

**Всероссийский фестиваль «Воспитатели России: спортивно одарённые дети»  
Номинация «Приобретение ребёнком двигательного опыта в различных видах  
деятельности детей, развитие психофизических качеств**

**Описательная часть практики «Развитие психофизических навыков у детей и  
накопление ими двигательных умений в различных видах детской активности».**

*Кондратьева Алёна Викторовна, заведующий;  
Мурзинова Ирина Евгеньевна, старший воспитатель;  
Мальченко Галина Анатольевна, воспитатель.*

Практика направлена на комплексное развитие психофизических качеств и формирование двигательных умений у детей дошкольного возраста через разнообразные виды активности. В основе лежит принцип единства физического и психического развития: освоение новых движений стимулирует когнитивные процессы, а развитие внимания, памяти и мышления помогает эффективнее осваивать двигательные навыки.

Цель практики: создание условий для гармоничного развития психофизических качеств (ловкости, быстроты, силы, выносливости, гибкости) и накопление двигательных умений через различные виды деятельности, а также в выявлении взаимосвязи этих процессов с традиционными российскими ценностями, которые способствуют воспитанию у детей таких качеств, как трудолюбие, уважение к старшим, стремление к знаниям и любовь к родной культуре.

Ключевая задача - показать, как двигательная активность влияет на физическое, социальное и личностное развитие ребёнка.

Связь между приобретением двигательного опыта дошкольников, развитием психофизических качеств и формированием традиционных российских ценностей носит комплексный и взаимосвязанный характер.

Регулярная двигательная активность улучшает кровообращение, обмен веществ и работу нервной системы, что повышает уровень энергии, концентрации и эмоциональной устойчивости.

Физические нагрузки помогают работе мозга и запоминанию движений, что упрощает обучение новым навыкам и адаптацию в стрессовых условиях.

Координационные задания и сюжеты помогают лучше ориентироваться в пространстве, замечать детали и быстро переключаться между разными заданиями.

Успешное выполнение движений повышает уверенность в себе, что снижает тревожность.

Командные игры помогают развить способность к сопереживанию, умение сотрудничать и уважение к правилам. Это формирует полезные привычки в поведении.

Развитие психофизических навыков и движений способствует формированию традиционных российских ценностей:

- труд: регулярные занятия, соблюдение режимов формируют привычку к планированию, самоконтролю и упорству.

- взаимопомощь: эстафеты, весёлые старты, викторины развивают навыки сотрудничества, ответственности за общую работу и взаимной поддержки.
- преемственность поколений: встречи с мастерами спорта, приглашение тренеров и специалистов показывают пример подражания.
- патриотизм: участие в спортивных праздниках, проектах, связанных с важными датами в истории нашей Родины, формирует чувства гордости за страну, уважение к истории и традициям.
- жизнь: ведение здорового образа жизни - это занятия спортом, рациональное питание и внимание к своему физическому самочувствию, всё это помогает заложить основы ответственного отношения к себе и к окружающим.

Таким образом, данная практика направлена на создание целостной картины о развитии психофизических навыков у детей и накоплении ими двигательных умений, что позволит не только улучшить качество образовательного процесса, но и способствовать формированию гармонично развитой личности, способной к активному участию в жизни общества, что соответствует современным вызовам и требованиям.

В детском саду есть спортивный зал, где дети могут заниматься физкультурой. Также на территории есть спортивная площадка и футбольное поле, где проводятся активные игры и спортивные мероприятия. В каждой группе есть центр двигательной активности, где воспитанники могут выполнять различные упражнения самостоятельно. Создание комфортной и безопасной среды для занятий физической культурой, включая оснащение спортивных площадок и залов необходимым оборудованием обеспечивает потребности воспитанников всем необходимым.

Двигательные умения, представляющие собой сложные координированные движения, играют ключевую роль в физическом развитии детей. В процессе активной деятельности формируются не только физические навыки, но и психофизические способности, способствующие гармоничному развитию личности. Важность этого аспекта активно поддерживается в контексте традиционных российских ценностей, о которых упоминается в указах президента, акцентирующих внимание на значении физической культуры и спорта в воспитании подрастающего поколения.

Развитие двигательных умений у детей начинается с раннего возраста и включает в себя такие компоненты, как ловкость, сила, быстрота и выносливость. Эти характеристики являются основой для формирования более сложных двигательных навыков, необходимых для выполнения различных видов физической активности. Активные игры, спортивные секции и организованные занятия спортом предоставляют детям возможность не только развивать физические качества, но и формировать социальные навыки, такие как командная работа, сотрудничество и лидерство.

Важным аспектом формирования двигательных умений является разнообразие видов детской активности.

1. Организация физкультурных занятий, включающих разминку, основные упражнения и заключительную часть для восстановления. Занятия проводятся в различных формах, включая традиционные и сюжетные. В условиях сюжетных и традиционных занятий дети учатся следовать правилам, соблюдать очередность, проявлять терпение и взаимоуважение — ключевые элементы культуры совместной деятельности.

2. Проведение спортивных игр и эстафет на свежем воздухе, укрепляет организм, воспитанники учатся взаимодействию друг с другом, приобретают навыки командной

работы. Особое внимание уделяется организации спортивных мероприятий, которые способствуют не только физическому развитию детей, но и социализации воспитанников. Среди таких мероприятий — зимние и летние олимпиады, где дети соревнуются в скорости реакции, развивают координацию и выносливость, ловкость, силу.

3. Включение в занятия разнообразных видов спорта, таких как лёгкая атлетика, гимнастика, игровые виды спорта (футбол, баскетбол, волейбол), для всестороннего развития физических качеств.

