

Н.Н. Кожухова
Л.А. Рыжкова
М.М. Борисова

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Схемы и таблицы

Москва



2003



Издано совместно
с Фондом поддержки
российского учительства
<http://teacher.org.ru>

УДК 796.0
ББК 74.100.5
К58

Рецензенты :

кафедра педагогики и психологии дошкольного воспитания МГПУ;
кандидат педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой педагогики МГО-
ПУ **Т.С. Яковлева**

Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М.

К58 Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста:
Схемы и таблицы. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 192 с.
ISBN 5-691-00862-5.

Данное пособие — своеобразная энциклопедия физического воспитания детей дошкольного возраста, где собран богатый теоретический и практический материал, накопленный в отечественной теории и методике физического воспитания.

В пособии впервые в таблицах и схемах четко и всесторонне охвачены общетеоретические вопросы физического воспитания, история развития физической культуры, механизмы влияния физических упражнений на развитие детей, методика обучения детей различным видам движений.

Пособие предназначено для студентов и преподавателей педагогических колледжей и университетов, воспитателей по физической культуре детских дошкольных учреждений.

УДК 796.0
ББК 74.100.5

ISBN 5-691-00862-5

© Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М., 2003
© Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС», 2003
© Серийное оформление обложки. Гуманитарный
издательский центр «ВЛАДОС», 2003

Предисловие

Данное методическое пособие посвящено актуальным проблемам физического воспитания и развития детей дошкольного возраста и написано в соответствии с основными положениями концепции дошкольного образования с направленностью воспитательно-образовательного процесса на укрепление здоровья, физического и психического развития, на создание эмоционального благополучия, позволяющего обеспечить гармоничное развитие каждого ребенка.

Настоящее пособие – это разработанные на базе современных представлений педагогики, психологии, физиологии и теории физической культуры теоретические материалы, раскрывающие содержание учебной дисциплины «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста».

Современная динамическая действительность, стремительные изменения в социальной жизни общества, в науке требуют от человека инициативы и самостоятельности, без этого невозможны прогрессивные преобразования, в том числе в педагогике. В связи с этим возникает необходимость совершенствования учебно-воспитательного процесса в колледжах и вузах, который должен обеспечивать гармоничное развитие и мобилизацию творческого потенциала студентов и самостоятельности в освоении знаний. Следовательно, задача состоит в том, чтобы выработать у будущих преподавателей потребность к постоянному совершенствованию, стремление к новым знаниям, способность самостоятельно разбираться в новых направлениях науки о физическом воспитании дошкольников, привить умения выполнять работу творчески.

В отличие от ранее разработанных и ныне действующих учебных пособий предлагаемая книга обеспечит углубленную подготовку студентов по теории и методике физического воспитания, даст возможность поэтапного фор-

мирования самостоятельности в изучении учебного материала по двухступенчатой подготовке (колледж – вуз).

Цель учебного пособия – дать студентам главные ориентиры, которые позволят успешно освоить курс «Теория и методика физического воспитания», вызвать интерес и потребность в его изучении.

Материал, представленный в пособии, поможет студентам понять теоретические основы методики физического воспитания и развития детей; основы обучения и развития в процессе физического воспитания; методику обучения физическим упражнениям; условия или факторы, необходимые для воспитания ребенка средствами физических упражнений; средства и методы обучения; формы работы с детьми; медико-биологический контроль за организацией физического воспитания в дошкольных учреждениях.

Содержание обучения представлено в таблицах и схемах, где в предельно сжатой форме раскрыты основные идеи теории и методики физического воспитания, отдельные проблемы рассматриваются в историческом аспекте, а также системы физического воспитания в ряде стран. Большое место уделено развитию системы физического воспитания в России.

В пособии значительное место занимает приложение, которое включает программы двухступенчатой подготовки (колледж – вуз), примерную тематику и методические указания к разработке курсовых и дипломных работ.

Авторы предлагаемого пособия доцент Московского Городского Педагогического Университета Н.Н. Кожухова и преподаватели Московского педагогического колледжа № 8 «Измайлово» Л.А. Рыжкова и М.М. Борисова надеются, что в книге вы найдете ответы на многие вопросы, касающиеся теории и методики физического воспитания дошкольников.

История развития систем физического воспитания в зарубежных странах

Никогда за всю историю общества физическая культура не была столь необходимой человечеству, как в наши дни. Исключительный интерес к этой проблеме определяется в первую очередь тем, что возможности человеческого организма огромны, а реализовать их не всегда удается. И наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья, как считают ученые, является именно физическая культура.

Физическая культура является общественным богатством, в ней запечатлен социально-исторический опыт, накопленный человечеством в сфере охраны и укрепления здоровья.

