

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования
г. Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 93»

Консультация для родителей
**«Психофизические особенности развития детей
дошкольного возраста»**

Составила:
Инструктор по физической культуре
Ващилина М.В.

2024



Младший дошкольный возраст 2-3 года

Это период активного накопления и использования всего арсенала движений, их вариантов и сочетаний. Этот возраст сензитивен к развитию быстроты, выносливости, мышечной силы, функции равновесия, основное внимание на развитие психофизических качеств.

Ребёнку 3 лет уже доступны и понятны некоторые элементы техники.

Использование таких приёмов как: имитация, подражание, положительная оценка, игровые приёмы, способствуют развитию координационной точности и правильности выполнения движений.

В младшем дошкольном возрасте большинство игр сюжетного характера. В играх малыши отражают впечатления, комбинируют их в соответствии со своими интересами, представлениями.

Это доставляет ребёнку положительные эмоции. В младшем возрасте малыши чрезвычайно подражательны, они копируют педагога, друг друга, животных и птиц. В исследованиях Н. Полтавцевой подтверждена роль «имитации» в обучении младших дошкольников физическим упражнениям и, главным образом, в достижении достаточно высокого уровня точности воспроизведения движения.

Прежде всего, следует отметить, что этот возрастной период является временем раскрытия потенциально заложенных природой задатков детей.

Если не обратить на это можно упустить время для эффективного умственного развития ребёнка и его способностей.

Американский психолог и педагог Ли Торндайк отмечает, что к трём годам жизни ребёнок проходит полпути своего умственного развития.

В этом же возрасте происходит заметное развитие образной и эмоциональной памяти.

Приём и анализ информации происходит особенно активно только при эмоциональной активации. Значит, ребёнок должен быть, прежде всего, заинтересован в предлагаемой работе. А помочь в этом могут образные игровые элементы.

Средний возраст 4-5 лет.

С 4 до 7 лет – это период первого детства. С точки зрения нейрофизиологов, нейропсихологов, его начало - один из самых сложных этапов жизни ребёнка, который обозначается как критический.

В четыре года ребёнок заявляет о себе как о личности, но не всегда и не всеми взрослыми это воспринимается как факт. С этого возраста начинают формироваться способы поведения детей, свойственны только мальчикам и только девочкам. Дети этого возраста достаточно свободно ориентируются в пространстве. Они чувствуют движения, характеристику времени (до, после, много, и т.д.). Всё это позволяет им тонко понимать и реагировать на требования взрослого и выполнять действия согласно им. Дети очень тонко чувствуют музыку, поэтому предпочтение в этом возрасте отдаётся проведению физкультурных занятий в сопровождении музыки.

Детям 4-5 лет становятся интересными наиболее сложные движения и двигательные задания, требующие проявления скорости, ловкости и точности выполнения. Дети этого возраста хорошо осваивают разные виды ходьбы, оформляется структура бега, вот почему особое внимание обращается на то, чтобы дети бегали легко, ритмично, энергично.

Внимание детей пятого года жизни приобретает всё более устойчивый характер, у них совершенствуется зрительное, слуховое. Осязательное восприятие. Они способны различать разные виды движений, представляют их смысл, назначение, овладевают умением выделять наиболее существенные элементы, выполнять в соответствии с образцом. Если в младшем возрасте использовались игры сюжетного характера, и роль исполнял педагог, в среднем возрасте появляются игры с правилами и роль можно давать ребёнку. В процессе игровой деятельности нужно добиваться от детей выполнения условий и правил игры.

В своей работе использую такие игры, которые способствуют развитию основным видам движений.

Старший дошкольный возраст.6-7 лет.

В старшем дошкольном возрасте происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Завершается процесс формирования скелетной мускулатуры, увеличивается длина верхних и нижних конечностей, происходит окостенение позвоночника.

В этом возрасте более развитыми оказывается те группы мышц, которые наиболее активно участвуют в повседневной деятельности детей. Это группы мышц, обеспечивающие вертикальное положение тела, ходьбу, бег и другие жизненно важные движения. Все крупные мышцы туловища и конечностей отличаются слабым развитием связочных отделов. Относительно мало развиты мелкие мышцы шеи, груди, поясницы, кистей рук, некоторые мышцы и связки позвоночника, что создаёт предпосылки для возникновения различных деформаций позвоночника при неблагоприятных условиях.

Старшие дошкольники способны достичь сравнительно высоких результатов в беге, прыжках, метании, бросании и ловле мяча, в лазанье, а также могут

овладеть техникой простых элементов спортивных игр (баскетбол, бадминтон, теннис, хоккей, футбол).

На основе совершенствования разных видов движений и физических качеств у детей происходит преобразование моторной сферы. Им доступно произвольное регулирование двигательной активности, стремление достичь положительного результата, а также осознанное отношение к качеству выполнения упражнений.

К шести годам у большинства мальчиков и девочек появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Они охотно объединяются по интересам и длительное время играют, взаимодействуя друг с другом, достигая цели в соответствии с принятыми на себя ролями и подчиняясь правилам игр. С взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнёрства. На этом возрастном этапе использую игры, способствующие укреплению и развитию правильной осанки.

Таким образом, движение составляет основу любой детской деятельности, а более всего игровой. Ограничение двигательной активности ребёнка противоречит биологическим потребностям растущего организма, отрицательно сказывается на физическом состоянии (замедляет рост, снижается сопротивляемость к инфекционным заболеваниям) и двигательных функциях, приводит к задержке умственного и сенсорного развития.

Двигательная активность ребёнка определяется не только потребностью в движении, но и его познавательной, интеллектуально-сенсорной, а также эмоционально – игровой активностью. С этой целью во время своих занятий создаю вариативную физкультурно- игровую среду, насыщенную разными красочными мягкими модулями и пособиями.

Итак, воспитательно-развивающее значение учебных занятий по физической культуре заключается в том, что они служат естественной формой передачи детям необходимых знаний из области физической культуры. И в то же время каждое занятие, состоящее из разных вариантов подвижных игр и упражнений, подобранных с учётом уровня двигательной активности детей, позволяет решать важные задачи, направленные на укрепление их физического и психического здоровья.