4. Внедрение элементов двигательной активности в режим дня, например, динамические паузы во время занятий. Короткие активные перерывы помогают детям отдохнуть и восстановить силы, что позволяет им сохранить концентрацию и внимание на протяжении всего занятия. Активные движения во время паузы помогают воспитанникам развивать координацию, улучшать моторику и укреплять мышцы, что важно для общего физического развития.

5. Футбольные матчи между группами формируют технические навыки, командность, этику игры и уважение к сопернику. Проведение соревнований и турниров между группами повышает мотивацию и интерес к занятиям спортом. Умение справляться с неудачами на соревнованиях, восстанавливаться после усталости и сохранять мотивацию поддерживает эмоциональную регуляцию. Матчи способствовали развитию не только физических качеств, но и коммуникативных навыков: дети учились взаимодействовать в команде, договариваться, поддерживать друг друга. Одним из ярких событий в жизни детского сада стали футбольные матчи между группами. Летом дети с большим интересом и азартом участвуют в таких соревнованиях. Это не только способствует развитию физических качеств, но и учит детей работать в команде, поддерживать друг друга и радоваться успехам товарищей.

6. Патриотизм, как традиционная ценность, также играет важную роль в воспитании детей. Воспитание любви к Родине и уважения к её культуре формирует у детей чувство принадлежности и идентичности. Участие в спортивных соревнованиях или культурных мероприятиях, связанных с проявлением патриотизма, способствует не только физическому развитию, но и формированию моральных качеств, таких как командный дух и стремление к победе.

7. Организация спортивных праздников и дней здоровья с привлечением родителей и других участников образовательного процесса. Важным элементом практики является проведение спортивных праздников с участием родителей. Например, спортивный праздник, посвящённый 23 февраля, который проходил на улице. Такие мероприятия способствуют укреплению семейных связей и совместному времяпрепровождению в активной деятельности.

8. Кроме того, на территории детского сада в зимнее время силами педагогов и родителей для двигательной активности детей создаются снежные постройки, которые позволяют детям выполнять основные виды движений: прыжки, перешагивание, метание, подлезание и другие. Это способствует разнообразию двигательной активности и развитию различных физических качеств. Создание снежных построек стало естественной средой для развития основных видов движений.

9. Мастер – класс со знаменитыми спортсменами. Уважение к старшим — еще одна важная традиционная ценность, которая влияет на воспитание. В традиционном российском обществе старшее поколение играло роль наставников, передавая свои знания и опыт молодому поколению. Дети, находясь под влиянием таких отношений, учатся уважать авторитет и принимать советы, что в свою очередь способствует их личностному развитию. В январе 2026 года состоялась встреча с известным футболистом, мастером спорта СССР и тренером футбольной команды «Урал» — Камаловым Римом Раифовичем. Гость рассказал о важности спорта для здоровья и характера, провёл мастер-класс, показав базовые элементы игры в футбол. Это событие стало интересным мероприятием и

источником вдохновения для многих детей. После встречи с Римом Раифовичем воспитанники старших групп записались в детскую футбольную команду «Урал».

10. Проведение тематических занятий и бесед о важности физической активности и здорового образа жизни. С сентября 2025 по февраль 2026 года был реализован проект «Рюкзачок здоровья», в рамках которого воспитанники также принимали участие в разнообразных активностях, направленных на укрепление здоровья и развитие физических качеств. Проект позволил детям в игровой форме познакомиться с компонентами здоровья: спорт, питание, режим дня, гигиена. Через беседы, игры, эксперименты дети осознали, что здоровье – это ценность, которую нужно беречь.

11. Кроме спортивных мероприятий, в детском саду проводятся различные конкурсы и викторины, направленные на развитие интереса к физической активности. Например, кулинарный конкурс «Футбольный гурман», который помогает детям и родителям проявить творческие способности в презентации блюд. Интеграция двигательной активности и познавательного компонента через кулинарный конкурс позволила детям узнать о связи питания и спорта.

12. Также была организована интерактивная викторина «Футбольная викторина», созданная по сюжету игры «Своя игра». Интерактивная игра расширила знания детей о футболе, его истории и правилах, что способствовало развитию интеллектуальных способностей и интереса к спорту. Это мероприятие помогло детям не только проверить свои знания, но и активно двигаться, отвечая на вопросы.

13. Благодаря созданным условиям, проведенным мероприятиям воспитанники филиала МБДОУ – детского сада «Детство» детский сад № 40/228 участвуют в спортивных и танцевальных конкурсах и получают призовые места:

- Ритмы Детства – 1 место в 2025 году, 3 место в 2026 году (команда мальчиков);
- Юные затейники – 2 место;
- Фестиваль «Здоровье – 2025» победители районного уровня.

Таким образом, практика по приобретению детьми двигательного опыта и развитию психофизических качеств включает в себя разнообразные мероприятия, которые способствуют всестороннему развитию детей и формированию у них интереса к физической активности. Развитие психофизических навыков у детей и накопление ими двигательных умений в различных видах активности является важным аспектом их общего развития. В контексте традиционных российских ценностей, акцент на физическую культуру и здоровый образ жизни способствует формированию гармонично развитой личности. Учитывая значимость двигательной активности для здоровья и социализации детей, необходимо продолжать работу по созданию условий для активного участия детей в разнообразных формах физической активности, что в свою очередь, будет способствовать формированию ответственного и инициативного поколения. Полученный опыт может быть использован в дальнейшей работе филиала МБДОУ – детского сада «Детство» детский сад № 40/228 для создания целостной системы физического воспитания и духовно-нравственного развития дошкольников.