**Личностно-ориентированный подход к воспитанникам на занятиях физической культурой**

*Кукарина П.И., инструктор*

*по физической культуре*

*МБДОУ ДС КВ №57*

 Актуальность проблемы приобщения личности к физической культуре как основной педагогической задачи развития физкультурно-спортивного движения в его массовом виде на сегодняшний день неоспорима. Современное российское общество вступило в фазу поступательного развития, в условиях которого социально-экономические и политические преобразования направлены на утверждение гуманистических ценностей и идеалов, создание развитой экономики и устойчивой демократической системы. Приобщение к физической культуре всех россиян, особенно молодежи, является на сегодняшний день в качестве первоочередной задачи. Становление и развитие современного человека происходит в сложных и противоречивых условиях: с одной стороны, научно-техническая революция способствует значительному росту возможностей его интеллекта, а с другой резко усиливается действие ряда факторов, противодействующих полноценной физиологической адаптации организма.

Физическое развитие ребёнка – столь же важная составляющая воспитательного процесса, как и работа по его умственному, эмоциональному развитию. При изучении основ знаний, предусмотренных комплексной программой, занятия физической культурой оказывают прямое воздействие на умственное развитие, так как усвоение знаний по биомеханике и физиологии двигательной деятельности, гигиене физических упражнений, методике спортивной тренировки и др. требует определённого умственного напряжения. При этом активизируются все виды умственной работы: аналитическая, обобщающая, закрепление в памяти и др.

 Необходимо пробуждать и поддерживать интерес воспитанников к занятиям физическими упражнениями, к физическому совершенствованию, соревнованиям, различным видам спорта. Не меньшее значение для стимулирования умственной активности имеет косвенное воздействие физических упражнений, через все системы организма, на деятельность коры головного мозга. Установлено, что после кратковременных интенсивных нагрузок улучшаются внимание и память, мышление. Даже очень большие нагрузки, если они привычны, улучшают умственную деятельность. Вредны для последующей умственной работы только непривычные большие физические нагрузки – они слишком утомительны и требуют длительного (не менее трёх часов) периода восстановления сил.

 Есть данные, показывающие, что у физически слабо развитых детей умственная работоспособность ниже и менее устойчива, чем у физически крепких; что дети, занимающиеся спортом, имеют более высокие показатели умственной работоспособности, чем те, кто редко посещают занятия физической культуры.

Воспитанники нашего МБДОУ-это дети с различными группами здоровья и физическим данными. Поэтому почти на каждом из занятий по физической культуре мы учимся преодолевать препятствия и себя. Для кого-то из наших детей характерна подвижность, неустанная потребность в движении, для кого-то наоборот любой активный вид деятельности затруднителен. Степень развития движений детей далеко не одинакова. Физическое развитие и здоровье ребёнка определяются не столько его «природой» и наследственностью, сколько условиями жизни и воспитанием. Присматриваясь к играющим детям, можно заметить какие они разные: кто-то двигается много и быстро, кто-то выбирает деятельность поспокойнее. Даже с мячом дети подвижны по-разному: один может бросать мяч и бегать за ним по 20 раз, другой катает его сидя или вращает на месте.

Первые отличаются неуравновешенным поведением, они находят возможность двигаться в любых условиях, отдают предпочтение подвижным видам деятельности: чаще бегают, прыгают, избегают действий, требующих точности, сдержанности. Движения их резки, быстры, хаотичны. Зачастую в медицинских картах у этих воспитанников можно прочесть диагноз: гиперреактивность, легкая форма невроза и т.д. Движения малоактивных детей, наоборот, вялы, неуверенны. В противовес подвижным ребятам они стараются уйти в сторону, чтобы никому не мешать, выбирают спокойную игру, часто находятся в бездеятельном состоянии.

Многие дети поступают к нам в группы из неблагополучных семей. В большинстве своём это ослабленные дети. Обычно у таких детей заметна вялость, медлительность и стеснительность, либо порывистость, торопливость.

Ясно, что рассчитывать только на естественное развитие движений детей нельзя. Правильная координация движений достигается ребёнком в результате кропотливой педагогической работы, проводимой с ним по определённой системе.

Убедившись на практике, что ребёнку необходимо как можно больше двигаться для его успешного развития, я стала в соответствии с этим строить свою работу с детьми. На занятиях стараюсь проявлять внимание к каждому ребёнку, ставить перед ним реальные требования, заставляющие улучшить свои достижения, овладеть новыми двигательными упражнениями. Всегда помню: то, что является лёгким для одного, другой пока сделать не может, поэтому даю одним детям меньше заданий, повышая их сложность постепенно, другим - больше и сложнее. Это помогает слабому ребёнку поверить в собственные силы. Уверенность в успешных действиях делает ребёнка жизнерадостным, добрым, ведёт к повышению его активности. Вся организация жизни детей в группе стимулирует стремление детей активно двигаться.

