Тема: Развитие необходимых жизненных компетенций у дошкольников на физкультурных занятиях.

Физическая культура для дошкольников – это не просто способ развития двигательных навыков, а возможность для всестороннего взаимодействия с окружающим миром, осознания себя и своего места в нем. Цель нашей работы – гармоничное развитие психологических, эмоционально-волевых и физических качеств детей в процессе физического воспитания.

Мы стремимся к тому, чтобы дети: контролировали свое тело и эмоции, умели соблюдать установленные правила и проявляли адаптивность в меняющихся обстоятельствах.

Для достижения этих целей мы создаем стимулирующую среду в физкультурном зале, используя переносное спортивное оборудование, мягкие модули и другие средства, позволяющие детям реализовывать потребность в движении в свободной игре. Это пространство дает ребенку свободу выбора: куда двигаться, какой уровень сложности выбрать, сосредоточиться на задаче, сотрудничать с другими, испытывать радость и уверенность.

На занятиях мы используем упражнения, помогающие преодолевать внутренние барьеры и страхи (высоты, замкнутого пространства). Наблюдения показывают, что дети, приобретая опыт, учатся оценивать свои возможности и действовать безопасно.

Большое внимание уделяется развитию навыков общения, саморегуляции, аналитического мышления и снижению конфликтности в играх. Это важный аспект эмоционально-волевой сферы. Например, в хаотичном беге постепенно уменьшаем пространство, заставляя детей контролировать свои движения, чтобы избежать столкновений.

Игровые формы, необычные задания и упражнения делают занятия интересными и способствуют развитию физических качеств. В игре дети незаметно для себя развивают выносливость, силу, внимательность и воображение. Например, в игре с бегом по кругу задания «замри», «стой на одной ноге», «смени направление» стимулируют интерес и развивают необходимые качества.

Пример игры на комплексе – «Наводнение»: дети должны забраться на возвышение, чтобы «спастись от воды». Другая игра – «Пожар»: дети ползут к выходу, что позволяет обсудить правила поведения при пожаре.

Взаимодействие между ребенком и взрослым, между детьми способствует развитию мышления: восприятие, понимание, запоминание, действие и соотнесение результата с задачей.

Навыки, полученные на занятиях, оказывают значительное влияние на развитие потенциала ребенка, стремление к самосовершенствованию, веру в себя и преодоление трудностей. Это не просто спорт, это нечто большее, чем обычная физкультура.