

Пояснительная записка
к программе Н.Н. Ефименко «Театр физического воспитания и
оздоровления детей дошкольного и младшего школьного
возраста.» -М., Линко-Пресс, 1999., 256 стр.

Актуальность. Авторская программа Н.Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста.» совершенно нового методического уровня, фундаментально научно обоснованная, предполагающая приоритеты Естественного, Здорового, Гуманитарного, Гармонического! Данная программа базируется на десяти педагогических заповедях и восьми «золотых формулах» двигательного развития детей, согласно которым главной задачей педагога является не обучение детей основным видам движений, а создание оптимально двигательно-игровых условий для эффективной реализации детьми их природного двигательного потенциала.

Цель и задачи программы: основополагающей целью является – создание таких двигательно-игровых условий, при которых ребенок под руководством взрослого сможет в соответствии с эволюционной логикой освоить базовую двигательную программу, что обеспечит предпосылки для наиболее эффективного психофизического созревания и заложит основы дальнейшего гармонического развития личности.

К задачам физического воспитания относятся:

- оздоровительно-профилактические (коррекционные);
- развивающие;
- воспитательные;
- обучающие;

Оздоровительно-профилактические (коррекционные) задачи:

Данный блок следует разделить на две основные группы, которые бы учитывали как оздоровительное воздействие на организм ребенка, так и решали бы коррекционные задачи:

Общеобразовательные:

- развитие и улучшение адаптивных возможностей ребенка к изменениям внутренней среды организма (изменение частоты дыхания, ЧСС, противодействия вирусным инфекциям и т.д.) и воздействия факторов внешней среды (резкие колебания температуры воздуха, воды, изменения солнечной и корково-земной активности и т.п)
- увеличение функциональных возможностей различных систем организма в соответствии с возрастными особенностями;
- развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата в соответствии с эволюционной логикой («Онтогенез повторяет филогенезис!»);
- профилактика нарушений осанки и положений конечностей.

Коррекционные:

- коррекция неестественных позынотонических реакций;

- коррекция неправильных положений тела и конечностей во время сна и бодрствования;
- коррекция нарушений осанки;
- коррекция неестественных установок конечностей;
- коррекция нарушений физиологических кривизн позвоночного столба;
- коррекция стопных нарушений;
- коррекция задержки того или иного этапа двигательного развития ребенка;
- коррекция двигательных нарушений по гипертоническому типу (повышенного мышечного тонуса, тугоподвижности в суставах, сгибательных установок в конечностях и т.д.);
- коррекция двигательных нарушений по гипотоническому типу (снижение мышечного тонуса, разболтанность в суставах, сгибательных установок в конечностях и т.д.)
- коррекция двигательных нарушений по дистоническому типу (когда имеет место сочетание пониженного мышечного тонуса с повышенным).

Развивающие:

- развитие мышц шейно-воротниковой зоны;
- развитие мышц плечевого пояса и рук;
- развитие опорно-двигательных реакций с упором на руки, на четвереньках, сидя, на коленях, стоя;
- развитие силы мышц туловища и нижних конечностей;
- развитие чувства схемы собственного тела и ориентировки в пространстве;
- развитие вестибулярных реакций;
- развитие глобальной координации между туловищем и всеми конечностями;
- развитие двуручной координации;
- развитие мелкой моторики кистей и пальцев рук;
- развитие диапазона мышечно-суставных и кожных ощущений (сенсорное обследование)
- развитие музыкально-ритмических двигательных проявлений;

Воспитательные:

- формирование положительных эмоций при выполнении движений, преодоление различных препятствий;
- привитие естественного стремления к двигательной активности, включая самостоятельную.

Обучающие:

- создать оптимально-игровые условия для эффективного формирования у детей основополагающих статолокомоторных функций: «лежания», переворачивания, разворачивания в положение лежа, ползания по-пластунски, принятия поз на четвереньках, ползания на четвереньках, присаживания, «сидения», вставания, стояния, ходьбы с поддержкой, самостоятельной ходьбы без препятствий, а затем и с их преодолением, элементов лазания по вертикальным конструкциям, элементов бега и подскоков.