**Международный конкурс для педагогов ДОУ**

**"Лучшая методическая разработка в соответствии с ФГОС ДО"**

**Тема: «Дифференцированный подход в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств дошкольников: гендерный аспект».**

**Программа исследования.**

Проблема воспитания и обучения ребенка в соответствии с его полом является актуальной задачей педагогической работы с детьми дошкольного возраста. Социальные изменения, происходящие в современном обществе, привели к разрушению традиционных стереотипов мужского и женского поведения. Демократизация отношений полов повлекла смешение половых ролей, феминизацию мужчин и омужествление женщин.

На фоне этих изменений меняются и внутренние психологические позиции детей, их сознание: девочки становятся агрессивными и грубыми, а мальчики принимают женский тип поведения.

Большинство дошкольных учреждений физическое воспитание детей, как и все дошкольное воспитание, ориентирует на “условного” ребенка, а не на мальчика или девочку: те же упражнения, та же нагрузка, та же методика обучения.

На протяжении последних нескольких лет педагоги дошкольных учреждений ищут пути осуществления дифференцированного подхода. Это и послужило основанием учитывать в процессе занятий физической культурой половые особенности детей и осуществлять формирование полоролевого поведения у мальчиков и девочек.

Я убеждена, что занятия физическими упражнениями в двигательной активности дошкольника и имеют большие возможности в формировании мужественности у мальчиков и женственности у девочек. А учет полоролевых особенностей дошкольника позволяет педагогу, организующему эту деятельность, добиться высоких результатов, не нарушая ход становления личности, заложенный природой.

Разделы данной программы включают: основные принципы ее реализации, рекомендации по планированию работы, разнообразные варианты проведения физкультурных занятий, нормы физической подготовленности детей, а так же особенности взаимодействия с родителями воспитанников.

Материал программы построен в соответствии с выдвинутыми принципами и диктует логическое конструирование модели построения и внесения программы в жизнь дошкольного учреждения.

Определяя основное содержание и направление развития детей, оставляю за каждым дошкольным учреждением право на использование различных форм и методов организации обучения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, социокультурных различий, своеобразия домашних и бытовых условий.

***Цель программы****:*способствовать благоприятному протеканию процесса полоролевой социализации в физическом воспитании старших дошкольников.

***Задачи:***

* формирование соответствующего полу ролевого поведения мальчиков и девочек на занятиях физической культурой;
* развитие творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях и осознанное отношение к ним, способности к самоконтролю и самооценке;
* воспитание положительных нравственно-волевых черт личности ребенка.

***Основные принципы программы****:*

*Принцип гуманистической направленности:*признание каждого ребенка как неповторимой индивидуальности, учет специфики психофизиологического развития мальчика и девочки; содействие овладению ребенком на уровне самостоятельности, разнообразными видами деятельности, как средством самовоспитания, самообразования и саморазвития, создание благоприятных условий для развития творчества.

*Принцип природосообразности оздоровительной направленности воспитания.*Учет возрастных, индивидуальных особенностей детей, дифференцированный подход к мальчикам и девочкам, учет развития способностей и интересов каждого ребенка.

*Принцип безоценочности.*Не должно звучать никаких отрицательных оценок ни со стороны участников группы, ни со стороны педагога.

*Принцип добровольной активности.* Детей не нужно принуждать к деятельности, а поощрять стремление к ней.

*Принцип самораскрытия.* Дать право каждому из членов группы выражать свои мысли, чувства, эмоции.

*Принцип последовательности.* Содержательные задачи решаются методом усвоения материала “от простого к сложному” в соответствии с возрастными познавательными возможностями ребенка.

*Принцип научности и доступности.* Работа основывается на научных трудах, первоисточниках, на достоверной и проверенной информации. Доступна в простоте изложения и понимания материала.

*Принцип результативности и гарантированности.* Соответствие целей образования и возможностей их достижения. Гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

*Принцип наглядности.* Использование широкого круга наглядных пособий, технических средств обучения, делающих учебно-воспитательный процесс более эффективным.

*Принцип межпредметности.* Связь с другими областями деятельности и знаний.

*Принцип гармонии трех начал:* физического, духовного, интеллектуального.

