

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ФИЗИЧЕСКОМУ И ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Под педагогическими условиями физического и личностного развития ребенка в процессе физического воспитания рассматривается совокупность мер и факторов, влияющая на содержание физического воспитания в учреждении дошкольного образования и способствующая реализации в физкультурно-оздоровительной работы спроектированной педагогом технологии физического и личностного развития детей.

Теоретический анализ имеющихся в этой области исследований (Н.Е. Веракса, А.Г. Гогоберидзе, М.В. Крулехт, В.Т. Кудрявцев, Э.А. Колидзе, Д.И. Фельдштейн) позволяет выделить следующие наиболее эффективные педагогические условия:

- целостное видение ребенка в рамках проектирования единого педагогического процесса;
- формирование у детей ценностного отношения к физической культуре и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- индивидуализация методов физкультурно-оздоровительной работы, подобранных с учетом состояния здоровья, физической подготовленности дошкольников;
- организация двигательной деятельности, способствующей развитию творческих способностей детей.

Целостность – это внутреннее единство, непротиворечивость, гармония как внутри самого объекта, так и во взаимодействии с окружающим миром. Ученые считают, что целостность – это синтез качеств, характеризующих высший уровень развития (М.В. Крулехт). В психолого-педагогической литературе представлено разное толкование целостности развития. Большая часть ученых определяет целостность как гармоничное сочетание всех сторон развития – физического, умственного, нравственного, эстетического

(А.Г. Гогоберидзе, С.А. Козлова, Н.И. Непомнящая). Толкование целостности как гармоничного сочетания всех сторон развития строится с опорой на детскую активность и содействует становлению ребенка как личности. Осуществляется оно в трех областях: физической, психической, психосоциальной.

Физическое развитие включает изменения форм и функций организма человека в течение его индивидуальной жизни. Оно характеризуется изменениями следующих показателей: телосложения (длина и масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, мышечная сила рук, становая сила); показателей здоровья (функционирование сердечно-сосудистой, дыхательной и центральной нервной систем, органов пищеварения и выделения, механизмов терморегуляции и др.), показателей развития физических качеств (силы, скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости и др.). Уровень физического развития – один из основных показателей социального здоровья населения. Зависит он от врожденных задатков и сложного комплекса социальных, экономических, гигиенических, климатических и других условий окружающей среды. Под влиянием неблагоприятных факторов он снижается, улучшение условий способствует его повышению.

Первые шесть лет жизни организм ребенка интенсивно растет и развивается. К трем годам вес тела достигает 14,5-15,0 кг, рост – 95,0-96,0 см, окружность грудной клетки – 52,0 см. К концу дошкольного возраста масса тела увеличивается в среднем до 21,5 кг, рост составляет – 116 см, окружность грудной клетки – 56-57 см. Активно формируются костная и мышечная системы. Скелет ребенка отличается от скелета взрослого. Новорожденный имеет большую голову, массивное туловище и короткие руки и ноги. Длина нижнего отрезка туловища (до лонного сочленения), составляющая у новорожденного 38% общей длины тела, в 3 года увеличивается до 42%, а у 6-летних достигает 49,5% (Е.Г. Леви-Гориневская). Костная система ребенка-дошкольника богата хрящевой

тканью. Кости мягкие, гибкие, недостаточно прочные. В них содержится значительное количество воды и только 13% минеральных солей. Суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается, сухожилия слабее и короче, чем у взрослых. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается у детей с 2-3 лет. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника, однако поясничный столб очень эластичен и из-за неблагоприятных условий внешней среды возникают различные нарушения осанки.

Мышцы у детей дошкольного возраста развиты относительно слабо и составляют 20-25% массы тела. Мышцы-сгибатели развиты больше, чем мышцы-разгибатели, поэтому дети часто принимают неправильные позы – голова опущена, плечи сведены вперед, спина сутулая. Развитие мышц идет в определенной последовательности. Сначала развиваются крупные мышечные группы, позднее мелкие. Поэтому маленьким детям легче даются движения всей рукой. Утомление мышц у дошкольников наступает очень быстро.

Кожа ребенка значительно тоньше и нежнее, чем у взрослого. Она легче подвергается ранениям. Кровеносные сосуды кожи эластичны и могут вместить большое количество крови. Через тонкую кожу кровь легко отдает свое тепло. Тепловое равновесие организма нарушается быстрее, чем у взрослого.

Сердечно-сосудистая система претерпевает на протяжении дошкольного возраста морфологические и функциональные изменения. Масса сердца увеличивается с 70,8 г у 3-4-летнего до 92,3 г – у 6-летнего ребенка. Частота сердечных сокращений колеблется в младшем дошкольном возрасте в пределах 85 – 105 уд/мин., в старшем – 78 – 99 уд/мин. Причем у девочек на 5-7 ударов больше, чем у мальчиков. Пульс изменяется в зависимости от физиологического состояния организма: во время сна уменьшается, в период бодрствования учащается. Отклонения в величине артериального давления встречаются сравнительно редко. В норме систолическое давление в возрасте

3 лет составляет 103 мм.рт.ст., в 4 года – 104, в 5 лет – 105, в 6 лет – 106 мм.рт.ст.

Особенностью развития отличается дыхательная система ребенка. К 3-4 годам устанавливается грудной тип дыхания, но к 6 годам еще не завершается строение легочной ткани. Верхние дыхательные пути относительно узкие, что ограничивает возможность легочной вентиляции, грудная клетка как бы приподнята и ребра не могут опускаться на выдохе так низко, как у взрослого, поэтому дети не в состоянии делать глубокие вдохи и выдохи. Через легкие у ребенка дошкольного возраста протекает значительно большее количество крови, чем у взрослого. Это удовлетворяет потребность детского организма в кислороде, вызываемую интенсивным обменом веществ.

Расширяется и обогащается двигательный опыт детей. Активно развиваются основные виды движений: ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание. По развитию основных движений и физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, координации движений) можно судить о совершенствовании не только костно-мышечного аппарата, но и центральной нервной системы ребенка. Основная дифференцировка нервных клеток происходит до 3 лет и к концу дошкольного возраста почти заканчивается. По мере развития нервной системы у детей появляются статические и динамические функции равновесия. Однако сохраняется большая возбудимость, реактивность и высокая пластичность нервной системы. Важнейшей особенностью развития нервной системы дошкольника является преобладание процессов возбуждения над торможением.

