

Развитие личности дошкольника в процессе занятий физическими упражнениями

Основные понятия: личность, физические и психические функции, двигательные инсценировки, проблемно-двигательные задачи, конструирование игрового образа, творчество, самооценка, рефлексивность, самоконтроль.

Многие прогрессивные деятели науки утверждали, что физическое и психическое выступает в человеке в единстве и во взаимосвязи, поэтому соответствующая организация двигательной деятельности может стать фактором формирования личности в целом.

Известно, что знаменитый философ и педагог Джон Локк, был одним из первых исследователей, рекомендовавших физические упражнения не столько для развития физических способностей, сколько для укрепления воли, характера человека. Его педагогическая система сочетала в себе три аспекта – физическое воспитание, воспитание души (нравственное воспитание) и образование, т.е. такое состояние, которое может быть выражено формулой "здоровый дух в здоровом теле". Генрих Песталоцци физическое воспитание рассматривал в теснейшей связи с трудовым и нравственным. Он предлагал создать систему последовательно выполняемых упражнений, которая не только разовьет ребенка в физическом отношении, но и подготовит его к труду, сформирует трудовые навыки, даст возможность поупражняться в нравственных поступках, проявить волю, выдержку, самообладание.

Этой же мысли придерживался основатель научной системы физического образования в России, крупный ученый-педагог П.Ф. Лесгафт. По его мнению, воспитание должно осуществлять формирование нравственных качеств человека и его воли, а образование – поступательное умственное, эстетическое и физическое развитие. Между умственным и

физическим развитием существует тесная связь, и всякое одностороннее развитие непременно разрушит гармонию в образовании.

Знаменитый педагог современности В.А. Сухомлинский физическую культуру относил не только к культуре тела и здоровья человека, но и к таким сложным сферам человеческой личности, как моральные и эстетические критерии, оценка окружающего мира, самооценка.

Следуя идеям педагогов-классиков, современные ученые доказывают, что здоровье детей, физическая подготовленность, гигиенические умения и навыки определяют состояние их психики, общий уровень культуры, степень разносторонности развития.

Такая тесная взаимосвязь физических и психических функций ребенка объясняется тем, что развитие любого двигательного качества связано, с одной стороны, с совершенствованием психической деятельности (улучшением психических функций внимания, восприятия, памяти, мышления, без которых невозможна практическая деятельность), а с другой – развитием центрально-нервных механизмов, среди которых главную роль играет созревание коркового отдела двигательного анализатора и формирование его связей с иными отделами мозга. Общий механизм этих взаимоотношений представлен следующим образом. Каждый двигательный акт осуществляется в пространстве и времени, поэтому активно передвигающийся ребенок получает возможность приобрести в единицу времени большой объем информации, что и способствует ускоренному формированию его психики (Г.М. Кольцова).

Творчество относят к числу фундаментальных личностных новообразований дошкольного детства. Многие ученые творчество считают наиболее содержательной формой психической активности дошкольника, которую можно рассматривать как универсальную способность, обеспечивающую успешное выполнение самых разнообразных детских деятельностей. В широком смысле творчество - это деятельность, порождающая нечто новое, неповторимое и поэтому основным показателем

творчества является новизна, проявляющаяся как в конечном продукте, так и в характере самой деятельности. Главную роль в формировании творчества ученые отводят воображению. Воображение рассматривается как универсальная функция, присущая человеку всегда и проявляющаяся в разных видах деятельности, независимо от того, на каком содержании оно было сформировано. Процесс воображения носит глубоко личностный характер. Его результатом является формирование особой внутренней позиции и возникновение личностных новообразований: стремление изменить наличную ситуацию, умение находить новое в известном, игровое отношение к действительности. Взаимодействуя разнонаправленно с другими познавательными процессами (мышление, восприятие), с эмоционально-волевой и поведенческой сферой личности, воображение обуславливает широкий круг возможностей на уровнях деятельности и психики. Особенность воображения оперировать образами и преобразовывать их в условиях отсутствия полноты информации указывает на воображение как на основу человеческого творчества. Интегрированные функции воображения относятся к таким высокоразвитым характеристикам детской деятельности, как самоорганизация, самоуправление, самоинициатива.