*Принцип сотрудничества воспитания в детском саду и семье по законам содружества.*

***Условия реализации программы. Предметно-развивающая среда***

Для успешной реализации данной программы в детском саду необходимы определенные условия

- физкультурный зал, который оснащен необходимым спортивным оборудованием: баскетбольные кольца, сетка для волейбола и ручного мяча, шведская стенка, щиты для метания на дальность и меткость, мячи разных размеров, скакалки, обручи, гимнастические ленты, гантели разного размера и веса, скамейки, горки, детские велосипеды, санки, лыжи, клюшки и др.

- тренажерный зал с современным оснащением: велотренажеры, беговые массажеры, мягкие спортивные модули, сухой бассейн, батуты, рукоход, кольца, канат, веревочная лестница, бревно, ходули и др.

***Особенности организации взаимодействия инструктора физической культуры со специалистами ДОУ и семьями воспитанников***

Педагогидолжны способствовать формированию у воспитанников ценностей здорового образа жизни, развивать представления о полезности, целесообразности физической активности. На физкультурных занятиях внимание детей обращать на значение конкретного упражнения для развития определенной группы мышц.

Педагогам рекомендуется знакомить детей с тем, как устроено тело человека, с его основными системами, используя иллюстрированный материал. Цель такого познания – не только ознакомление, но и формирование у детей умения чутко прислушиваться к своему организму, чтобы помогать ему работать.

Для формирования ценностей здорового образа жизни педагоги должны рассказывать детям о значении профилактики заболеваний: закаливании, дыхательной гимнастике, массаже, физио- и витаминотерапии, корригирующей гимнастике.

Музыкальный руководительпривлекается для музыкального сопровождения физкультурных занятий, чтобы они не были однообразными. При этом обращается внимание детей на красоту, грациозность и гибкость девочек, силу, ловкость и выносливость у мальчиков.

Педагог-психологспособствует формированию положительных эмоций при общении мальчиков и девочек. А с детьми, имеющими неадекватное полоролевое поведение, организует специальную работу. На физкультурных занятиях для них разработаны индивидуальные задания и проводится работа с родителями и беседы с детьми группы.

Медицинский контроль за организацией физического воспитания дошкольников включает: динамическое наблюдение за состоянием здоровья и физическим развитием детей, физической подготовленностью, функциональными возможностями детского организма (ответственный врач-педиатр); медицинские наблюдения за организацией двигательного режима, методикой проведения различных форм занятий и их воздействие на организм ребенка, контроль за осуществлением системы закаливания; контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения занятий, физкультурного оборудования.

***Описание и анализ результатов.***

***Структурно-содержательная характеристика программы***

Программа состоит из четырех разделов.

В ***первом разделе*** представлен план совместных физкультурных занятий детей дошкольного возраста с учетом их гендерных особенностей. Занятия проводятся два раза в месяц, но часть заданий для девочек и мальчиков имеют отличия. Такой вариант проведения имеет две разновидности. Первый вариант: в подготовительной и заключительной части занятия дети выполняют упражнения все вместе, а в основной части занятия они делятся на подгруппы в зависимости от пола, и каждая группа выполняет свое задание.

Второй вариант: на протяжении всего занятия дети выполняют упражнения вместе, но ряд упражнений предполагает разные варианты исполнения для мальчиков и девочек (например, в общеразвивающих упражнениях – исходные положения, в полосе препятствий – условия их преодоления: мальчики перелезают, девочки – подлезают, в метании – расстояние до цели и т.д.)

Особенность такой дифференциации в том, что девочки и мальчики не изолированы друг от друга, а в процессе специально организованной деятельности развиваются физические качества, которые принято считать сугубо женскими или сугубо мужскими. Идет углубление понимания половой принадлежности – “Я – девочка”, “Я – мальчик”, развитие представлений детей об отличительных признаках поведения и деятельности женщин и мужчин. Эта позиция проявляется в выборе вида двигательной деятельности, соответствующей полу ребенка.