Вышеописанные результаты свидетельствуют о большой вариабельности и неоднородности морфофункциональных показателей и показателей физического развития детей, которые необходимо учитывать в процессе физического воспитания.

Психическое развитие охватывает изменения, имеющие отношения к мышлению, восприятию, памяти, рассуждениям, творческому воображению,

речи ребенка. Источник психического развития – общественный опыт, из которого ребенок через посредника (взрослого) получает материал для формирования психических качеств и свойств личности. Под руководством взрослых, в специально организуемой деятельности осуществляется взаимодействие ребенка и общества, происходит «вращение» ребенка в культуру, что и является, по мнению Л.С. Выготского, развитием в собственном смысле этого слова. Однако уже в дошкольном возрасте психическое развитие ребенка определяется не только социальными условиями, а и внутренней позицией – складывающимся у ребенка определенным отношением к миру людей, к миру вещей и к самому себе. Вторая линия психического развития характеризуется тем, что ряд психических образований – когнитивного, эмоционального, личностного характера – формируются и усложняются в основном в русле собственной активности дошкольника. Собственная активность ребенка полностью определяется им самим, детерминирована его внутренним состоянием. Дошкольник в этом процессе выступает как полноценная личность, творец собственной деятельности, ставящий ее цели, ищущий пути и способы их достижения. Именно эта активность является определяющей характеристикой развивающейся личности, позволяя ей выходить за пределы накопленного опыта.

Ученые отмечают фазовый характер собственной активности ребенка, которая в повседневной жизни и на занятиях в детском саду сменяется совместной активностью со взрослым, затем ребенок вновь выступает как субъект собственной активности и т.д. Два типа активности последовательно сменяют друг друга, взаимодействуя и, главное, взаимообогащаясь в этом процессе. Собственная активность ребенка, так или иначе, связана с активностью, идущей от взрослого, а знания и умения, усвоенные с помощью взрослого, затем становятся достоянием самого ребенка, и он действует с ними как со своими собственными. Именно поэтому необходимо устанавливать гармоничные соотношения между процессами развития,

детерминированными действиями взрослого и процессами саморазвития ребенка, так как выделенные линии – это две стороны единого процесса психического развития детей.

В теории дошкольного образования психическое развитие ребенка рассматривается в единстве с развитием его личности. Исходя из этого положения, основные направления развития психики (способов и механизмов выполнения деятельности) находятся во взаимодействии с направлениями личностного развития (направленности, ценностных ориентаций, уровня притязаний, самосознания, способов взаимодействия с миром). Общим для развития психики и личности является их системность, интегративность, компенсаторность.

Психосоциальное развитие ребенка определяется опытом социального взаимодействия и установления межличностных отношений со сверстниками. На протяжении дошкольного возраста стремительно увеличивается структурированность детского коллектива, устойчивость избирательных предпочтений детей, устойчивость и количественный состав детских объединений. Установлено, что эмоциональное самочувствие ребенка зависит от характера отношений со сверстниками. Популярность ребенка в этой среде определяется: уровнем развития его общительности и навыков коллективного общения; игровыми умениями; личностными качествами самого ребенка. Поэтому, прежде чем вывести ребенка на уровень взаимоотношений, следует научить его видеть сверстника как социально значимое существо, развить воображение, связанное с предвосхищением проблемных ситуаций, обогатить эмоции, возникающие в ответ на восприятие человека. Среди разнообразных форм и методов, используемых в педагогическом процессе для формирования социального поведения и культуры детей дошкольного возраста, важнейшее значение придается игре, игровой деятельности. Дошкольная педагогика ставит вопрос о том, чтобы все запросы, интересы, общение детей были организованы и удовлетворены преимущественно с помощью игр. При этом

подчеркивается важное значение подвижных игр в воспитательно-образовательной работе детского сада.

Ценность – это понятие, которое получило распространение в социологии при изучении личности и социального поведения. В философском и социологическом значениях в ценностях воплощена значимость для человека и общества предметов и явлений социальной среды. Ценности являются социально-приоритетными элементами структуры личности, выступают как фиксированные, устойчивые представления о желаемом. Они существуют независимо от конкретной личности как элемент культуры и становятся элементами духовной культуры личности, важными регуляторами поведения в той мере, насколько осваиваются ценности данной культуры. Система ценностных ориентаций выступает «свернутой» программой жизнедеятельности и служит основанием для реализации определенной модели личности.

Ценности физической культуры рассматриваются как единство объективных и субъективных ценностей. К ценностям объективных форм физической культуры относят: материальные ценности (спортивные сооружения, инвентарь для физкультурно-спортивной деятельности, предметы искусства); исторические ценности (истории великих спортивных побед, становление видов спорта); информационные ценности (публикации, трансляции в СМИ). Ценности субъективных форм физической культуры включают: физические ценности (физическое развитие, состояние организма в процессе физкультурно-спортивной деятельности); духовно-нравственные ценности (наличие высокого духовного идеала, жизненная установка на служение благородным целям, стремление к саморазвитию, принятие объективных ценностей физической культуры); психические ценности (знания о двигательной активности, функционировании своего организма, способах здоровьесбережения; межличностное общение; личное самоутверждение).

Сравнительно недавно в теории физической культуры сформировано новое понятие «интенционные ценности», отражающие сформированность общественного мнения, престижность физической культуры в обществе, ее популярность у различных категорий населения, а главное, желание и готовность человека к постоянному развитию и совершенствованию потенциала своей физической культуры. К этой группе ценностей относятся и социально-психологические установки людей, определяемые характером, структурой и направленностью потребностей, мотиваций и ценностных ориентаций на занятия физическими упражнениями.

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.

Физическая культура личности – это устойчивое качество личности, определяющее заботу человека 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.

Формирование физической культуры личности может плодотворно решаться только на основе единства и взаимообусловленности категории социального и биологического. В отличие от других сфер культуры, физическая культура соединяет эти компоненты в человеке в единое целое и является сферой их гармонизации.

