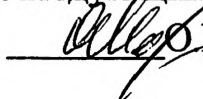


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ П.М. МАШЕРОВА»

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теории и методики физической культуры и спортивной медицины

Допущен к защите  
« 18 » мая 2021 г.  
Заведующий кафедрой  
 О.Н. Малах

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ  
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НЕСТАНДАРТНОГО  
ОБОРУДОВАНИЯ И ТРЕНАЖЁРОВ

Специальность 1-08 80 04 – «Физическая культура и спорт»

Исполнитель:  
Дубинин Егор Дмитриевич  
магистрант 1 курса

Научный руководитель:  
Шпак Виктор Гарриевич  
к.п.н, доцент

## Реферат

Магистерская диссертация: с.58, рис.14, табл.9, ист. 35, прил. 1

**ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ, ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ, ДОШКОЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ.**

Объект исследования: физическая подготовка детей старшего дошкольного возраста.

Цель работы – разработать методику по физической подготовке для детей старшего дошкольного возраста с использованием нестандартного оборудования и тренажёров.

Предмет исследования: использование нестандартного оборудования и тренажёров как средств повышения уровня физической подготовленности старших дошкольников.

Методы исследования: анализ литературных источников, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, контрольно-педагогических испытания, сравнительный анализ, методы математической статистики.

Научная новизна: разработанная система упражнений открывает широкие возможности использования нестандартного оборудования для физической подготовки старших дошкольников.

Результаты внедрения: внедрена базе ГУО «Ясли-сад № 57 г.Витебска» (акт внедрения прилагается).

Теоретическая и практическая значимость работы заключается в том, что она может быть использована в педагогической деятельности дошкольных учреждений для повышения физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.

## Содержание

Введение.....	5
1 Особенности общей физической подготовки детейстаршего дошкольного возраста.....	6
1.1Возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста .....	6
1.2 Особенности физической подготовки старшего дошкольного возраста... 12	
1.3Применение нестандартного оборудования и тренажёров в физкультурно- оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста .....	18
2 Использование нестандартного оборудования и тренажёров для физической подготовки детей старшего дошкольного возраста.....	28
2.1 Задачи, методы и организация исследования .....	28
2.2 Система использования нестандартного оборудования.....	30
2.3 Анализ результатов исследования.....	46
Заключение .....	53
Список используемых источников .....	55
Приложение .....	58

## Введение

Одной из приоритетных задач формирования здорового образа жизни у детей дошкольного возраста является создание мотивации, обучение и привитие навыков здорового образа жизни.

Движение составляет основу практически любой деятельности ребёнка. Однако в настоящее время врачи отмечают значительное сокращение объёма двигательной деятельности детей [10].

Гиподинамия в детском возрасте приводит к снижению уровня здоровья дошкольников. Уменьшению защитных сил организма, что приводит к ослаблению организма. В результате двигательного дефицита способствует задержке умственного и физического развития.

Поэтому, для полноценного развития ребёнка необходимо, чтобы в двигательной деятельности он знакомился как можно с большим количеством разнообразных физкультурных пособий и предметов. Известен научно обоснованный вывод, что ни имитация, ни образы не дают такого положительного результата при выполнении двигательных заданий, как оборудование и пособия

Новое спортивное оборудование — это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы с детьми и интерес детей к занятиям, и двигательной деятельности. Детям на физкультурных занятиях должно быть, прежде всего, интересно. И здесь большую роль играет оборудование, особенно нестандартное.

Нестандартное оборудование объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Придает им необходимую эмоциональную окраску [17].

**Гипотеза исследования:** предполагалось, что использование нестандартного оборудования будет способствовать повышению интереса к занятиям и существенному приросту показателей физической подготовленности старших дошкольников.

**Цель исследования:** разработать методику по физической подготовке для детей старшего дошкольного возраста с использованием нестандартного оборудования и тренажёров.

**Объект:** физическая подготовка детей старшего дошкольного возраста.

**Предмет:** использование нестандартного оборудования и тренажёров как средство повышения уровня физической подготовленности дошкольников.

**Задачи исследования:**

1. Охарактеризовать физическую подготовку старшего дошкольного возраста.
2. Определить уровень физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.
3. Разработать методику использования нестандартного оборудования и тренажёров на занятиях по физической культуре для детей старшего дошкольного возраста.
4. Проверить эффективность влияния разработанной методики на уровень физической подготовленности старших дошкольников.

Поставленные задачи исследования определили содержание теоретико-экспериментальной части диссертации, представляющей две главы (теоретическую и практическую). Общая структура диссертации состоит из титульного листа, реферата, содержания, введения, основной части, заключения, списка использованных источников и приложения.