Тесным образом с физической культурой связано физическое воспитание, в процессе которого происходит передача ценностей физической культуры подрастающему поколению, т. е. знакомство с наиболее рациональными способами выполнения движений, при этом постоянно велся поиск новых методов и приемов.

Развитие представлений о целостной системе физического воспитания, как о системе задач, средств, методов и форм организации физического воспитания уходит в глубь веков и отражает историю возникновения основных идей и теорий в области физического воспитания. Поэтому развитие современных представлений о физической культуре, физическом воспитании невозможно без глубокого и всестороннего осмысления исторического опыта.

Рассмотрение истории физической культуры, истории возникновения систем физического воспитания, как специфической сферы общественной деятельности, ведущих идей, категорий, понятий поможет пробудить интерес к историческому наследию и потребность в его изучении и усвоении.

**Характеристика элементарной системы
физического воспитания при первобытно-общинном
строе и в античном периоде**

| Характеристика систем физического воспитания | Цель системы | Средства |
|--|---|--|
| Первобытно-общинный строй | | |
| Элементарная система физического воспитания | Тренировка организма, эффект упражняемости | Метание копья, стрел, бросание камней, охота, рыбная ловля |
| Античная система физического воспитания (V—IV вв. до н. э.) | | |
| Государственная система физического воспитания | | |
| Древняя Греция. Афины | | |
| Система гармонии и форм | Гармоничное развитие (сочетание умственного, нравственного, эстетического и физического воспитания). Движения – основной фактор воспитания личности | <p>Гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> • палестрика: пентатлон (бег на один стадиий, прыжки в длину с альтерами (гантелями) в руках, метание копья и диска, борьба), кулачный бой, плавание, верховая езда, рукопашный бой, стрельба из лука, панкратион (соединение борьбы с кулачным боем), езда на колеснице. • орхестрика: игры с мячом и развлечения, акробатические упражнения, обрядовые, театральные и боевые танцы; массаж, закаливание (солярий, термокаракалы) |

| Характеристика систем физического воспитания | Цель системы | Средства |
|--|---|--|
| Древняя Греция. Спарта | | |
| Военно-прикладная направленность физического воспитания | Подготовка воинов | Упражнения в метании копья и диска, бег, борьба, прыжки, массаж, военные игры, охота на диких зверей, танцы (в суровых условиях физического воспитания) |
| Древний Рим (VIII—VI вв. до н. э.) | | |
| Сочетание семейного воспитания (до 15 лет) с государственным (15—16 лет) | Подготовка воинов и здоровых людей | Верховая езда, езда на колесницах, бег, борьба, плавание, метание дротиков, дисков, прыжки с шестом, скалолазание, игры в мяч, фехтование |
| Древний Восток и Азия | | |
| Государственная национальная система физического воспитания | Воспитание гражданина своей страны | Охота, верховая езда, фехтование на мечах, гонки на колесницах, стрельба из лука, состязательные игры с мячом и палкой, закаливание («древних персов учили трем вещам — ездить верхом, пускать стрелы, говорить правду») |
| Персия (VI—V вв. до н. э.), Китай | | |
| Государственная система, философское учение о физическом воспитании | Воспитание души, психики, сознания средствами гимнастики. Заслуга — открытие биологически активных точек, внутри энергетических каналов | Гимнастика: упражнения «Дракон», «Тигр», «Журавль», «Змея», медитация, массаж, лечебная гимнастика, соревнования по бегу, игры в конное поло |

Авторские школы и концепции физического воспитания

| <p style="text-align: center;">Педагогические взгляды на физическое воспитание детей</p> | <p style="text-align: center;">Биографическая справка. Основные работы</p> |
|---|--|
| <p style="text-align: center;"><i>Джон Локк (1632—1704)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Огромное значение придавал физическому воспитанию: «Здоровье необходимо нам для профессиональной деятельности и счастья» ● Создал теорию физического воспитания, считал, что с помощью физических упражнений закаляется организм, развивается сила, воля. Правильное физическое воспитание способствует и выработке мужества и настойчивости. «Джентльмен должен быть воспитан так, чтобы во всякое время быть готовым надеть оружие и стать солдатом» ● Рассматривал процесс становления и воспитания человека как единство физического, психического и умственного его развития ● Предлагал тщательно разработанную систему физического воспитания и внедрял ее в школы ● Считал, что с раннего детства необходимо закалять ребенка, добиваться того, чтобы он легко переносил усталость, напряжение, перемены ● Подробно обосновал значение строгого режима в жизни ребенка, давал советы, как нужно его одевать, кормить, протестовал против изнеживания детей | <p>Английский философ, педагог. Родился 29 августа 1632 г. в Рингтоне, в пуританской семье. Будучи студентом колледжа Оксфордского Университета познакомился с трудами таких философов, как Ф. Бэкон, Т. Гоббс, Р. Декарт. С 1668 г. член Лондонского королевского общества. Более 30 лет был связан с Оксфордом, где в разные годы ему пришлось быть тьютором (наставником студентов), преподавать греческий язык, риторику, этику. С 1667 г. поселившись в Лондоне, стал домашним врачом и воспитателем в семье графа Шефтсбери, окупился в гущу политической борьбы того времени, занимал должности в административных учреждениях. В 1683 г. эмигрировал в Голландию; после государственного переворота 1688—1689 гг. в Англии вернулся на родину. Умер 28 октября 1704 г.</p> <p><i>Основные работы:</i> «Некоторые мысли о воспитании» (1693), «Опыт о человеческом разуме» (1690), «Об управлении разумом», «Записки о рабочих школах» (1696)</p> |