В дошкольном возрасте важнейшим показателем физической культуры личности является физическая подготовленность, которая характеризуется совокупностью сформированных двигательных навыков, основных физических качеств. Многочисленные научные исследования по проблеме формирования двигательных умений у дошкольников проведены в 70-80 годы специалистами НИИ дошкольного воспитания АПН СССР (г. Москва). Данные о возрастных возможностях развития движений в дошкольном возрасте служили основанием для значительного повышения программных требований к формированию двигательной функции у дошкольников.

В дошкольном возрасте детей необходимо обучать рациональной технике выполнения физических упражнений, расширять объем двигательных умений и навыков, которые совершенствуются на последующих этапах жизни.

При овладении техникой двигательного действия вначале возникает умение его выполнять, а затем в процессе дальнейшего совершенствования умение постепенно переходит в навык.

Двигательные умения – степень владения двигательным действием, которая характеризуется сознательным управлением движением. Другими характерными чертами двигательного умения являются: отсутствие стабильности, постоянный поиск способов наилучшего решения двигательной задачи; невысокая скорость; неустойчивость к сбивающим факторам.

Двигательный навык – автоматизированный характер управления движением, отличающийся прочностью и надежностью исполнения. Для двигательного навыка характерны свои отличительные черты: автоматизированный характер управления движением; высокая быстрота действия; чрезвычайная прочность и надежность.

Физиологической основой формирования двигательного навыка является образование системы временных связей в коре больших полушарий мозга, так называемого динамического стереотипа. В этом процессе различают три стадии.

1 стадия – иррадиация процесса возбуждения в коре головного мозга. На этой стадии дети знакомятся с новым движением, у них наблюдается неуверенность при его выполнении, лишние движения, напряженность мускулатуры. В обучении движениям на данной стадии решаются следующие *задачи*: ознакомить детей с новым движением, создать о нем целостное представление, начать разучивать движение в общих чертах. Важнейшим фактором, определяющим эффективность обучения двигательному действию на первой стадии, является зрительное восприятие изучаемого движения – эталон, на который должен ориентироваться ребенок при последующем овладении движением. Поэтому при начальном обучении движению широко используется метод показа. В основе этого метода лежит способность к имитации (подражанию), к воспроизведению того, что делается в окружающей среде. Образование навыка в процессе подражания более эффективно, чем самостоятельное его приобретение. Это объясняется тем, что взрослый, демонстрируя ребенку соответствующие движения,

организует его ориентировку и тем самым формирует у него образ движения раньше, чем оно будет выполнено. Однако обучение детей на начальной стадии формирования навыка только методом показа – малоэффективно, так как дети не умеют выделять те главные элементы движения, которые при показе не сопровождаются словесными разъяснениями и остаются незамеченными. Поэтому на начальной стадии обучения движению целесообразно сопровождать показ доступными для дошкольников словесными указаниями. При показе движений, сопровождаемом словесной инструкцией, дети приучаются осмысливать свои действия.

2 стадия – специализация двигательного акта посредством дифференцированного торможения. Эта стадия характеризуется уточнением наметившейся системы условных двигательных рефлексов, устранением излишнего мышечного напряжения. Уточнение происходит по мере того, как достигается необходимая концентрация нервных процессов в определенных участках коры больших полушарий. Наряду с концентрацией нервных процессов на тех или иных участках двигательного анализатора возникают явления взаимной и последовательной индукции процессов возбуждения и торможения. Роль взаимной индукции заключается в том, что если в зоне двигательного центра, управляющего работой определенной группы мышц, концентрируется процесс возбуждения, то в участках, окружающих эту зону, индуцируется противоположный процесс торможения. Такая взаимная индукция способствует достижению точности движений в пространстве, исключению чрезмерного мышечного напряжения и ненужных, лишних движений. Образование двигательного навыка на этой стадии происходит волнообразно. Ребенок то легко, свободно выполняет двигательное действие, то, по прошествии времени, как будто впервые выполняет его. Постепенно происходит уточнение и совершенствование двигательных умений. В коре головного мозга образуется система временных связей – динамический стереотип.

При обучении различным движениям следует исходить из сходства их структуры, так, чтобы элементы ранее освоенного движения являлись базой для формирования новых двигательных навыков, и соблюдалась необходимая преемственность в обучении. Поэтому, пока не будет освоена основа изучаемого движения, нецелесообразно для предупреждения отрицательного переноса навыков приступать к обучению детей двигательным действиям, отличающимся от ранее изучаемых по своей структуре движений. На данной стадии детям доступно осознание выполнения упражнений, их анализ и оценка. Ребенок, который может правильно объяснить очередность выполнения элементов двигательного действия, значительно быстрее овладевает им и допускает меньше ошибок, чем дети, не имеющие четкого представления о предложенном им движении. Оценочные суждения детей о выполняемых движениях в значительной степени зависят от того, как воспитатель сам вскрывает причинно-следственные связи успехов и неудач воспитанников в выполнении движений, раскрывает им пути анализа движений и способы правильной их оценки. Одна из основных причин расстройства двигательного навыка на втором этапе – это длительность перерыва между занятиями, во время которого недостаточно закрепленный в коре головного мозга динамичный стереотип угасает. Поэтому движения, ранее разучиваемые с детьми и имеющие для них определенную сложность, следует периодически повторять.

Повторные решения двигательной задачи нужны потому, что в естественных условиях внешние обстоятельства не бывают в точности одинаковыми, так же как и сам ход решения двигательной задачи не повторяется дважды подряд одинаково. Всякое повторение движения «есть повторение без повторения» (Н.А.Бернштейн).

3 стадия – стабилизация навыка, закрепление и дальнейшее совершенствование двигательного действия. Движения ребенка становятся

точными, свободными и раскованными. Он может применять двигательный навык в различных условиях его выполнения.

В построении процесса обучения двигательным действиям выделяются этапы, которые в педагогических целях рассматриваются изолированно.

На первом этапе происходит начальное разучивание физического упражнения, создается умение выполнять основу техники двигательного действия, т.е. воспроизводить технику в общих чертах. Учитывая данное положение, ребенку предъявляются минимальные требования, которые помогают ему овладеть основой движения. Частота повторений нового движения в занятии должна быть максимально допустимой (не менее 8-12 раз). Впоследствии эта цифра снижается до 6 раз.

