

# Современные приоритеты теории и практики физического воспитания детей дошкольного возраста

*В.Н. Шебеко, О.В. Латыговская*

**Аннотация.** В статье представлены современные задачи физического воспитания, рассматриваются направления работы, способствующие формированию физической культуры личности, субъектных качеств ребенка. Подчеркивается необходимость лично ориентированного физического воспитания детей.

**Ключевые слова:** задачи физического воспитания, направления физкультурно-оздоровительной работы, физическая культура личности, двигательный навык, знания, мотивация двигательной активности, рефлексивно-игровые технологии.

В современных исследованиях все больше признается активная природа ребенка и подразумевается последовательное отношение педагога к личности как к сознательному ответственному субъекту воспитательного воздействия. Педагогические проблемы рассматриваются в рамках лично ориентированного подхода, целью которого является не формирование личности с заданными свойствами, а создание условий для развития собственно личностных функций дошкольника: мотивации, рефлексии, самооценки, творчества [3]. С учетом положений лично ориентированного подхода современный процесс физического воспитания характеризуется следующими признаками: признание уникальности и своеобразия каждого ребенка; отношение к ребенку как к субъекту собственного развития; опора на естественный процесс саморазвития формирующейся личности; доверие к ребенку в выборе средств достижения поставленной цели; партнерские взаимоотношения педагога и детей.

Физическое воспитание детей – это педагогический процесс направленного использования факторов физической культуры, включающий обучение детей двигательным действиям, в результате которых формируются

двигательные умения, навыки и связанные с ними специальные знания, воспитание индивидуальных физических качеств и сопряженных с ними двигательных способностей (скоростно-силовых, координационных, выносливости), а также содействие на этой основе социализации личности, ее интеллектуальное, психологическое и творческое развитие. Основным механизмом физического развития детей выступает система физического воспитания. Она представляет собой единство цели, задач, средств, методов, форм работы, отвечающих современным характеристикам дошкольного образования: гуманизация образовательного процесса; приоритет здоровья и эмоционального благополучия ребенка; приобщение детей к общечеловеческим ценностям; обеспечение права ребенка на игру. Общая цель всей системы физического воспитания – формирование физической культуры личности дошкольника. Специфической целью физического воспитания является содействие воспитанию здорового, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту двигательными умениями и навыками, знаниями о физической культуре, обладающего способностью заботиться о собственном здоровье, проявлять самостоятельность, активность, творчество. Цель определяет задачи физического воспитания (оздоровительные, образовательные, воспитательные), которые конкретизируются с учетом возрастных особенностей развития детей. Решение оздоровительных задач направлено на охрану жизни и укрепление здоровья ребенка, совершенствование функций организма, повышение общей активности и работоспособности. В более конкретной форме оздоровительные задачи определяются повышением сопротивляемости организма влияниям внешней среды путем его закаливания, укреплением опорно-двигательного аппарата и формированием правильной осанки, укреплением мышц стопы и голени с целью предупреждения плоскостопия, гармоничном развитии всех мышечных групп, развитии физических способностей (координационных, скоростных, выносливости), помогающих детям овладеть жизненно важными двигательными навыками.

Образовательные задачи предусматривают формирование двигательных навыков, развитие двигательных способностей, освоение физкультурных знаний. Сформированные двигательные навыки и развитые двигательные способности позволяют дошкольникам достигать хороших результатов в двигательной деятельности [2]. Освоение физкультурных знаний формирует у ребенка правильное отношение к своему здоровью. Воспитательные задачи определяются тем, что в процессе освоения ценностей физической культуры происходит не простое накопление детьми умений и навыков, а развиваются и формируются субъектные качества личности (активность, самостоятельность, инициативность, способность к рефлексии). Круг умений, свойственных ребенку-дошкольнику как субъекту физкультурно-оздоровительной деятельности следующий: соблюдать правила заботливого отношения к своему здоровью (рассказывать о своем здоровье, пользоваться профилактическими средствами, способствующими сохранению здоровья, употреблять продукты полезные для здоровья, закаляться, соблюдать режим, защищаться от микробов); выступать инициатором двигательной деятельности (уметь самостоятельно построить комплекс общеразвивающих упражнений, организовать подвижную игру, объяснять свои двигательные действия, предвидеть их результаты, исполнять вариативные действия по образцу, создавать простейшие формы движений, способствующие оригинальности двигательных решений, выполнять двигательное действие с проговариванием ведущих элементов, самостоятельно находить и исправлять ошибки, реализовывать приобретенные двигательные навыки в интересных и полезных видах деятельности); пытаться оценивать собственные действия, соотносить характер выполнения движения с конкретной ситуацией (рассказывать о том, как будет выполняться упражнение, выделять элементы двигательного действия, обсуждать способы его выполнения, находить отличие и сходство в выполнении упражнения другими детьми, сравнивать свои действия с прежними собственными результатами); самостоятельно использовать в активной двигательной деятельности приемы саморегуляции

и самоконтроля, осознанного безопасного поведения. Задачи определяют направления физкультурно-оздоровительной работы: способствовать дальнейшему повышению функциональных возможностей организма ребенка, обеспечивать гармоничность телосложения; воспитывать у детей потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании; формировать культуру движений, способность использовать разнообразные способы выполнения двигательных действий, проявлять творчество; способствовать получению начальных теоретических знаний в области физической культуры; формировать первичные ценностные представления о здоровье, здоровом образе жизни, приучать самостоятельно, использовать накопленный опыт укрепления и сохранения здоровья; формировать навыки саморегуляции и осознанного безопасного поведения; способствовать появлению рефлексии (самостоятельной оценки ребенком своих возможностей и двигательных способностей). Комплексная реализация ведущих направлений физкультурно-оздоровительной работы обеспечивает единство решения воспитательных, обучающих и развивающих задач.

