-48.

51. Тарасова, Т.А. Контроль за физическим состоянием детей дошкольного возраста [Текст]: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ/Т.А. Тарасова. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 175 с.
52. Унт, И.Э. Индивидуализация и дифференциация обучения [Текст]/ И.Э Унт. - М.: Педагогика, 1990.-192с.
53. Фомина, А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду [Текст]: Пособие для воспитателя подгот. к школе группы/А.И. Фомина. - М.: Просвещение, 1984. - 159 с.
54. Хабарова, Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников [Текст]/ Т.В. Хабарова.- СПб.:ООО Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. - 112с.
55. Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях [Текст]: учеб. для учащихся пед. уч-щ./ Д.В. Хухлаева. - М.: Просвещение, 1984. - 208 с.
56. Шебеко, В.Н. и др. Физическое воспитание дошкольников. Практикум [Текст]: Пособие для средних пед. учеб. заведений./В.Н. Шебеко - М.: Академия, 1997. - 176 с.