На втором этапе физическое упражнение разучивается углубленно, создается умение выполнять его относительно совершенно, в объеме намеченных технических требований. Внимание детей избирательно сосредотачивается на анализе отдельных деталей техники целостного двигательного действия, осознания его пространственных, временных и динамических характеристик. Длительность этапа углубленного разучивания зависит от сложности движения, двигательного опыта детей. Повторение ранее разученных движений периодически повторяется в пределах 1-1,5 недель.

На третьем этапе обеспечивается совершенствование техники выполнения физического упражнения, создается навык и формируется способность самостоятельно применять двигательное действие в играх и в жизни. Если движение не разучено на занятии не следует включать его в игру, так как в игровой обстановке дети спешат выполнить правила игры, забывая о деталях техники движения. Закрепление техники физического упражнения происходит в результате многократного повторения разученного двигательного действия в относительно постоянных внешних условиях. Таким образом, достигается прочность двигательного навыка, основным критерием которой является стабильность техники выполнения физического

упражнения. Продолжительность третьего этапа зависит от уровня физической подготовленности, состояния здоровья детей и многих других факторов. Поэтому в целом совершенствование техники выполнения физических упражнений приобретает индивидуализированный характер.

В обучении движениям важно определить для каждого двигательного действия возраст детей, в течение которого оно усваивается более легко. Если эти сроки пропущены, то формирование навыков значительно усложняется. Происходит это потому, что различные органы и системы организма формируются, созревают и развиваются на протяжении жизни человека не одновременно и неравномерно. Периоды ускоренного роста периодически сменяются фазами замедленного развития различных двигательных функций. В такие периоды детский организм по-разному реагирует на воздействие физических нагрузок.

Исследования (Г.П.Юрко) показывают, что в периоды от 3 до 7 лет выделяются третий, пятый и седьмой годы жизни, когда происходит не только количественный рост, но и качественная перестройка функций основных энергообеспечивающих систем. Это создает предпосылки для целенаправленного воздействия в эти критические периоды средств физической подготовки, направленных на формирование двигательных навыков.

Ученые (В.К. Бальсевич, Т.И. Осокина) выделили задачи формирования двигательных навыков с учетом возраста детей. Главная задача физического воспитания ребенка третьего года жизни – освоение и совершенствование новых видов движений, особенно пальцев рук и кисти, закрепление и совершенствование навыков уже освоенных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, подбрасывания и ловли мяча, плавания.

Физическое воспитание ребенка четвертого года жизни направлено на освоение новых движений, преимущественно из арсенала спортивного характера, с постановкой конкретной цели: пробежать быстрее, метнуть дальше и т.п. Обращается внимание на освоение детьми элементов техники

бега, прыжка, метания, элементов игры с мячом руками и ногами, элементов акробатики, катания на лыжах, коньках, плавания.

Основная направленность физической подготовки детей пятого года жизни – освоение сложных в техническом отношении упражнений, которые способствуют выработке умения правильно, в соответствии с заданием перемещать тело в пространстве, точно воспроизводить заданные траектории, направление, скорость и темп движений. Значительное место занимают упражнения, направленные на силовую подготовку мелких мышц, управляющих движениями кисти, стопы, голени, предплечья, упражнения, способствующие освоению отдельных элементов спортивных движений (беговые, прыжковые, метательные и др.), развивающие физические качества (ловкость, быстроту, гибкость).

На шестом году жизни все большее место занимают специализированные тренировки отдельных физических качеств и способностей. Акцентируется развитие быстроты и выносливости, а также овладение детьми более сложными видами движений из арсенала спорта.

Любые двигательные навыки статического или динамического характера требуют учета биологических закономерностей двигательного поведения. К числу биологических закономерностей относится потребность ребенка в движениях, двигательная активность. Установлено, что суточная двигательная активность увеличивается от раннего к дошкольному возрасту и составляет от 5000 (дети 2-х лет), до 14000 - 16000 (дети 5-6 лет) условных шагов. Ежеминутно дети совершают в среднем 14-40, а максимально 70-227 локомоций (Н.Т.Лебедева). Последние тесно связаны с физкультурно-оздоровительной работой дошкольного учреждения, утомлением ребенка, фазой двигательного беспокойства, типом нервной системы, состоянием здоровья.

Второй ориентир в работе по формированию физической культуры личности – сообщение детям знаний о физических упражнениях, здоровье, здоровом образе жизни. 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.

Разработанная в Республике Беларусь авторская программа физического воспитания детей «Физкульт-Ура!» (В.Н. Шебеко, В.А. Овсянкин), демонстрирует объем специальных знаний ребенка-дошкольника:

- знания о физических упражнениях, их назначении, способах использования в жизни людей. Дети знакомятся с исходными положениями упражнений, элементами техники основных видов движений, узнают о предназначении некоторых физических упражнений, знакомятся с правилами их безопасности, правилами гигиены до и после выполнения физических упражнений, узнают простейшие правила самостоятельных занятий физкультурой;

- знания о здоровье, физическом состоянии, средствах воздействия на него. Дети получают знания о признаках здоровья (хорошая осанка, хорошее настроение, хороший аппетит, хороший сон, ничего не болит), знакомятся с признаками заболевания (высокая температура, озноб, боли в горле, головная боль, насморк, потеря аппетита, покраснение глаз);

- знания о правилах сохранения и укрепления здоровья, правилах самодисциплины. Дети узнают о том, как нужно заботиться о здоровье: соблюдать режим дня (во время ложиться спать, есть в одно и то же время, занятия чередовать с отдыхом); закаляться (гулять в любую погоду, устанавливать простейшие связи состояния погоды и соответствующей одежды, принимать душ, спать с открытой форточкой); есть продукты, полезные для здоровья (мясо, яйца, рыба, молочные продукты – помогают расти; хлеб, булка, овощи, фрукты – дают энергию, жир – согревает тело);

защищаться от микробов (не пить на улице, мыть руки с мылом, есть только мытые овощи, есть и пить только из чистой посуды, когда чихаешь – закрывать рот платком);

- знания о личной гигиене: полоскать рот после еды, чистить зубы, мыть лицо, шею, руки, ноги, следить за чистотой и длиной ногтей; соблюдать гигиену одежды и обуви (проветривать, чистить, аккуратно хранить);

- знания о предметах и действиях, связанных с выполнением гигиенических процедур (носовой платок, расческа, полотенце, одежда, зубная щетка), правилах их хранения;

- знания о своих физических возможностях (уровень физической подготовленности, реакция организма на физическую нагрузку, правила самостоятельной организации двигательной деятельности).