## Список используемых источников

1. Аркин, Е.А. Дошкольный возраст / Е.А. Аркин. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 220с.
2. Ашмарина, Б.А. Теория и методика физического воспитания: учебное пособие для студентов факультета физ. воспитания пед. институтов / Б.А. Ашмарина. – М.: Айрис-пресс, 2009. – 198с.
3. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость / Е.Н. Вавилова. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 96с.
4. Вавилова, Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение, 2003. 104 с.
5. Вепрева, И.И. Модель физкультурно-оздоровительного образования старших дошкольников / И.И. Вепрева. – М.: Учитель, 2016. – 128с.
6. Давыдова, В.В. Особенности физического развития детей / В.В. Давыдова. – М.: Физиология развития человека, 2010. – 247с.
7. Дик, Н.Ф., Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников / Н.Ф. Дик, Е.В. Жердева. – М.: Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 256с.
8. Доскин, В.А. Растем здоровыми / Пособие для воспитателей, родителей, воспитателей по физической культуре. – М.: Просвещение, 2004. – 100с.
9. Егоров, Б.Т. Взаимодействие педагогов и родителей в процессе физического воспитания дошкольников / Б.Т. Егоров. – М.: ВЛАДОС, 2012. – 190с.
10. Здоровье сберегающее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Филиппова, Л.В., Лебедев, Ю.А., Шилкова, И.К., Силкин, Ю.Р., Большев, А.С. и др. М.: ВЛАДОС, 2011. – 336 с.
11. Кенеман, А.В. Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / А.В. Кенеман. – М.: Просвещение, 2014. – 245с.

12. Кожухова, Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / Н.Н. Кожухова. – М.: Владос, 2013. – 215с.
13. Кузнецова, М.Н., Система мероприятий по оздоровлению детей в УДО: практическое пособие / М.Н. Кузнецова. – М.: Айрис-пресс, 2009. – 112с.
14. Литвинова, О.М. Система физического воспитания в УДО / О.М. Литвинова. – М.: Волгоград: Учитель, 2007. – 185с.
15. Кожухова, Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / Н.Н. Кожухова. – М.: Владос, 2013. – 215с.
16. Кузнецова, М.Н., Система мероприятий по оздоровлению детей в УДО: практическое пособие / М.Н. Кузнецова. – М.: Айрис-пресс, 2009. – 112с.
17. Литвинова, О.М. Система физического воспитания в УДО / О.М. Литвинова. – М.: Волгоград: Учитель, 2007. – 185с.
18. Микляева, Н.В. «Физическое развитие дошкольников». Охрана и укрепление здоровья / Под. Ред. Н.В. Микляевой. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 144с.
19. Микляева Н.В. «Физическое развитие дошкольников». Часть 2. Формирование двигательного опыта и физических качеств / Под. Ред. Н.В. Микляевой. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 144с.
20. Михалина, Г. М. Методические подходы к педагогической диагностике физической подготовленности детей дошкольного возраста / Г.М. Михалина. – М.: Просвещение, 2000. – 195 с.
21. Ноткина, Н. А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников / Н.А. Ноткина. – СПб.: Образование, 2012. – 56 с.
22. Осокина, Т.И. Физические упражнения для дошкольника / Т.И. Осокина. – М.: Просвещение, 2009. – 234с.
23. Пензулаева, Л.И. Физическая культура в детском саду для детей 5-6 лет: методическое пособие / Л.И. Пензулаева. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013. – 84с.
24. Пензулаева, Л.И. Физическая культура в детском саду для детей 6-7 лет: методическое пособие / Л.И. Пензулаева. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013. – 86с.

25. Рунова, М.А., Двигательная активность ребенка в детском саду: 5-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-Синтез, 2008. – 256с.
26. Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. – М.: Просвещение, 2007. – 126с.
27. Степанкова, Э.М. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна. – М.: «Академия», 2006. – 368 с.
28. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. Методические рекомендации для руководителей и педагогов УДО / Т.А. Тарасова. – М.: Сфера, 2015. – 120с.
29. Фомина, А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду / А.И. Фомина. – М.: Просвещение, 2006. – 88с.
30. Хабарова, Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников / Т.В. Хабарова. – СПб.: «Детство-пресс», 2010. – 112с.
31. Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях / Д.В. Хухлаева. – М.: Просвещение, 2004. – 208 с.
32. Шишкина, В.А. Движение + движения: Книга для воспитателя детского сада / В.А. Шишкина. – М.: Просвещение, 2012. – 136с.
33. Шпак, В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 02-05 «Дошкольное образование. Логопедия» / В. Г. Шпак, С. Л. Богомаз. – Витебск : ВФ МИТСО, 2012. – 244 с.
34. Шпак, В. Г. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 02-05 «Дошкольное образование. Логопедия» / В. Г. Шпак, С. Л. Богомаз. – Витебск : ВФ МИТСО, 2012. – 244 с.
35. Шпак, В.Г. Элементы спортивных игр в детском саду: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / В.Г. Шпак. – Минск: УП «ИВЦ Минфина», 2004. – 140 с.