 Утренняя гимнастика интересная. Движения по преимуществу непринуждённые. Ребёнок удивительно тонко чувствует искреннюю заинтересованность взрослого в его успехах. Наблюдения показали, что, выполнив трудные упражнения, дети испытывают удовлетворение, огромное чувство радости: им хочется повторить его, научиться делать ещё лучше, ведь это победа над своим неумением. Робкий, закомплексованный мальчик, пытается научиться прыгать в длину. У него не получается. «Да ты сосредоточься, толкайся ногами сильней, работай руками, помогай корпусом…» - советует другой ребенок. Научившись упражнению, которое казалось ему трудным, мальчик был рад, чувствовалось, что он поверил в свои силы. Часто на площадке наблюдаю, как ребята самостоятельно упражняются, и собственные успехи радуют их. Время от времени кто-то из них подходит ко мне и говорит: «Посмотрите, я уже научился, у меня хорошо получается». Я радуюсь вместе с ними их успеху. Всегда стремлюсь вызвать радость, оживление на физкультурных занятиях, уверенность в своих силах и желание соревноваться. Поэтому разрешаю на занятиях разговаривать, шутить, смеяться, но не мешать товарищам, всегда слышать и тут же выполнять мои указания.

 Нередко я сталкиваюсь с трудностями. Первая из них – отсутствие у детей выдержки. Дети не умели спокойно смотреть, как выполняли упражнения их товарищи: «Я тоже хочу»! «А теперь я! »- и сердились, что им приходилось ждать. Я стала чаще проводить игры и упражнения на разные виды движений в свободное время. Я им говорила: «Если хотите с нами играть, то терпеливо ждите, не мешайте своим товарищам». Постепенно у детей вырабатывалась выдержка, стало возможным спокойно проводить мероприятие. Вторая трудность – преодоление застенчивости у детей. К вялым, робким и нерешительным детям я стараюсь быть особенно внимательной, учу этому и детей. В дружном, хорошо спаянном коллективе каждый ребёнок быстро находит своё место и перестаёт стесняться. Большое значение придаю самостоятельной двигательной деятельности, стараюсь предусмотреть индивидуальную работу по развитию движения детей, создаю условия для их самостоятельной деятельности. Для закрепления и совершенствования основных движений детей взаимодействую с воспитателями.

 Опыт работы показал, что мы, взрослые должны серьёзно относиться к оценке правильности выполнения движений детьми, степени участия их в подвижных действиях. Всегда помню, что завышенная оценка без учёта реальных возможностей расхолаживает детей, не напрягает их силы и желание на совершенствование движений. Боюсь и занизить оценку, когда достижения воспитанника были невелики, но потребовали от него волевых усилий. Ведь в этом случае дети замыкаются в себе, всячески стремятся уйти от ответственных заданий, сложных для себя нагрузок, выполняя только то, что требуется по минимуму.

В своей работе я использую принципы личностно-ориентированного подхода.

 Принципы личностно-ориентированного подхода:

 1) Принцип самоактуализации. В каждом ребёнке существует потребность в актуализации своих интеллектуальных, художественных и физических способностей. Важно побудить и поддержать стремление воспитанников к проявлению и развитию своих природных и социально приобретённых возможностей.

2) Принцип индивидуальности. Создание условий для формирования индивидуальности личности воспитанника – это главная задача социального учреждения. Необходимо не только учитывать индивидуальные особенности ребёнка, но и всячески содействовать его дальнейшему развитию.

3) Принцип субъективности. Следует помочь ребёнку стать подлинным субъектом жизнедеятельности в группе, саду и семье, способствовать формированию и обогащению его субъектного опыта.

4) Принцип выбора. Педагогически целесообразно, чтобы ребёнок жил, учился и воспитывался в условиях постоянного выбора, обладал субъективными полномочиями в выборе цели, содержания, форм и способов организации учебно-воспитательного процесса и жизнедеятельности в группе.

 5) Принцип творчества и успеха. Индивидуальная и коллективная творческая деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности воспитанника и уникальность группы. Благодаря творчеству ребёнок выявляет свои способности, узнаёт о «сильных» сторонах своей личности.

6) Принцип доверия и поддержки. Вера в ребёнка, доверие ему, поддержка его устремлений к самореализации и самоутверждению должны прийти на смену излишней требовательности и чрезмерного контроля. Не внешние воздействия, а внутренняя мотивация детерминирует успех обучения и воспитания ребёнка.

Использование всех форм работы по физической культуре, варьирование методических приёмов, правильный подбор нагрузок активно влияют на оздоровление и укрепление двигательной активности, содействуют всестороннему развитию личности ребёнка, формируют качества и навыки, необходимые каждому человеку во взрослой жизни.

 Приобщение воспитанников к физической культуре, здоровье формирующей физкультурно-спортивной деятельности в современном российском обществе; формирование привычки к физической активности, осознание ценностей физической культуры, ее социокультурного значения, потребности быть активным участником физкультурно-спортивного движения, может и организатором - это актуальный вопрос чрезвычайной важности. Начинает меняться положение в области создания новой и реконструкции имеющейся физкультурно-спортивной инфраструктуры, также начинает смещаться акцент со «спортизации» общества на его «физкультуризацию». В Челябинской области создаются хорошие условия для возрождения массового физкультурно-спортивного движения.