Формирование специальных знаний первоначально осуществляется на уровне представлений. В представлениях фиксируются конкретные образцы поведения, положительные и отрицательные действия по отношению к собственному здоровью. Усвоение ребенком представлений происходит на основе личных наблюдений, анализа собственного поведения, словесной информации взрослого или сказочного героя (доктор Айболит, Мойдодыр, Неболейка, девочка Чумазя и др.). Они помещают детей в мир доверия, создают чувство уверенности и эмоционального комфорта, помогают ребенку прислушаться к себе, лучше понять себя.

Обогащение и расширение представлений завершается формированием понятий. Наличие специальных знаний, а также связанных с ними идей и понятий способствует образованию в сознании дошкольника ориентировочной основы действий, образца поведения. На этом уровне развивается способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю. Дети учатся словами выражать события внутренней жизни, осознавать свои чувства, мысли, поступки, соотносить собственный индивидуальный опыт с нормативным. Работа по формированию знаний имеет вневозрастной характер. Это означает, что актуальность и важность

вопросов, которые в нее включены, значимы на всех этапах жизни ребенка, поскольку речь идет о том, как быть здоровым и счастливым, как правильно к себе относиться. Постепенно правила здорового образа жизни входят в сознание ребенка как естественные, приятные и обязательные.

Направленности на самостоятельный поиск знаний детьми способствует организация их познавательной деятельности (мышления, памяти, внимания, восприятия) на занятиях физическими упражнениями.

Развитие мышления осуществляется в направлении включения мыслительных операций и интеллектуальных действий во все виды двигательной деятельности дошкольников. Операции анализа, синтеза, сравнения, нахождения сходства и различия в объектах, классификация, обобщение могут насыщать каждую форму работы по физическому воспитанию. Двигательное действие сочетается с развивающими играми, заданиями и упражнениями. Так, операция сравнения имеет место при выполнении упражнения взрослым и ребенком, детьми разного уровня физической подготовленности. Ребенок находит признаки сходства и различия в выполнении движения, обобщает понятие "техника движения". Операции сериации способствуют "интеллектуальные игры". Ребенок набирает команду игроков и выстраивает их по росту; выполняя игровое задание в подвижной игре, сортирует предметы по размеру; подбирает спортивный инвентарь для спортивных игр, расставляет его в соответствии со схематическим изображением. Операция классификации и обобщения сопровождает анализ физического упражнения. Вначале дети учатся рассказывать о технике движения, изображенного на схеме, а затем называют ошибки в его выполнении. Понятие "техника движения" обобщается.

Среди основных методов развития памяти – использование образа как средства развития произвольной памяти. Ребенок запоминает образ предмета раньше, чем обозначающее предмет слово. Поэтому при объяснении игр и эстафет необходимо показать, что и как нужно делать. Слово является для ребенка дополнением к увиденному. Во время разучивания упражнений

детям объясняется, что каждое из них может напоминать действие того или иного предмета, явления, существующего в окружающем мире. В своем сознании ребенок создает образы разной степени сложности, основанные на ассоциациях и эмоциональных впечатлениях. Они помогают впоследствии припомнить информацию объекта, который невозможно удержать в кратковременной памяти.

Работа по развитию внимания строится на двигательных заданиях, вызывающих у ребенка интерес к упражнению. Внимание и интерес неразделимы. Используются разнообразные формы развития движений с целью создания хорошего эмоционального фона, желания детей заниматься по собственному побуждению. Постепенно вводятся упражнения, развивающие произвольное внимание и требующие волевых усилий для их выполнения. Способность к концентрации внимания развивается с помощью произвольного сосредоточения на зрительных и слуховых впечатлениях. Перед показом упражнения детям указывается, за чем следует наблюдать, предлагается заменить как можно больше деталей в технике выполнения упражнения другим ребенком. Это переводит внимание детей с крупных деталей на мелкие. Постепенно следует переходить к концентрации внимания на звуковых сигналах (удары в бубен, музыкальные звуки и т.п.). Под удары в бубен дети маршируют, под хлопки в ладоши продвигаются прыжками на двух ногах.

При создании программ развития восприятия учитываются особенности ориентировки детей в пространстве. Первоначальные представления о направлениях пространства связаны с собственным телом ребенка. Оно является для него точкой отсчета, по отношению к которой и определяется направление. Постепенно дети начинают выделять отношения между предметами. Большое значение в образовании представлений о пространстве имеют подвижные и спортивные игры. Они учат дошкольников определенным образом располагаться на игровой площадке, помогают выделять и фиксировать тот или иной вид пространственных отношений.

Включение в двигательную деятельность упражнений и игровых заданий, способствующих развитию познавательных процессов, перестраивает моторику ребенка, обеспечивает быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно принимать двигательные решения и действовать в условиях меняющейся окружающей среды.

Воспитание мотивации двигательной активности (интереса к двигательной активности, потребности в ней) – третий ориентир в работе по формированию физической культуры личности. Установлено, что у 3-летнего ребенка имеется рядоположенный набор знакомых потребностей, сменяющих друг друга. Мотивационная сфера характеризуется отсутствием устойчивой иерархии потребностей и ценностей, а, следовательно, и мотивов. С 4-х лет начинает проявляться смыслообразующая функция мотива, дети планируют смысл своей деятельности. Возникает соподчиненность потребностей, желаний, доминирующие установки. Вследствие всего перечисленного складывается индивидуальная мотивационная сфера ребенка. В старшем дошкольном возрасте появляется чувство долга, потребность в уважении, во взаимопонимании с окружающими, в их сопереживании. В игровой мотивации акцент смещается с процесса на результат (выигрыш). Это свидетельствует о том, что возникают мотивы, формирующиеся на базе не только желаний, но и необходимости.