На таких занятиях используются следующие методические приемы для учета половых особенностей дошкольников:

1. Различия в подборе упражнений только для мальчиков или только для девочек (например, мальчики работают на рукоходе, а девочки – с лентами).
2. Различия в дозировке (например, девочки отжимаются 5 раз, а мальчики – 10).
3. Различия по времени (например, девочки прыгают через скакалку 1 минуту, мальчики – 1,5 минуты).
4. Различия в обучении сложным двигательным движениям (существует ряд упражнений, которыми мальчики овладевают легко, в то время как у девочек они вызывают значительные трудности и требуют большего времени для овладения ими ,например, метание на дальность легче дается мальчикам и, наоборот, прыжки на скакалке – девочкам). Это требует от инструктора по физическому воспитанию разных методических подходов: например, разное число повторений, выбор подводящих и подготовительных упражнений, использование вспомогательного оборудования и т.п.
5. Различие в подборе оборудования (например, девочкам легкие гантели, а мальчикам более тяжелые).
6. Пространственные ориентировки (например, мальчикам отдается большая часть зала по сравнению с девочками, так как для них характерно дальнее зрение, а для девочек – ближнее).
7. Распределение ролей в подвижных играх (например, мальчики – медведи, а девочки – пчелки).
8. Различия в требованиях к качеству выполнения заданий (девочкам и мальчикам мы предъявляем разные требования к выполнению одних и тех же движений: от мальчика мы требуем большей четкости, ритмичности, затраты дополнительных усилий, а от девочек – большей пластичности, выразительности, грациозности)
9. Расстановка и уборка снарядов (девочки всегда расставляют и убирают только мелкий, легкий инвентарь, а мальчики группкой в несколько человек – тяжелое оборудование).
10. Различия в оценке деятельности (для мальчиков важно, что оценивается в их деятельности, а для девочек – кто их оценивает и как. Для мальчиков слово “молодец” - эмоционально значимо, а для девочек – следует подбирать слова с более сильным эмоциональным компонентом “ты лучшая в этом движении”, “ты была похожа на балерину”, “у тебя самое бесшумное приземление”, “у тебя очень пластичные движения рукой, кистью”.
11. Чаще напоминаем мальчикам о способах выполнения, о требованиях к качеству, так как они больше нуждаются во внимании при “шлифовке” отдельных элементов, техники, чаще приходится использовать помощь в плане тактильно-мышечных ощущений.
12. В работе с девочками чаще прибегаем к образцу, имитации, словесным указаниям.
13. Учет сензитивных этапов для формирования и совершенствования двигательных способностей, физических качеств, двигательных навыков и умений. Например, девочки лучше выполняют задания на пространственную точность на пятом и шестом годах, а мальчика – на седьмом году жизни.
14. Использование условных обозначений на карточках, пиктограммах для мальчиков и девочек.
15. Акцентирование внимания детей на мужские и женские виды спорта.

Во ***втором разделе*** раскрывается организация планирования раздельных физкультурных занятий у мальчиков и девочек, которые проводятся 1 раз в две недели. На этих занятиях дети обучаются упражнениям, требующим разных методических подходов и занимаются теми видами деятельности, которые вызывают интерес у данной группы детей (с мальчиками – футболом, хоккеем и т.п., с девочками – упражнениями с обручами и лентами). Занятия для девочек строятся в основном на методике игрового стретчинга, фитболгимнастики, игроритмики и игропластики.

У мальчиков же преобладаю силовые упражнения, спортивные игры.

В ***третьем разделе* –**планирование физкультурных досугов, эстафет, сюжетных и тематических игр, проводимых 1 раз в месяц. При проведении физкультурных досугов учитывается разница (описанная выше) между мальчиками и девочками, формируются различные по сложности задания, игры и эстафеты.

На физкультурных мероприятиях закрепляются и совершенствуются двигательные навыки, развивается ловкость, воображение, творческое мышление. Воспитывается у дошкольников выносливость, поощряются проявления взаимопомощи у мальчиков к девочкам.

В ***четвертом разделе***описываются особенности совместной деятельности инструктора физической культуры и семьи по данной теме. Занятия детей с родителями проводятся 1 раз в два месяца.

Профессиональная деятельность педагога может быть по-настоящему результативной, лишь в том случае, если родители являются его активными помощниками и единомышленниками. Перед педагогом стоит задача – заинтересовать родителей перспективами нового направления развития детей, вовлечь их в жизнь детского сада, сделать их союзниками в своей работе. Проводимые занятия помогают родителям ощутить радость от совместной двигательной деятельности и понять полезность гимнастики вдвоем и сформировать у родителей и детей умение выполнять движения в детско-родительской паре.

Привлечение родителей к проведению совместных групповых походов, соревнований, развлечений так же стимулирует к активному участию в совместных физкультурных занятиях.