Содержание функции воображения в дошкольном возрасте составляют четыре основных компонента:

- опора на наглядность;
- использование прошлого опыта;
- наличие особой внутренней позиции (умение создавать собственные замыслы);
- умение гибко использовать ранее полученные знания, творчески применять их в зависимости от конкретных условий.

В двигательной деятельности средствами развития творчества дошкольника выступают: физические упражнения, подвижные игры, двигательные инсценировки, проблемно-двигательные ситуации и задачи.

Физические упражнения – двигательные действия, направленные на реализацию задач физического воспитания. С одной стороны, физические упражнения рассматриваются как конкретное двигательное действие, с другой – как процесс многократного его повторения с целью воздействия на физические и психические свойства человека. Н.А. Бернштейн, изучая биомеханику движений, доказал, что простое двигательное действие, даже доведенное до автоматизма, в своих конкретных реализациях всегда неповторимо. Поэтому двигательное действие – это повторение без повторения. Все двигательные действия, которым овладевают дети, сначала выступают как предмет подражания, затем являются основанием, для построения новых, более сложных двигательных действий. В дальнейшем они используются в качестве исходного материала, для развития психофизических качеств личности. Особенно характерно подражание для движений детей младшего дошкольного возраста. Малыши взмахивают руками, "как птички", прыгают, "как воробышки", кружатся, "как листочки". Стремление ребенка к одухотворению предметов и явлений объясняется желанием придать изображаемому образу живой характер. Подражательность и имитация сохраняют свое значение и в старшем дошкольном возрасте, обеспечивая вхождение ребенка в роль, осмысленное восприятие игровой ситуации. Однако старшие дошкольники быстрее извлекают из своего опыта набор способов двигательных действий, обеспечивающих наибольший эффект в данной игровой ситуации.

Двигательные инсценировки учат ребенка «ощущать» движение (А.В. Запорожец). Реальным отображением этого является вхождение в образ, условной постановки себя на место того, кто является носителем эталона. Творчество проявляется в правдивом изображении персонажа. Передача характера персонажа возможна с помощью средств образной выразительности (мимики, жеста, позы, походки и т.п.). Использование этих средств для передачи двигательного образа требует соответствующей подготовки, выработки умений пользоваться ими. Чтобы понять, каков герой,

надо научиться анализировать его поступки, оценивать их, понимать мораль произведения. Во многом это зависит от личного опыта ребенка: чем разнообразнее его впечатления об окружающей жизни, тем богаче воображение, чувства, движения. В младшем дошкольном возрасте у детей появляется способность передавать образное движение, однако в этот период ребенок не способен передавать образ в развитии. К пяти годам у детей появляется эта способность, и они могут передавать различные состояния персонажа, а также его поведение в соответствующих обстоятельствах. При конструировании образа основными приемами творческого мышления выступают комбинирование и аналогизирование, при этом прием комбинирования является ведущим.

К двигательным инсценировкам относятся также занятия с картинками. Дети показывают действия, изображенные на картинке, «оживляют» их, знакомое упражнение «обновляют» новыми структурными частями. Образы, раскрываемые в таких занятиях, соответствуют характеру разучиваемого движения, помогают создать правильное зрительное представление о нем, а возникающие при этом положительные эмоции побуждают детей многократно повторять одно и то же упражнение, комбинировать варианты двигательных действий. В результате неоднократного использования одних и тех же способов выполнения движений в разных ситуациях дети приходят к их обобщению, что делает движение осознанным.

Проблемно-двигательные ситуации и задачи – это особое состояние субъекта, которое требует открытия новых знаний о предмете, способах или условиях выполнения действия. Проблемная ситуация складывается тогда, когда прежние знания, способы и средства выполнения деятельности недостаточны для разрешения задачи, но у ребенка несмотря на это возникает актуальная потребность ее решения. Главным элементом в проблемной ситуации является неизвестное, новое, то, что должно быть открыто для правильного выполнения действия, правильного выполнения поставленного задания. Такая ситуация переживается ребенком как нечто

непонятное, неожиданное, тревожащее и удивляющее. Преодолевая противоречие между имеющимся уровнем знаний и тем, что требуется, ребенок переходит на другой этап развития. Невозможность выполнения задания с помощью ранее усвоенных знаний приводит к появлению потребности в психических новообразованиях (знаниях, способах действий), которые позволяют разрешить возникшее противоречие. В ходе разрешения проблемной ситуации она превращается в проблемную задачу. В качестве одного из главных компонентов проблемной задачи психологи называют неизвестное, раскрываемое в проблемной задаче, т.е. новое знание, которое ребенок должен усвоить, разрешая противоречие.