Изучая мотивы двигательной активности дошкольников, 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 (подражанием сверстнику, природными условиями, спортивной базой и т.д.). В процессе занятий мотивы изменяются, преобразуются в зависимости от разных причин: возраста ребенка, личности воспитателя, условий проведения занятий, физкультурных пособий и др. Иногда двигательное поведение

дошкольника определяется потребностью совместно выполнять двигательное задание, подражать окружающим, общаться со сверстниками.

В тесной связи с развитием мотивационной сферы ребенка находятся эмоции. Они рассматриваются учеными как психический процесс, активно включающийся в модуляцию функционального состояния мозга и организацию поведения, направленного на удовлетворение актуальных потребностей. Выполняя связующую роль между потребностью и поведением, эмоции побуждают к определенной деятельности, модулируют этапы ее протекания, оценивая результат. Следовательно, для того, чтобы мотивы приобрели побудительную силу, необходимо, чтобы ребенок приобрел соответствующий эмоциональный опыт.

В дошкольном возрасте эмоциональные переживания успешно формируются в таком виде деятельности как игра. Именно в игровой деятельности ребенок из пассивного, подчиненного правилам субъекта превращается в их активного проводника и защитника, постигая специфику действий и отношений взрослых, осваивая и отражая социальные функции людей, их отношения, нормы поведения, воссоздавая в игровых условиях социальную суть человеческой деятельности, отрабатывая роли взрослого, примеряя их, проектируя свое «Я». Особо значим в игре момент перевоплощения в игровой образ, он выступает важнейшим условием перестройки и оптимизации эмоциональной сферы дошкольника.

В качестве ведущего условия развития игровой деятельности детей выступает педагогическое сопровождение. Оно заключается:

- в осуществлении регулярной диагностики опыта игровой деятельности дошкольников и учета ее результатов во взаимодействии с детьми в игре;
- в наличии игровой позиции, гибко сочетающей прямые и косвенные способы взаимодействия педагога и детей;
- в поэтапном изменении тактики педагогического сопровождения ребенка в игровой деятельности в зависимости от степени освоения им опыта

игровой деятельности (от позиции педагога-партнера к позиции педагога-координатора и педагога-наблюдателя);

- в отборе содержания игр на основе интересов и предпочтений дошкольников;
- в ориентации педагога на индивидуальные творческие проявления детей в игровой деятельности;
- в создании современной предметно-игровой среды.

Такое сопровождающее взаимодействие помогает ребенку актуализировать игровой опыт как результат совместной игры с воспитателем, применять его в различных ситуациях, возникающих за пределами специально организованной педагогом игровой деятельности.

В формировании мотивации двигательной активности значимую роль играет развитие самооценки дошкольников. Под самооценкой понимаются знания и мысли ребенка о себе. Складывается самооценка на основе опыта, который ребенок приобретает в результате функционирования своего тела, оценок социального окружения, культурных норм, стереотипов, эталонов поведения, физического и двигательного развития. Сопоставляя результаты своих действий с результатами действий других, ребенок получает новые знания о себе. 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. 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. В младшем и среднем дошкольном возрасте задачи рефлексивно-игровых технологий направлены на формирование у детей адекватного самовосприятия, обучение умению создавать первоначальный образ двигательного действия, переносить двигательные навыки в новую двигательно-игровую ситуацию, самостоятельно выполнять естественные виды движений в помещении и на воздухе, соотнеся их с конкретной ситуацией, адекватно воспринимать успех и неудачу.

В старшем дошкольном возрасте такие технологии дают ребенку возможность открыть свое «Я». Важная роль здесь отводится методу личностной перспективы, который помогает детям поверить в свои силы. У ребенка формируются умения выступать инициатором двигательной деятельности, иметь собственную позицию в ее построении, уметь объяснять свои действия, самостоятельно находить и исправлять ошибки, оценивать свои действия и физические возможности (особенности своей физической подготовленности), стремиться получить не любой, а задуманный результат.

У старшего дошкольника 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. Направленность ребенка на собственные внутренние и внешние действия рождает способность управления собой, самооценивания себя. Основными способами формирования самоконтроля выступают: 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.

Следовательно, ценностное отношение ребенка к собственному здоровью представляет собой сознательное восприятие объекта «здоровье», что позволяет довести до сознания ребенка необходимость заботливого отношения к собственному здоровью, учит проявлять инициативу и самостоятельность, принимать и реализовать решения, самоизменяться и самосовершенствоваться.

Индивидуализация методов и приемов физкультурно-оздоровительной работы предполагает учет состояния здоровья, физической подготовленности детей.

Комплексная оценка состояния здоровья достигается использованием пяти признаков: уровень гармоничности физического развития; резервные возможности основных физиологических систем; уровень иммунной защиты и неспецифической резистентности организма; наличие или отсутствие хронических заболеваний; уровень волевых и ценностно-мотивационных установок (Г.Н. Сердюковская). В соответствии с этими показателями дети подразделяются на пять групп здоровья:

- первая группа – здоровые дети с нормальным физическим и психическим развитием и нормальным уровнем функций;
- вторая группа – здоровые дети, у которых отсутствуют хронические заболевания, но имеются функциональные и некоторые морфологические отклонения, а также сниженная сопротивляемость к заболеваниям;
- третья группа – больные хроническими заболеваниями в составе компенсации с сохраненными функциональными возможностями организма;
- четвертая группа – больные хроническими заболеваниями в состоянии субкомпенсации со сниженными функциональными возможностями организма;

- пятая группа – больные хроническими заболеваниями в состоянии декомпенсации со значительно сниженными функциональными возможностями организма (проходят лечение и оздоровление в специальных медицинских учреждениях).

Дети, имеющие вторую, третью и четвертую группы здоровья нуждаются в индивидуальном подходе на физкультурном занятии, более пристальном наблюдении педагогических и медицинских работников при организации физкультурно-оздоровительных мероприятий. Освобождение детей от физкультурных занятий неоправданно. Это приводит к утрате условно-рефлекторных связей моторно-висцеральных рефлексов, к задержке развития основных двигательных способностей, к ослаблению самогенетических механизмов и тем самым к удлинению сроков реабилитации, к более позднему биологическому выздоровлению. Полное прекращение занятий физическими упражнениями может носить только временный характер.