***Раздел 1. Перспективное планирование совместных занятий мальчиков и девочек с учетом их гендерных особенностей.***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Тема*** | ***Вид занятия*** | | ***Кол-во часов*** |
| Октябрь | «Правильная осанка — залог здоровья» | | | |
| ОРУ с мешочками разного веса.  ОВД: равновесие, ползание.  Игра средней подвижности «Смелый охотник» | Тематиче­ское учебно- тренировочное | | 1 |
| Ноябрь | «Не теряй равновесие» | | | |
| ОРУ с мешочками разного веса. ОВД: равновесие, метание, прыжки. Игра «Сбей грушу»  Игра | Сюжетно- игровое | | 1 |
| ОРУ с гантелями разного веса.  ОВД: равновесие, ползание и лазание.  Игра малой подвижности «Поменяемся местами» | Тематиче­ское учебно- тренировочное | | 1 |
| ОРУ с гантелями разного веса.  ОВД: равновесие, прыжки, метание.  Игра высокой подвижности «Чье звено быстрее  соберется» | Предметно- образное | | 1 |
| Декабрь | «Позаботимся о здоровье наших ног» | | | |
| ОРУ с мячом-ежом. ОВД: прыжки, ползание и лазание. Игра малой подвижности «Запрещенное движе­ние» | Тематиче­ское учебно- тренировочное | | 1 |
| ОРУ с мячом-ежом.  ОВД: прыжки, метание, владение мячом. Игра средней подвижности «День и ночь» | По интересам | | 1 |
| Январь | «Мышцы — главные силачи» | | | |
| ОРУ с большим и средним мячами. ОВД: метание, ползание и лазание, владение мя­чом.  Игра высокой подвижности «Мяч над веревкой» | Тематиче­ское учебно- тренировочное | | 1 |
| ОРУ с большим и средним мячами.  ОВД: равновесие, прыжки, метание, ползание и  лазание (закрепление).  Игра малой подвижности «Поменяемся местами» | Контрольное | | 1 |
| Февраль | «Сердце — главный жизненный мотор» | | | |
| ОРУ с кубиками.  Круговая тренировка (равновесие, прыжки, мета­ние, ползание и лазание, владение мячом). Игра малой подвижности «Эхо» | Тематиче­ское учебно- тренировочное | | 1 |
| Катание на санках. Игры и эстафеты с санками:   * катание на санках друг друга; * возить друг друга тройками; * катание на санках спиной вперед | По интересам | | 1 |
|  | «Осанка — стройная спина» | | | |
| Март | ОРУ с гимнастической палкой. ОВД: равновесие, ползание и лазание. Игра высокой подвижности «Переправа с об­ручами» | Тематиче­ское учебно- тренировочное | | 1 |
| ОРУ с гимнастической палкой. ОВД: равновесие, метание, ползание, лазание. Игра средней подвижности «Горячая картошка». Игра малой подвижности «Найди и промолчи» | Сюжетно- игровое | | 1 |
| Апрель | «Станем сильными» | | | |
| ОРУ в парах.  ОВД: прыжки, ползание, лазание, владение мя­чом.  Игра высокой подвижности «Успей перебежать» | Тематиче­ское учебно- тренировочное | | 1 |
| Занятие, построенное на подвижных играх:   1. Игра малой подвижности «Вызов по имени». 2. Игра средней подвижности «Слушай — тан­цуй». 3. Игра средней подвижности «Передай мяч». 4. Игра высокой подвижности «Туннель». 5. Игра средней подвижности «Переправа на плотах». 6. Игра малой подвижности «Запрещенное дви­жение» | Учебно- тренировочное | | 1 |
|  | | | | |
| Май | Диагностика | Контрольное | | 4 |
|  | | | | |
| **Раздел 2. Раздельные физкультурные занятия для девочек и мальчиков.** | | | | |
| **Месяц** | **Тема** | **Вид занятия** | | **Кол-во часов** |
| **Мальчики** | | | | |