Проблемные задачи возникают в следующих ситуациях:

- когда педагог преднамеренно сталкивает жизненные представления детей с фактами, объяснить которые они не могут – не хватает знаний, жизненного опыта;
- когда ребенок побуждается к самостоятельному выдвижению двигательных гипотез.

Примеры использования проблемных ситуаций и задач в физкультурном занятии могут быть следующие:

- придумать и выполнить движения для необычной ситуации. В зависимости от выбора движений дети создают образы с различной «степенью фантастичности». Она усиливается при применении таких широко известных приемов, как агглютинация (соединение в одном образе любых элементов движений, в результате чего получается причудливый образ);
- придумать и выполнить движения на предложенную тему. Задача в том, чтобы не просто активизировать ассоциативное поле ребенка, а расширить его за счет осознанного управления процессом генерирования ассоциаций. Процесс этот тесно сопряжен с опытом и памятью ребенка;
- придумать к движению как можно больше его аналогов. Называется какое-либо движение; необходимо придумать и показать как можно больше других движений, похожих по технике выполнения на

называемое. Вопрос здесь выступает как ведущий прием, который стимулирует мышление и воображение ребенка;

- придумать и выполнить противоположное движение. Показывается какое-либо движение. Надо придумать как можно больше других, противоположных данному. Основное средство – ассоциация по сходству;

- поиск вариантов выполняемого движения. Берется движение, сложность которого определяется возрастом детей. В основе задания лежит искусственное комбинирование элементов известного движения, которое нужно усовершенствовать с различными элементами других упражнений;

- решение двигательных парадоксов. Детям предлагается найти способ действия в задании, которое не поддается практическому разрешению (пройти по приподнятой веревочке). Процесс связывания слова и двигательного действия имеет закономерный характер. Посредником при этом выступает некоторое «общее впечатление», включающее разнообразные чувственные, эмоциональные и смысловые ассоциации. Но в парадоксах нет жесткой однозначной связи слова и движения, и дети пытаются найти выход из ситуации: одни проходят рядом с палочкой, другие – перешагивают через нее, третьи – перепрыгивают. Появляется возможность творческого применения двигательного опыта в новых условиях.

Умение проектировать, создавать, преобразовывать движение, изменять его структуру показывает необходимость не "натаскивать" ребенка на какой-то взятый для него извне вариант выполнения двигательного действия, а формировать способность выстраивать свой способ решения двигательной задачи, исходя из условий, особенностей и возможностей своего организма.

Оценка ребенком себя (самооценка) выражает его представления о собственном развитии. В значительной степени самооценка определяет активность личности, а вместе с тем – отношение к себе и другим. Складывается самооценка на основе опыта, который ребенок приобретает в

результате функционирования своего тела, оценок социального окружения, культурных норм, стереотипов, эталонов поведения. Сопоставляя результаты своих действий с результатами действий других, ребенок получает новые знания о себе.

В дошкольном возрасте при формировании самооценки одну из главных функций выполняют рефлексивные методы работы. Рефлексивность рассматривается учеными как способность выходить за пределы собственного "Я", осмысливать, изучать, анализировать что-либо посредством сравнения образа своего "Я" с какими-либо событиями, личностями; рассматривается и как умение конструировать и удерживать образ своего "Я" в контексте переживаемого события, как установку по отношению к самому себе в плане своих возможностей, способностей.

С помощью рефлексивных методов работы дошкольники учатся проявлять собственные размышления, оценивать свои возможности, осознавать и анализировать двигательную деятельность, а также свое собственное психологическое состояние в процессе ее выполнения. Большую роль в формировании самооценки играет деятельность, в которой существует определенная иерархия задач различной степени трудности, причем результаты их достижения (успехи и неудачи) легко определяются самими детьми.

Так, в младшем и среднем дошкольном возрасте дети учатся самостоятельно выполнять естественные виды движений, рассказывать о том, как оно будет выполняться, создавать первоначальный образ двигательного действия (зайчик прыгает, птичка летает и т.д.), адекватно воспринимать успех и неудачу.