Состояние здоровья после перенесенных заболеваний определяется врачом, им же дается назначение относительно физических нагрузок детям.

На занятии для ослабленных болезнью детей не рекомендуется резкое увеличение или уменьшение физической нагрузки, бег должен постепенно переходить в ходьбу, во время бега следует избегать внезапных остановок (при внезапной остановке падает артериальное кровяное давление в сосудах мозга, что может привести к обморочному состоянию). Во время выполнения общеразвивающих упражнений при изменении положения тела, особенно при переходе из положения «стоя» в положение «лежа» и, наоборот, у ослабленных болезнью детей наблюдается большой подъем пульса, нарушается кровоснабжение мозга и может возникнуть головокружение. Поэтому в подборе исходных положений следует соблюдать принцип постепенности: сначала предлагать детям упражнения лежа, затем – сидя и в конце – стоя. Осторожно нужно включать в комплекс выполнение наклонов и поворотов. При этом необходимо следить за общим состоянием ребенка

(признаками физического утомления: учащенное дыхание, покраснение кожи лица и шеи, слабость, потливость).

Для ослабленных болезнью детей сокращается число повторений интенсивных движений, особенно таких, как прыжки (на месте и с продвижением вперед, в длину и в высоту с разбега, со скакалкой), элементы акробатических упражнений («березка», «кораблик», «велосипед», «ласточка» и др.), ограничивается участие детей в подвижных и спортивных играх (баскетбол, футбол, хоккей и др.), играх-эстафетах. При выполнении этих упражнений у детей отмечается значительное увеличение частоты пульса и удлинение его релаксации. Возбудимость пульса у ослабленного ребенка может составлять на занятии от 5 до 20% по отношению к исходной величине.

Начало занятий физическими упражнениями после перенесенной болезни установлены следующие:

- ангина (катаральная, фолликулярная, лакунарная) – срок начала занятия через 6-7 дней. Необходимо соблюдать осторожность во время занятий зимними видами спорта (лыжи, коньки) и плаванием в связи с опасностью охлаждения тела;
- аппендицит (после операции) – через 14-15 дней. Сохраняется осторожность в занятиях упражнениями, требующими напряжения сердечно-сосудистой системы;
- бронхит острый (инфекционный) – через 6-8 дней. Остерегаться резких и внезапных охлаждений дыхательных путей при выполнении физических упражнений;
- воспаление легких (катаральное и крупозное) – через 12-14 дней. Остерегаться резких и внезапных охлаждений дыхательных путей при выполнении физических упражнений. Шире использовать дыхательные упражнения;

- грипп (тяжелые формы) – через 10-12 дней. Щадящий режим нагрузок, особенно в упражнениях, требующих напряжения сердечно-сосудистой системы. Избегать переохлаждения;

- корь – через 14-16 дней. Если были изменения в деятельности сердца, то исключаются упражнения (сроком до полугода) упражнения на выносливость, силу и упражнения, связанные с натуживанием;

- отит (острый) – через 14-16 дней. Запрещаются занятия плаванием, а также упражнения, которые могут вызвать головокружение (резкие повороты, вращения, кувырки);

- скарлатина – через 30-40 дней. Постепенность повышения физической нагрузки на занятиях. Если были изменения в деятельности сердца, то исключаются (сроком до полугода) упражнения на выносливость, силу и упражнения, связанные с натуживанием;

- дифтерия – через 30-35 дней. Систематический контроль деятельности сердца, постепенность повышения нагрузки на занятиях.

При уменьшенной физической нагрузке в связи с нарушением функции терморегуляции и понижением иммунитета дети занимаются в обычной одежде и обуви. Вопрос о переходе на спортивную форму одежды решает врач для каждого ребенка индивидуально.

Дошкольники с неблагоприятным прогнозом заболеваемости нуждаются в индивидуализации закаливающих мероприятий. Подчиняясь правилу систематического повторения воздействия закаливания, его нельзя отменять и в случае легкого заболевания ребенка, когда оно не сопровождается значительным ухудшением общего состояния здоровья. Во время таких недомоганий применяются методы более слабого воздействия.

Оптимальный микроклимат помещений способствует поддержанию постоянной температуры тела, которая необходима для нормального функционирования всех систем организма. В групповой и приемной комнатах для детей 3 – 6 лет температурный режим составляет + 20 градусов, туалетной + 21, спальня и гимнастическом зале + 18. Дети должны

привыкнуть спать с открытой форточкой. Однако в период выздоровления после перенесенной болезни зоны теплового комфорта для ослабленных детей могут быть «сдвинуты» в сторону более высоких температур: от 3 до 5 лет – до + 22... +24 градуса, от 5 до 7 лет – до +21... +23 градуса. При отклонении от нужной температуры воздуха в помещении необходимо изменить слойность одежды ребенка, уменьшив или увеличив ее.

К числу щадящих методов закаливания относится кратковременное облегчение одежды – закатывание рукавов выше локтей или смена колготок на гольфы, гольфов на носки при температуре воздуха в помещении +20... +21градус. Индивидуализация закаливающих мероприятий заключается и в удлинении времени пребывания детей на свежем воздухе в теплое время года и укорочении этого времени в холодную погоду. Дети, принимавшие лечебные процедуры, выходят на прогулку не ранее чем через 30-40 мин после их приема (в отдельных случаях по показаниям врача ослабленные дети освобождаются от прогулки). На прогулке деятельность ослабленных детей строится в соответствии с состоянием их здоровья, индивидуально для каждого ребенка. Поэтому следует постоянно наблюдать за детьми, предупреждая утомление и потливость. При появлении этих признаков следует отвести ребенка в помещение. Не рекомендуются ослабленным детям во время прогулки длительные пробежки, игры большой подвижности, вызывающие физическое перенапряжение и усталость. Однако не следует увлекаться и очень спокойными играми, особенно связанными с долгим сидением, так как это вызывает переохлаждение организма, особенно ослабленного. Дети не освобождаются от прогулки даже при насморке, но предварительно ребенку прочищают нос тампоном, смоченном в теплом подсолнечном масле. Важно, чтобы носовое дыхание было свободным, так как при глубоком дыхании через рот холодный воздух не успевает согреться в верхних дыхательных путях и проникает в легкие. В дождливые дни закаливание воздухом не отменяется, а проводится под навесом.

