

# РУКОВОДСТВО ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ МАЛОПОДВИЖНЫХ ДЕТЕЙ

В.И. Михалевич, В.Н. Шебеко

Двигательная активность ребенка дошкольного возраста является необходимым условием формирования всех систем и функций организма. Систематические физические упражнения благоприятно влияют на функциональное состояние головного мозга, улучшают настроение, сон, повышают работоспособность. В исследованиях ученых двигательная активность обозначена как естественная потребность ребенка в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием его разностороннего развития [4, 6].

В первые годы жизни у ребенка имеет место врожденная мотивация двигательной активности, так называемая кинезофилия, которая обеспечивает естественную организацию его двигательной активности. Кинезофилия определяется врожденными биологическими механизмами и претерпевает изменения на протяжении индивидуальной жизни человека. По мере развития ребенка, без специального подкрепления, мотивация становится менее яркой, слабеет и уже в меньшей мере определяет спонтанную двигательную активность. Изучая мотивы двигательной активности детей дошкольного возраста, ученые установили, что большей частью дети действуют под влиянием возникающих в данный момент ситуативных чувств и желаний, выбор вида физического упражнения часто обусловлен случайными внешними обстоятельствами [2].

Потребность в движении в исследованиях авторов рассматривается не только как функция возраста, обусловленная соответствующими изменениями организма [4]. В настоящее время общепризнанными критериями оценки суточной двигательной активности детей являются: продолжительность, объем и интенсивность. Индивидуальные различия в этих показателях настолько велики, что специалисты рекомендуют условно делить детей на группы большой, средней и малой подвижности, что дает определенные ориентиры для руководства

двигательной деятельностью воспитанников [6]. Исследователи утверждают, что принятое деление детей на группы большой, средней и малой подвижности дает некоторые ориентиры для руководства двигательной деятельностью детей, но в данных характеристиках заложены усредненные оценки, не учитывающие индивидуальную, т.е. оптимальную подвижность ребенка. Более точно характеризуют уровень подвижности детей понятия: оптимальная двигательная активность, биологически недостаточная (малоподвижность), неадекватная (гиперподвижность). Таким образом, дети могут быть определены в три основные группы: оптимально подвижные, малоподвижные, гиперподвижные. Последние две – группы риска, требующие обязательной коррекции.

Сравнительный анализ групп детей большой и малой подвижности показывает, что деятельность гиперподвижных детей маломотивирована, преобладают игры и физические упражнения высокой степени интенсивности (бег наперегонки, друг за другом, прыжки в длину с разбега). Детей отличает двигательная расторможенность, суетливость.

Малоподвижных детей характеризует общая вялость, пассивность, дети робки в общении, быстрее других устают, выбирают деятельность, не требующую активных движений, часто уходят в сторону, чтобы не мешать действовать другим. Малая подвижность – фактор риска для развития ребенка. Она объясняется его нездоровьем, отсутствием условий для активных движений, неблагоприятным психологическим климатом, слабо развитыми двигательными умениями и навыками.

В практике работы дошкольного учреждения выявление двух обозначенных выше групп дает возможность педагогу осуществлять дифференцированный подбор двигательного материала. Особое внимание уделяется оптимизации двигательной активности малоподвижных детей: развитию двигательных умений и навыков, обогащению состава движений, стимулированию игрового содержания, развитию навыков самостоятельности, увеличению силы побуждения мотива на основе эмоциональной регуляции двигательной деятельности. Значительное место отводится показу разнообразных движений,

при этом учитываются индивидуальные проявления каждого ребенка, его интерес к играм и движениям. Предпочтительными в работе с малоподвижными детьми выступают активные действия, не требующие точности их выполнения: бросить мяч вдаль, прыгнуть из обруча в обруч и др.

Одним из факторов, вызывающих положительные эмоции детей к двигательным действиям является физкультурно-игровая среда. По мнению А.Н. Леонтьева, наглядный материал (предметы окружающего мира) служит внешней опорой внутренних действий, совершаемых ребенком под руководством педагога [3]. В условиях двигательной деятельности физкультурно-игровая среда стимулирует у детей не только желание выполнять движения, но и познавательную и творческую активность, при условии, что она соответствует «зоне актуального развития» самого слабого ребенка и «зоне ближайшего развития» самого сильного [1]. Для создания разнородности и новизны физкультурно-игровой среды педагог в течение дня вносит различные физкультурные пособия в групповое помещение и по-разному группирует их. Это позволяет избежать однообразия движений, способствует повышению интереса, проявлению творческой инициативы, двигательной активности малоподвижных детей. Частая сменяемость физкультурных пособий позволяет обогатить игровой сюжет и наполнять его разнообразными движениями.

С целью повышения двигательной активности малоподвижных детей можно привлекать их к подготовке и расстановке пособий и оборудования для самостоятельной двигательной деятельности. Выполнение таких поручений вызывает у малоподвижных детей активные действия, желание в последующем выполнять движения. Когда дети приобретают определенный опыт, им предлагается расставить оборудование по схеме. Сначала предлагаются схемы, с помощью которых определяется место оборудования в зале или на участке, затем – схемы расстановки пособий и оборудования для каждой из игровых зон. Поскольку символы на схеме просты по внешнему виду и напоминают определенный вид физкультурного оборудования, то дети легко усваивают их в предварительно организованной дидактической игре «Посмотри и назови». В схемах используются любые условные обозначения, суть которых предварительно оговаривается с

детьми. Такие действия формируют у дошкольников умение творчески использовать среду: от умения действовать в готовой среде, к умению самостоятельного выбора пространства, инвентаря, к навыкам преобразования предметно-игровой среды и действий в ней.

В работе с малоподвижными детьми широко используется прием объединения детей разной подвижности для совместного выполнения движений и совместных игр, который способствует не только регулированию двигательной активности дошкольников, но и установлению мотивов положительных взаимоотношений со сверстниками [5]. Совместная двигательная деятельность, способствуют возникновению стремления к самоутверждению, соревновательного мотива. Постепенно дети начинают сравнивать свои двигательные успехи с успехами других, стремятся к достижению лучшего результата. Для того чтобы двигательные действия малоподвижных детей приобрели еще большую побудительную силу, необходимо способствовать приобретению ими эмоционального опыта. Эффективно использование подражательных игр, игр-драматизаций, проблемных ситуаций и заданий. Эмоциональный опыт учит детей выстраивать свои способы решения двигательных задач, находить оригинальные способы их решения. Когда такие ситуации создаются, дети с удовольствием двигаются.

#### Литература

1. Выготский, Л.С. Собрание сочинений / Л.С.Выготский; под ред. В.В. Давыдова: в 6-ти т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4: Детская психология. – 432 с.
2. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П.Ильин. – Спб.: Питер, 2000. - 512 с.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А.Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1975. – 303 с.
4. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагог. дошкол. учрежд., преподавателей и студ. педвузов и педколледжей / М.А.Рунова. – М.: Мозаика-Синтез, 2000. – 256 с.

5. Проблемы дошкольной игры: психолого-педагогический аспект / под ред. Н.Н. Поддьякова, Н.Я. Михайленко. – М.: Просвещение, 1987. – 180 с.

6. Шишкина, В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику: кн. для воспитателей дет. сада и родителей / В.А. Шишкина, М.В. Мащенко. – М.: Просвещение, 1999. – 80 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