|  | Строевые упражнения и перестроения. ОРУ на гимнастической скамейке. ОВД: метание, ползание, лазание, владение мя­чом.  Игра средней подвижности «Большая черепаха» | Учебно- тренировочное | | 1 |
| ОРУ на гимнастической скамейке. Полоса препятствий: прыжки в длину, ползание по скамейке, равновесие, лазание (поточно — все дети выполняют задание друг за другом). Игра средней подвижности «Передай мяч» | Тренировочное | | 1 |
| **Октябрь** | **Девочки** | | | |
| Проверка осанки, построение. ОРУ с обручем.  ОВД: катание обручей, прыжки из обруча в обруч.  Веселый тренинг «Качалочка».  Игра средней подвижности «Обруч соседу» | Предметно- игровое | | 1 |
| ОРУ с обручем.  ОВД: работа по карточкам — равновесие, мета­ние, лазание, прыжки. Веселый тренинг «Цапля». Игра средней подвижности «Хитрая лиса» | Занятие,  по­строенное на заданиях | | 1 |
|  | **Мальчики** | | | |
| **Ноябрь** | Строевые упражнения и перестроения. ОРУ с гимнастической палкой. ОВД: равновесие, метание, ползание и лазание. Эстафета «Кто быстрее?» | Традиционное | | 1 |
| ОРУ с гимнастической палкой. Круговая тренировка (лазание, равновесие, прыжки, метание, ползание, отбивание мяча). Игра высокой подвижности «Ловкие ребята» | Тренировочное | | 1 |
| **Девочки** | | | |
| Проверка осанки, построение. ОРУ с лентами. Стретчинг-гимнастика. Игра средней подвижности «Улитка». Психогимнастика «Привет!» | Занятие с элементами стретчинг- гимнастики | | 1 |
| ОРУ с лентами.  ОВД: равновесие, прыжки, ползание и лазание.  Веселый тренинг «Растяжка ног».  Игра высокой подвижности «Ловишки с ленточкой» | Традиционное | | 1 |
| ***Декабрь*** | ***Мальчики*** | | | |
| Строевые упражнения и перестроение. ОРУ в парах.  ОВД: равновесие, прыжки,  метание, владение мячом.  Игра высокой подвижности «Пожиратель рыб». Игра малой подвижности «Не теряй равновесие» | Традиционное | 1 | |
| ОРУ в парах.  ОВД: работа по карточкам — равновесие, мета­ние, лазание, прыжки, подлезание. Игра высокой подвижности «Мяч над веревкой» | Занятие,  по­строенное на заданиях | 1 | |
| ***Девочки*** | | | |
| Проверка осанки, построение. ОРУ с физиомячом. Фитбол-гимнастика. Подвижная игра «Мышеловка». Упражнение на релаксацию «Волшебный цве­ток» | Занятие с элементами  фитбол- гимнастики | 1 | |
| ОРУ с физиомячами. Фитбол-гимнастика. Веселый тренинг «Гусеница». Игра средней подвижности «Снежная королева». Упражнение на чередование напряжения и рас­слабления «Бельчата в дупле» | Занятие с элементами  фитбол- гимнастики | 1 | |
| ***Январь*** | ***Мальчики*** | | | |
| Строевые упражнения и перестроение. ОРУ с большим мячом.  ОВД: броски в баскетбольное кольцо, лазание по веревочной лестнице, ведение мяча. Игра высокой подвижности «Удочка». Игра малой подвижности «Змея» | Занятие,  по­строенное на играх с элемен­тами спорта | 1 | |
| ОРУ с большим мячом. Эстафеты:   * «Кто быстрее прокатит мяч»; * «Проведи мяч, не задев кегли»; * «Мяч — ловцу».   Игра высокой подвижности «Охотники и утки» | Занятие, по­строенное на играх- эстафетах | 1 | |
| ***Девочки*** | | | |
| Проверка осанки, построение.  ОРУ с платочками.  ОВД: равновесие, ползание, лазание.  Игра высокой подвижности  «Через веревку».  Упражнение на расслабление по представлению  «Прогулка по волшебному лесу» | Традиционное | 1 | |