Жан-Жак Руссо (1712—1778)

- Отводил особое место физическому воспитанию как одному из средств гармонизации отношений человека с природой и социальным окружением, преодоления пагубных наклонностей, формирования нравственной чистоты, совершенствования всего организма
- Разработал методику и рекомендации по физическому воспитанию, рассчитанные на условия жизни ребенка в среде, близкой природе и ручному труду
- Утверждал, что детей с малых лет надо закалять, купать в холодной воде и приучать к играм
- Физические упражнения и игры рекомендовал применять для развития физической силы и воспитания воли
- Считал, что крепкое здоровье необходимо, чтобы сделать ребенка мудрым и разумным
- Осуждал тех, кто думает, что физические упражнения вредно отражаются на работе ума, и советовал юношам заниматься бегом, прыжками, метанием, плаванием, верховой ездой, охотой и различными играми
- Говоря о физическом воспитании женщин, подчеркивал, что оно должно ограничиваться развитием легкости, изящества и грациозности

Французский философ-просветитель, писатель. Родился 28 июня 1712 г. в Женеве. Сын часовщика, перепробовал множество профессий: гравера, переписчика нот, секретаря, домашнего учителя. Не получил систематического образования, но обладал неустойчивой страстью к самосовершенствованию, стал одним из наиболее просвещенных людей своей эпохи. В 1741 г. впервые попал в Париж, сблизился с Д. Дидро, Вольтером. Отвергавший покровительство вельмож, преследуемый за вольнодумство, в 1762 г. уехал в Англию, много лет прожил там изгнанником. Во Францию вернулся в 1767 г. Скончался 2 июля 1778 г. в Эрменонвиле, близ Парижа

Основные работы:

Трактаты «Рассуждения о происхождении и основаниях неравенства между людьми» (1777), «Проект воспитания де Сент-Мари» (1743—1745), «Рассуждение о науках и искусствах» (1749—1750), статья «О политической экономике» (1755), трактат «Соображения об образе правления в Польше» (1771—1772), «Письма о морали» (1758), роман «Юлия, или Новая Элоиза» (1758), «Общественный договор» (1760), «Эмил, или о воспитании» (1762)

| Юганти Генрих Песталоцци (1746—1827) | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Исходным элементом физического развития считал способность ребенка к движению ● Начало физического воспитания, закладывается в семье, когда мать постепенно приучает ребенка стоять, делать первые шаги и ходить ● Создал и обосновал «азбуку умений», усвоение которой помогло бы ребенку развить физические силы и овладеть необходимыми ему в жизни трудовыми навыками, рекомендовал дополнить ее гимнастикой для суставов, народными играми и забавами ● Указывая на различия в становлении умственных, физических и нравственных способностей ребенка, подчеркивал важность их связи и тесного взаимодействия в обучении, которое движется от простого к более сложному, чтобы в итоге обеспечить гармоничное развитие человека | <p>Швейцарский педагог, один из основоположников дидактики начального обучения. Родился 12 января 1746 г. в Цюрихе, в семье врача. Окончил два курса коллегииума Каролинум. В 50—60 гг. XVIII в. принял мал активное участие в движении швейцарской интеллигенции. Возглавлял «Учреждение для бедных» в Нейгофе (1774—1780), приют для сирот в Станце (1798—1799), институты в Бургдорфе (1800—1804) и Ивердоне (1805—1825). Скончался 17 февраля 1827 г. в Бруи</p> <p><i>Основные работы:</i> «Лингард и Гертруда» (1781—1787), «Как Гертруда учит своих детей» (1801), «Письмо к другу о пребывании в Станце» (1799), трактат «Лебединая песня» (1826)</p> |