

## *Физкультура для мальчиков и девочек.*

В физкультурно - образовательной деятельности и подвижных играх соблюдается гендерный подход. Структура образовательной деятельности обычна, а вот содержание имеет различия и отражает особенности мужественного начала у мальчиков и женственного у девочек.

Благодаря физической активности тренируется сердечно - сосудистая система, формируется правильное дыхание, увеличивается жизненная емкость легких, повышается общая выносливость организма



Учет половых особенностей дошкольников на занятиях физической культурой ведется по нескольким направлениям. Это подбор упражнений, методика обучения сложным двигательным действиям, физической нагрузки, педагогическое руководство двигательной

деятельностью детей, участие детей в играх - соревнованиях, двигательные предпочтения детей, взаимодействие детей в процессе выполнения физических упражнений, система поощрений, требования к качеству выполнения заданий, инвентарь и оборудование, расстановка и уборка снарядов, диагностика физического состояния.

Следует помнить, что девочки в большей степени нуждаются в побуждении в двигательной деятельности. Именно на них следует обращать больше внимания при организации подвижных игр. Мальчики, как правило сами находят развлечения большой двигательной активности, либо сразу присоединяются к организованной двигательной деятельности. Необходимо учитывать различия эмоциональности детей. Нужно помнить, что мальчики чаще задают вопросы взрослым ради получения какой-то информации, поэтому и ответ педагога должен быть очень конкретным, а девочки задают вопросы для установления контакта с взрослыми, и поэтому в общении с

ними педагогу следует больше обращать внимание на дружелюбный тон высказывания.

Двигательные предпочтения детей. Дети предпочитают те упражнения, которые у них лучше получаются. Мальчики любят спортивные игры. Ленты, скакалки, обручи- предметы девочек. Центр тяжести у девочек находится ниже, они легче справляются с упражнениями на равновесие. Мальчикам в это время лучше ползать по гимнастической стенке. В то же время это усредненный подход к двигательным предпочтениям. Необходимо учитывать не только половые, но и индивидуальные способности, склонности и интересы детей, так как девочки иногда проявляют способности к упражнениям с видимой мальчишеской направленностью и наоборот. Педагог не должен подавлять стремление заниматься определенным видом двигательной деятельности (если только это не вредит здоровью). В то же время стойкий интерес детей к несвойственной двигательной деятельности должен стать поводом для размышлений педагогов и родителей.

Взаимодействие детей в процессе выполнения физических упражнений. У дошкольников преобладают игровые объединения однородные в отношении пола, входящих в них детей, поэтому при стихийном образовании команд они чаще всего бывают однополыми. Однако бывают исключения. Девочкам мускулиного типа больше нравится общество мальчишек. Феминные мальчики избегают контактов со сверстниками своего пола, а так же с мускулиными девочками.



Система поощрений и наказаний. Поощряя или наказывая дошкольников, необходимо учитывать различие в реакции детей разного пола на оценку их деятельности. Для мальчиков очень важно, что конкретно оценивается в их деятельности, а для девочек - кто их оценивает и как. Для мальчика важно знать, хорошо ли он выполнил задание, и не очень важно, как оценивается

взрослым его поведение. Для девочки важнее, понравилась ли она. Недовольство действиями мальчика следует выразить в нотации короткой, но ёмкой по смыслу. Положительную оценку деятельности мальчика и девочки следует давать разными словами.

Для мальчика более значимо слово «молодец», а у девочки оно не вызывает такого эмоционального отклика. Девочку лучше оценивать другими словами, например, «умница».

Спортивный уголок у вас дома. В детском гимнастическом уголке могут заниматься и сын, и дочка. Позаботьтесь о мягком покрытии пола и обеспечьте надежную страховку для предотвращения падений с высоты.

Лазание по гимнастической лестнице, по канату развивает ловкость, тренирует вестибулярный аппарат. Кроме того, девочкам будет полезно висеть на кольцах – это укрепляет мышцы спины и предотвращает нарушение осанки. Мальчикам – переворачиваться на турник и подтягиваться.



Используя простейшие тренажеры и личный пример, вы не только приобщите ребенка к здоровому образу жизни, разовьете его двигательные навыки, но и сформируете адекватную полую модель поведения и специфические мужские или женские черты.

Но самое ценное – это общение, совместная деятельность, которая сближает родителей и детей, помогает лучше понять друг друга и дарить незабываемые минуты радости.

Информацию подготовила Сафонова Н.С.