| ОРУ с платочками. Аэробика.  ОВД: равновесие, прыжки, лазание. Веселый тренинг «Карусель».  Игра малой подвижности «Необычная худож­ница».  Этюд на расслабление «Мороженое» | Занятие с  элементами  аэро­бики | 1 | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Февраль*** | ***Мальчики*** | | | |
| Игра-упражнение «Снежная карусель». Ходьба на лыжах скользящим шагом.  Игра средней подвижности «Лошадки». Спокойная ходьба на лыжах ступающим шагом | Тематическое | | 1 |
| Игра-упражнение «Слушай сигнал». Ходьба длинным скользящим шагом с правиль­ной перекрестной работой рук и ног. Игра средней подвижности «Ловкие ребята». Скольжение широким шагом на согнутых ногах | Тематическое | | 1 |
| ***Девочки*** | | | |
| Игра-упражнение «Птички машут крыльями».  Свободное скольжение.  Подвижная игра «На одной лыжне». Спокойная ходьба на лыжах ступающим шагом | Тематическое | | 1 |
| Игра-упражнение «Пружинка». Передвижение скользящим шагом, размахивая руками, заложив руки за спину.  Подвижная игра и «Елочки». Ходьба переменным двухшажным ходом | Тематическое | | 1 |
| ***Март*** | ***Мальчики*** | | | |
| Игра-упражнение «Хоккеист». Скольжение по ледяным дорожкам. Держание клюшки, наблюдение за шайбой, пере­дача шайбы друг другу, удар по шайбе с места после ведения.  Свободная игра | Тематическое | | 1 |
| Строевые упражнения и перестроение.  ОРУ с массажным кольцом.  ОВД: преодоление полосы препятствий из мяг­ких модулей в прямом и обратном направлениях. Игра высокой подвижности «Перестрелка».  Игра малой подвижности «Найди, где спрятано» | Тематическое | | 1 |
| ***Девочки*** | | | |
| Игра-упражнение «Ледяная карусель».  Скольжение по ледяным дорожкам: в полуприсе­де; с заданиями (приседать и вставать); с задани­ями для рук; свободное переменное скольжение.  Подвижная игра «Фигуристы» | Тематическое | | 1 |
| ОРУ с массажными кольцами. Игроритмика.  Танцевально-ритмическая гимнастика.  Игропластика: «Улитка», «Морской лев», «Меду­за», «Уж», «Дельфин».  Креативная гимнастика «Море волнуется» | Занятие с элементами «Сафи-дансе» | | 1 |
|  | **Мальчики** | | | |
| ***Апрель*** | Строевые упражнения и перестроения.  ОРУ в тройках.  Круговая тренировка: равновесие, ползание и лазание, владение мячом (элементы баскетбола).  Игра высокой подвижности  «Успей перебежать».  Игра малой подвижности «Запрещенное движение»­ | Тренировочное | 1 | |
| Игра малой подвижности  «У кого мяч».  Игра средней подвижности «Отгадай ведущего».  Игра средней подвижности  «Быстро возьми».  Игра высокой подвижности  «Мяч и веревка».  Игра средней подвижности «Озорные гномы».  Игра малой подвижности  «Найди и промолчи» | Построенное на подвижных играх | 1 | |
| **Девочки** | | | |
| ОРУ с мячом.  Стретчинг-имнастика с мячом. Игра высокой подвижности «Замри».  Игра малой подвижности «Эхо». Упражнение на релаксацию «Музыкальная шкатулка»­  Игра малой подвижности «Поменяемся ме­стами».  Игра средней подвижности «Отгадай ведущего».  Игра средней подвижности «Передал — садись».  Игра высокой подвижности  «День — ночь,огонь — вода».  Игра средней подвижности «Слушай — танцуй».  Игра малой подвижности «Ловкие пальцы».  Этюд на расслабление «Тряпичная кукла» | Занятие с  элементами  стретчинг-  гимнатики | 1 | |
| Построенное на подвижных играх | 1 | |

