

Бирюкова Любовь Владимировна

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

городского округа Балашиха

«Детский сад комбинированного вида № 43 «Янтарный островок»

РЕБЁНОК И СПОРТ, ИЛИ ВСЁ ЖЕ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Для того чтобы понять сущность выбранной темы, давайте рассмотрим кратко три вопроса:

1. Что такое спорт (профессиональный, массовый)?
2. Что такое детский спорт?
3. Что такое физическая культура?

Спорт. Занятие спортом - определенный вид деятельности людей, направленная на достижение заданного результата в физическом развитии человека. Профессиональный спорт - та его часть, в которой участвуют спортсмены, направленные именно на достижение определенного результата в своей физической деятельности, на достижение победы и новых спортивных рекордов. Спортивные состязания, среди которых Олимпиады, Чемпионаты и Турниры выявляют лучших спортсменов.

Массовый спорт даёт возможность миллионам людей совершенствовать свои физические качества и двигательные возможности, укреплять здоровье и продлевать творческое долголетие.

Детский спорт - это здоровье, а здоровье детей - это пожизненная задача каждого родителя. Некоторые родители хотят, чтобы их ребёнок стал чемпионом, другие просто здоровым. Поэтому подрастающему поколению необходимо с малых лет прививать любовь к спорту и чем раньше, тем лучше.



Родители-спортсмены видят в своих отпрысках продолжателей династии... Есть и такие, кто просто пассивно отвечает согласием на решение ребенка пойти в ту или иную секцию.

В основе всех этих терминов – физическая культура. Спорт и детский спорт – составная часть физической культуры, при которой основной упор делается на само физическое развитие человека, укрепление его здоровья и самочувствия.

Что же такое физическая культура?

Физическая культура (греч. *phýsis*, природа + культура) — сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

Актуальность выбранной темы обусловлено необходимостью воспитать здорового ребёнка. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Ещё Аристотель говорил, что жизнь – это движение.

А в чем состоит смысл этого движения? У каждого человека должен быть смысл жизни, то, ради чего стоит достойно жить, развиваться, к чему стремиться. Чем раньше придет осознание этого, тем удачнее и счастливее станет будущее.

Всем известна поговорка «Под лежачий камень вода не течет». Смысл ее легко перенести на будничную жизнь обычного человека. Простой пример: если стоять все время на одном месте, то естественным образом не удастся никуда пойти. Так почему движение – это жизнь? Потому что все, что происходит вокруг нас, не возникло просто так из ниоткуда. Все, чего мы достигли или не



достигли в своей жизни, является результатом движения или, наоборот, бездействия. Важно понимать, что движение может быть не только в виде какого-то физического действия, но также в виде духовного и умственного развития. От движения зависят все сферы жизни человека, а тем более подрастающего поколения.

И всё же ребёнок не всегда хочет заниматься физической культурой, а тем более спортом. Как же заинтересовать его, как укрепить здоровье, как приучить к спорту?

Работая в детском саду, я поняла, что ребёнку хочется играть. И вот через игру и применяя новые технологии (ИКТ), начала воплощать свои идеи в жизнь. Обучала элементам баскетбола, футбола, хоккея, волейбола через подвижные игры, викторины, эстафеты и соревнования. В процессе работы родилась идея – провести конкурс «Спортсмен - 2017». В это мероприятие было задействованы не только дети, но и их родители. Конкурс длился 5 месяцев, ребята приходили каждый день в детский сад и ждали, что же будет дальше, родители переживали, что их ребёнок заболел и как быть дальше. Было составлено положение конкурса, где все должны танцевать, владеть мячом, преодолевать препятствия и быстро бегать; все результаты заносили в протокол соревнований. Финалом стало награждения победителей и участников конкурса (см. приложение).

Приведу ещё один пример, где ребятам предложила позаниматься с фехтованием. Сначала рассказала, что это за вид спорта (презентация и видео боя), потом показала экипировку фехтовальщика и ещё ребята одевали маску и держали в руках рапиру. Затем дети взяли гимнастические палки, и мы обучали некоторые элементы движения фехтовальщика (см. приложение). Теперь на каждом занятии дети фехтуют со мной (вся экипировка настоящая).

После проведённых (неординарных) мероприятий, дети по-другому относятся к физкультуре и больше интересуются спортом. А когда я принесла



свои медали и кубки, родители стали советоваться в какую секцию отправить дошкольника, чаще интересуются успехами своего ребёнка на физкультуре.

Только мы являемся творцами своей жизни. Преодолев себя, свои страхи, пороки, которые мешают развиваться и двигаться вперед, мы можем достичь небывалых высот и сделать мир вокруг себя светлее, а людей - счастливее. Важно не забывать, что жизнь - это движение!

В заключение хочу пожелать творческих успехов, любить свою профессию и находить новые подходы и увлекательные мероприятия к приобщению детей к занятиям физической культуры и спорта. А если смогли заинтересовать детей и родителей к тому или иному виду спорта, то считайте вы добились успеха в своей не лёгкой творческой деятельности.

Литература

Материал из Википедии «Спорт»

Николаева Е.А. Статья «Значение физической культуры в жизни дошкольника»
14.07.2012

FB.ru Ав. Оксана Александровна «Жизнь – это движение: смысл фразы и её автор»



Протокол
Подготовительная группа «Ласточка»
декабрь 2016г. – апрель 2017г.

№/ №	Фамилия, имя ребёнка	1 тур танцевальный	2 тур - спортивный				спринт	3х10м Челночный бег	Итог
			Футбольное ведение	Баскетбольное ведение	Отбивание мяча о гимн.скам.	Прокатывание мяча по гимн.скам.			
1.									