В старшем дошкольном возрасте они выступают инициатором двигательной деятельности, проявляют собственную позицию в ее построении, учатся объяснять свои действия, самостоятельно находить и исправлять ошибки, оценивать свои действия и физические возможности (особенности своей физической подготовленности).

В дошкольном возрасте развитие самооценки тесно связано с развитием интеллекта ребенка, его высших психических функций: мышления, памяти, внимания, восприятия. Они привлекают внимание дошкольника к его собственным способностям, являются обязательным условием возникновения «личного самосознания».

В старшем дошкольном возрасте на основе самооценки возникает саморегуляция собственной деятельности (контроль над своим поведением). Наиболее успешно самоконтроль развивается в ситуации взаимоконтроля дошкольниками друг друга. При взаимопроверке, когда дети меняются функциями "исполнителя" и "контролера", у них повышается требовательность к своей деятельности, желание выполнить ее лучше, стремление сравнить ее с деятельностью других. То есть, ситуация самоконтроля дает стимул для освоения самоконтроля. На занятиях по физической культуре основными методами формирования самоконтроля выступают:

- широкое использование наглядных средств обучения (рисунки, схемы);
- акцентированный показ двигательного действия с выделением ведущих элементов движения и контрольных точек самоконтроля;
- исполнение вариативных действий по образцу;
- обсуждение с детьми способов выполнения двигательного действия;
- восприятие двигательного действия в медленном темпе;
- выполнение двигательного действия с проговариванием ведущих элементов и точек самоконтроля;
- оценка действий другого, а потом своих.

При выполнении физических упражнений «ориентирующую» и «стимулирующую» функцию выполняет педагогическая оценка, которая должна даваться детям с учетом «зоны ближайшего развития», а также сравнения сегодняшних успехов ребенка в двигательной деятельности с прежними достижениями. Негативная оценка проявленных двигательных

способностей не должна переноситься на общую оценку личности («ты плохой»).

В организованном обучении взрослый не должен ограничивать инициативу и самостоятельность детей. Даже на целенаправленных обучающих занятиях более значимым должно быть не прямое, а косвенное обучение. При косвенном обучении педагог намеренно приглушает свою субъектность в пользу ребенка, тогда как при прямом обучении он всегда находится в подчеркнутой позиции «над ребенком». Прямое обучение может быть вполне эффективным, однако, в подтверждение установок личностно ориентированного физического воспитания, инициатива и свобода самоопределения ребенка при этом не должны страдать. Важно, чтобы и при прямом обучении ребенок оставался субъектом своих действий. Это является залогом формирования объективной самооценки.

Вопросы и задания для самоконтроля:

- Раскройте взаимосвязь физических и психических функций ребенка.
- Покажите условия развития и проявления творчества ребенка в двигательной деятельности.
- Какие рефлексивные методы работы способствуют формированию самооценки дошкольника?
- Назовите методы формирования самоконтроля двигательных действий ребенка на занятиях физической культурой в детском саду.

Литература

1. Дорожнова, К.П. Роль социальных и биологических факторов в развитии ребенка / К.П. Дорожнова. – М.: Медицина, 1983. – 160 с.
2. Колидзе, Э.А. Личностно-ориентированное физическое развитие ребенка: учебное пособие / Э.А. Колидзе. – М.: Московский психолого-социальный институт. – 2006. – 464 с.
3. Кольцова, М.М. Двигательная активность и развитие функции мозга ребенка / М.М.Кольцова. – М.: Педагогика, 1973. – 79 с.

4. Шебеко, В.Н. Формирование личности дошкольника средствами физической культуры: монография / В.Н. Шебеко. – Минск: Бел. гос. пед. ун-т им. М.Танка, 2000. – 179 с.

5. Шебеко, В.Н. Формирование самооценки ребенка дошкольного возраста в процессе двигательной деятельности / В.Н.Шебеко // Мир спорта. – 2008. - № 1. С. 64-69.

6. Шебеко, В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учебное пособие / В.Н. Шебеко. – Минск: Высшая школа, 2010. – 384 с.

7. Шишкина, В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику? / В.А. Шишкина, М.В. Мащенко. – Мозырь: «Белый ветер», 2005. – 137 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