*Планирование физкультурных досугов, эстафет, сюжетных и тематических игр*

Сентябрь:занятие «Путешествие в Страну мальчиков и девочек».

Октябрь: занятие «Ловкие, сильные, смелые».

Ноябрь: занятие «Вместе с Бабушкой Ягой».

Декабрь: занятие «С физкультурой мы дружны».

Январь: занятие «Зимние забавы» (игры и эстафеты с санками).

Февраль: занятие «Богатыри земли русской».

Март: занятие «Праздник грации и красоты».

Апрель: занятие «Праздник мяча» (развлечение построено на играх с элементами спорта).

Май: занятие «Малые олимпийские игры».

***Планирование совместных физкультурных занятий родителей с детьми.***

Сентябрь: занятие «Наш веселый звонкий мяч» (совершенствование умений действовать с мячом).

Ноябрь: занятие «Спортландия» (прыжки, упражнения на равновесие).

Январь: занятие «Бумажная история» (совершенствование двигатель­ных навыков).

Март: занятие «Здоровейка» (круговая тренировка).

Май: занятие «Семейный туристический слет».

Июль: занятие «Малые олимпийские игры» (команды-участники победители отборочных соревнований).

***Прогнозируемый результат. Критерии оценки результатов.***

*К концу года дети могут:*

* выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, ползание и лазанье);
* метать предметы на расстояние и в цель, владеть школой мяча;
* выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
* сохранять правильную осанку;
* выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;
* активно участвовать в играх с элементами спорта (бадминтон, баскетбол, ручной мяч, футбол, хоккей);
* владеть элементами стретчинг–гимнастики, танцевально–игровой гимнастики Са-Фи-Дансе (игроритмика, игрогимнастика, игротанцы, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика), фитболгимнастики;
* проявлять творчество в двигательной деятельности, уметь варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения;
* проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность и пластичность движений.

***Результативность***

Проводимая в детском саду работа, основанная на гендерных особенностях детей, дает положительные результаты: большинство детей справляются с критериями данной программы, у детей повысился интерес к физкультурным занятиям, они раскрепощаются, освобождаются от чувства тревожности, осознают важность “специальных” занятий для мальчиков и девочек

Занятия физической культурой в детском возрасте призваны удо­влетворять биологическую потребность растущего организма в двигательной деятельности, давать возможность ребенку ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом. Сегодня физическое воспитание детей практически не имеет различий для мальчиков и де­вочек.

К сожалению, фактически ни одно методическое пособие для пе­дагогов детского сада не содержит рекомендаций по дифференцированному физическому воспитанию мальчиков и девочек. Содержание некоторых авторских программ, опыт работы специалистов по фи­зическому воспитанию подтверждают целесообразность гендерного подхода.

Наряду с такими видами физкультурных занятий, как учебные, игровые, сюжетные, тренирующие, в старшем дошкольном возрасте важно включать занятия, основанные на полоролевых особенностях детей. Структура таких занятий обычна, а вот содержание имеет серьезные отличия. Одним из ведущих должен стать принцип двух начал в педагогическом процессе. Данный принцип подразумевает, что обучение и воспитание дошкольников отражает особенности мужественного начала у мальчиков и женственного — у девочек. Педагогический про­цесс при таком подходе будет иметь различный стиль, различный тон, различную направленность. Для мальчиков — это развитие быстроты, физической и силовой выносливости, воспитание выдержки, смело­сти; для девочек — развитие чувства ритма, красоты движений, гиб­кости.

Мышечная сила, то есть способность мышцы преодолевать сопро­тивление или противодействие ему, — это необходимое качество для любого мальчика. Данное физическое качество развивается в основном методом тренировок с небольшими отягощениями. Например, упражнения для рук мальчикам можно выполнять с наполненными песком мешочками, начиная с веса 100—150 г, или с эспандерами и 2—3 резинки; силу ног хорошо развивают подскоки, приседания, мед­ленный бег (особенно с наполненным песком поясом весом до 500 г). Но нужно помнить, что развитие мышечной силы в дошкольном воз­расте — дело очень сложное. Постоянный рост ребенка при несформировавшемся опорно-двигательном аппарате требует осторожного обращения с нагрузками. Всякое излишнее увеличение, особенно неверно выбранная нагрузка, может привести к отрицательным по­следствиям, ухудшить, а не улучшить здоровье ребенка.

Развитию силы рук и мышц плечевого пояса способствуют подтя­гивания на высокой и низкой перекладине. В каждое занятие включена работа по воспитанию правильной осанки, что способствует укреплению здоро­вья детей и помогает им стать красивее, сильнее, смелее, стройнее и грациознее.

Необходимо учитывать не только половые, но и индивидуальные особенности, склонности и интересы детей, так как иногда девочки проявляют способности к упражнениям с видимой «мальчишеском» направленностью, и наоборот. Педагог не должен подавлять стрем­ление детей заниматься определенным видом двигательной деятельности. Половая принадлежность не должна использоваться в качестве довода против какой-либо двигательной деятельности.

Педагог должен научиться видеть в детях мальчиков и девочек и дифференцировать педагогический процесс в соответствии с этим. Учитывая эту разделительную тенденцию, нужно проводить тематические игры с подгруппами детей. Для мальчиков: «Отважные путеше­ственники», «Охотники», «Юные матросы», «Разведчики», «Строители». Для девочек: «Из жизни цветов», «Хозяюшки», «Кошечки», «Кукольный магазин», «Танцуют все» и др. На физкультурных праздниках можно устраивать показательные выступления, на которых мальчики представят свои до­стижения в силе, ловкости, быстроте, а девочки -— в гибкости, грации, двигательном творчестве.