В системе физического воспитания дошкольников сложились разнообразные формы организации занятий физическими упражнениями. Основные из них: физкультурное занятие; физкультурно-оздоровительные мероприятия (утренняя гимнастика, физкультминутка, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, гимнастика после дневного сна); активный отдых (физкультурные досуги, праздники, туристические походы); индивидуальные мероприятия (индивидуально-групповые занятия, учитывающие состояние здоровья, особенности физического развития, физической подготовленности, двигательной активности, признаки психомоторной одаренности детей). Все это многообразие форм физического воспитания дополняется самостоятельной двигательной деятельностью детей, которая организуется в разное время дня (утром до завтрака, между занятиями, в часы игр после дневного сна, во время прогулок) и составляет не менее 2/3 общей двигательной активности детей [5].

Каждая из перечисленных форм организации физического воспитания имеет собственную целевую направленность и призвана решать свои специфические задачи. Игнорирование какой-то из форм существенно обедняет процесс физического воспитания и не способствует комплексному решению задач физкультурно-оздоровительной работы. Новое содержание физического воспитания детей вводится в практику новыми педагогическими технологиями, которые отражают взгляд авторов на ребенка, на закономерности его развития, на создание условий, которые формируют его здоровье, способствуют становлению личности, оберегают самобытность, развивают творческий потенциал каждого. Поскольку любая из ценностей физической культуры «работает» в той или иной мере на здоровье человека, возрастает роль валеологического воспитания, главной целью которого становится процесс формирования здорового образа жизни (ознакомление людей с многообразием традиционных и нетрадиционных средств и методов сохранения и укрепления здоровья, воспитание потребности в здоровом стиле жизни), а также формирование физической культуры личности [1].

Физическая культура личности – это устойчивое качество личности, определяющее заботу ребенка о поддержании в норме и совершенствовании своего физического состояния. Она – результат личностного осмысления, выработки представлений, отношений, убеждений, «программ поведения». В личностной физической культуре интегрируются структура самосознания, аспекты саморегуляции, самопознания, самоотношения. На этой основе формируется Я-концепция личности, обеспечивается ее устойчивое адаптивное культурное поведение в разнообразных условиях жизнедеятельности. Основными показателями физической культуры личности как свойства и характеристики отдельного человека выступают: уровень физического совершенства (физическое развитие, физическая подготовленность). Физическое совершенство составляет фундамент активной, социально значимой, физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности в целом; определенный уровень специальной

образованности (уровень знаний об организме, о физическом состоянии, о средствах воздействия на него и методах их применения); мотивационно-ценностные ориентации (мотивы, интересы, установки, убеждения, потребности). Они выражают совокупность отношений личности к физической культуре в жизни, профессиональной и созидательно-активной деятельности. В дошкольном возрасте важнейшим показателем физической культуры личности является физическая подготовленность детей, которая характеризуется совокупностью сформированных двигательных навыков, основных физических качеств. Необходимо обучать дошкольников рациональной технике выполнения физических упражнений, расширять объем двигательных умений и навыков, которые совершенствуются на последующих этапах жизни. Вторым ориентир в работе по формированию физической культуры личности – сообщение детям знаний о здоровье, здоровом образе жизни, физических упражнениях. Знания принято рассматривать как обобщенное отражение в сознании ребенка объективного мира, окружающей действительности. Они определяют кругозор личности, иерархию ее оценок, ценностей, результатов деятельности, формируют личностную позицию ребенка. Детям сообщаются знания о правилах сохранения и укрепления здоровья, правилах самодисциплины, правилах личной гигиены, правилах закаливания [4]. Третий ориентир в работе по формированию физической культуры личности – воспитание мотивации двигательной активности (интереса к двигательной активности, потребности в ней). В формировании мотивации двигательной активности значимую роль играют рефлексивные методы работы. Рефлексивно-игровые технологии направлены на сотрудничество взрослого и ребенка, диалогичность, творческий характер деятельности, предоставление ребенку свободы для принятия самостоятельных решений. С помощью таких технологий дети учатся осознавать и анализировать двигательную деятельность, а также свое собственное психологическое состояние в процессе ее выполнения.

Таким образом, современное физическое воспитание детей способствует осознанному отношению к здоровью, что позволяет довести до сознания ребенка необходимость заботливого отношения к собственному здоровью, учит проявлять инициативу и самостоятельность, принимать и реализовать решения, самоизменяться и самосовершенствоваться.

#### Литература

1. Виленский, М.Я. Основные сущностные характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности / М.Я. Виленский, Г.М. Соловьев // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 3. – С. 2-7.

2. Кольцова, М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка: роль двигательного анализатора в формировании высшей нервной деятельности / М.М. Кольцова. – М.: Педагогика, 1973. – 144 с.

3. Крулехт, М. Дошкольник и рукотворный мир: пед. технология целост. развития ребенка как субъекта дет. деятельности / М.В. Крулехт. - СПб.: Детство- Пресс, 2002. - 150 с.

4. Морозова, И.С. Формирование интеллектуального потенциала детей дошкольного возраста в процессе физкультурной деятельности / И.С. Морозова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – № 2. – С. 19-21.

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