Эффективность учебно-воспитательного процесса во многом опре­деляется планированием, которое призвано обеспечить не только по­следовательное, рациональное распределение программного материа­ла, но и освоение, а также непрерывное совершенствование выполне­ния всех видов физических упражнений.

**Заключение:**

Дошкольный возраст - наиболее благоприятный для формирования полоролевого поведения ребенка.

Гуманизация образования предполагает, что в процессе формирования личности ребенка педагог учитывает все его особенности, в том числе и его пол. Занятия физическими упражнениями должны занимать в этом процессе одно из ведущих мест, так как имеют большие возможности в формировании мужественности у мальчиков и женственности у девочек. Учет половых особенностей дошкольников позволит добиться высоких результатов в организации двигательной деятельности, не нарушая ход личности, заложенный природой.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста - основа их физкультурного образования, предусматривающее успешную реализацию таких направлений, как формирование двигательной деятельности детей дошкольного возраста, вооружение их элементарными знаниями о строении собственного организма, способах ухода за ним и о пользе физических упражнений для его укрепления, а также знакомство с основами безопасности жизнедеятельности.

Специфика деятельности дошкольного образовательного учреждения заключается в том. что процесс физического воспитания здесь включает не только обучение, но и специально организованную взрослым деятельность детей, а также создание условий д.ля самостоятельной двигательной деятельности дошкольников.

Это диктует необходимость реализации индивидуально - дифференцированного подхода как в содержании, организации, подборе технологий и методик физкультурно - оздоровительной работы с детьми, так и в создании условий для самостоятельной двигательной деятельности детей.

Физическое воспитание является существенным аспектом дошкольного воспитания в целом. Важно так организовать физическое воспитание детей дошкольного возраста, чтобы в его процессе развивались не только двигательные умения, навыки и физические качества, но и положительное отношение к физической активности и здоровому образу жизни.

Проанализировав точки зрения разных исследователей на проблему развития двигательных способностей у детей дошкольного возраста, мы пришли к выводу, что в дошкольном возрасте различия по комплексу морфологических и моторных тестов между типологическими группами превышают естественные различия между половыми группами. Это подтверждает необходимость учитывать тип конституции дошкольников при оценке их двигательных возможностей.

В процессе игр у мальчиков большее место занимают движения скоростно-силового характера (бег, метание предметов в цель и на дальность, лазанье, борьба, спортивные игры): девочки предпочитают игры с мячом, со скакалкой, упражнения в равновесии (ходьба по бревну скамейке и пр.), танцевальные упражнения.

Применение дифференцированного подхода в физическом воспитании мальчиков и девочек значительно улучшает качество усвоения физкультурных умений.

Раздельное обучение относят к здоровьесберегающим технологиям: оно позволяет регулировать нагрузку в зависимости от пола, чтобы, с одной стороны, добиться хороших результатов в учебе, а с другой - избежать переутомления.

Среди сторонников раздельного обучения - врачи, психологи, генетики, педагоги. Их главный аргумент: мальчики и девочки развиваются по-разному - у них разные интересы, игры, пристрастия. Поэтому учить ребят лучше порознь, учитывая физические возможности, период полового созревания и психологию восприятия.

Очевидные различия в уровне развития физических качеств (силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости) мальчиков и девочек подтверждаются многочисленными исследованиями, дают неоспоримое право на организацию раздельного обучения. Это повышает эффективность воспитания физических качеств.

Список использованной литературы:

Бочарова Н. Некоторые вопросы дифференцированного подхода в физическом воспитании мальчиков и девочек.// ДВ.-№12.-1997.-с.72.

Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя детского сада. - М.: Просвещение. 1983. - 216 с.

Веремкович Л.. Иванова О.. Лашнева П.. Терентьева Г.. Юрко Г. К вопросу о физическом воспитании детей Дошкольное воспитание. — 1993. — № 2. — С. 3-10.

Вильчковский. Э.С. Физическая культура детей дошкольного возраста Текст. / Э.С. Вильчковский.- Киев: изд. Здоровье. 1979. - 220 с.

Зернов Н.Г.. Ковригин А.Е. Особенности развития и гигиена дошкольника. - М.: Знание. 1987.-342 с.

Иванченко В.А. Как быть здоровым. — Челябинск: Южно-Уральское книжное изд-во. 1989.-316 с.

Каштанова Т. Организация оздоровительного центра в образовательном учреждении. - М.: АРКТИ. 2002.-215 с.