Наряду с воздухом широко используется оздоравливающее действие воды. Рекомендуется обтирание кожи ребенка влажной варежкой, однако его следует проводить индивидуально: дети группы риска и все выздоравливающие после ОРВИ могут обтирать лишь лицо и кисти рук. Вместе с тем удлиняется время адаптации ослабленных детей к водным процедурам. Для некоторых детей закаливание ограничивается полосканием полости рта и горла кипяченой водой комнатной температуры. Весной и осенью кипяченая вода заменяется настоем лечебных трав: ромашки, шалфея, зверобоя. Температура воды для питья выздоравливающим детям назначается на 5 градусов выше, чем до болезни. Закаливающие процедуры сочетаются с теми методами массажа и гимнастики, которые стимулируют функцию дыхания ребенка.

Индивидуальная работа с дошкольниками, имеющими высокие показатели физической подготовленности (сформированные навыки выполнения основных видов движений, высокий уровень развития физических качеств), направлена на совершенствование и дальнейшее развитие двигательных способностей. Полезен метод развивающего дискомфорта, основная суть которого - психологическое «перестраивание» стихийно возникших и специально организованных эмоционально негативных ситуаций. Ученые (В.С. Юркевич) считают, что в ряде случаев энергетически большим эффектом обладают именно отрицательные эмоции, тогда как положительные при превышении определенного объема расслабляют человека, приводят к душевному застою, а иногда и к психической и физической деградации. В физическом воспитании дозированный неуспех чередуется с привычным для ребенка успехом. Полезны и значительные объемы работы, с которыми ребенок может справиться лишь при предельном напряжении сил. При этом происходят заметные сдвиги в обмене веществ, работе функциональных систем организма, расширяя механизм адаптации не только к физической нагрузке, но и к действию различных факторов внешней среды. Метод развивающего

дискомфорта может иметь место при значительной продолжительности работы (бег на длинные дистанции, прыжки со скакалкой, лазание по канату и др.), с которой дети, имеющие высокие показатели физической подготовленности справляются при предельном напряжении сил. Он также эффективен при использовании элементов акробатики и спортивной гимнастики. Большая нагрузка формирует у детей «сценарий победителя» и одновременно психологическую готовность к неудаче. Предлагается она детям при целенаправленном контроле педагога и врача.

Дошкольники с низкими показателями физической подготовленности (навыки выполнения основных видов движений недостаточно сформированы, низкий уровень развития физических качеств) на занятии нуждаются в замедленном показе упражнений, с указанием, на какой элемент техники необходимо обратить особое внимание. Наиболее сложные упражнения им необходимо демонстрировать в различных плоскостях, многократно повторяя показ в процессе занятия. Эффективны задания специального обучения использованию знаний в действиях, где каждый ребенок в речи выражает все то, что выполняет практически. Это побуждает к предварительному обдумыванию действий, контролю над ним. В результате такого обучения меняется характер проявляемой активности дошкольников. У бывших пессимистов исчезает скованность, проявляется вера в свои силы, способности.

В преодолении негативного эмоционального состояния неуверенных в собственных способностях детей выделяются следующие этапы работы. На первом этапе осуществляется поддержка положительного эмоционального тонуса и стимуляция двигательной активности ребенка. Это достигается приемами включения его в игры с эмоционально ярким содержанием, поощрения малейших достижений при выполнении двигательных действий. На втором этапе обеспечиваются условия для «закаливания» в проявлении активности, решительности, смелости. Этому способствует накопление положительного опыта общения со сверстниками в играх, в которых дети с

низкими показателями физической подготовленности выступают исполнителями. На третьем этапе идет дальнейшее накопление положительных эмоциональных переживаний через положительную оценку педагогом достоинств ребенка («ловкий», «быстрый», «смелый», «решительный»).

Организация двигательной деятельности, способствующей *развитию творческих способностей* детей рассматривается учеными как готовность ребенка к демонстрации своих индивидуальных личностных возможностей. Под творчеством дошкольника понимается процесс создания образов, поиски в процессе деятельности способов и путей решения задачи. По отношению к ребенку Л.С. Выготский называет творческой любую деятельность, результатом которой является не простое воспроизведение бывших в его опыте впечатлений или действий, а та, в которой проявляется детское воображение, находящееся в прямой зависимости от богатства и разнообразия прежнего опыта детей.

Главную роль в формировании творчества ученые отводят воображению. Оно рассматривается как универсальная функция, присущая человеку всегда и проявляющаяся в разных видах деятельности, независимо от того, на каком содержании было сформировано. Воображение ребенка развивается постепенно, по мере приобретения им определенного опыта. Оно проявляется изначально там, где задачи содержат некоторую неопределенность, т.е. не имеют единственного заданного решения. Целенаправленное развитие воображения у детей сначала происходит под влиянием взрослых, которые побуждают их произвольно создавать образы. А затем дети самостоятельно представляют замыслы и план их реализации. Причем в первую очередь этот процесс наблюдается в коллективных играх, продуктивных видах деятельности, то есть там, где деятельность протекает с использованием реальных объектов и ситуаций и требует согласованности действий ее участников. Общим показателем развития творческой деятельности детей выступает интеллектуальная активность, одним из

наиболее адекватных видов которой считается «детское экспериментирование» (Н.Н. Поддьяков). Деятельность экспериментирования, взятая во всей ее полноте и универсальности, является всеобщим способом функционирования психики. Ребенок осознанно или неосознанно «опробует» различные формы своего поведения в поисках наиболее приемлемых вариантов.

Важной составляющей самостоятельных детских открытий являются способы деятельности. Экспериментируя, дети сами начинают выделять способы из контекста деятельности, осознавать их функциональные возможности. В результате неоднократного использования одних и тех же способов в разных ситуациях дети приходят к их обобщению. Обобщение способов происходит путем их переноса в другие контексты деятельности. Для этого взрослые ставят перед ребенком задачи, требующие от него либо использования известных способов в другой ситуации, либо поиска новых.

В двигательной деятельности творчество ребенка определяется умением использовать известные способы выполнения движений в разных ситуациях; сочетать, комбинировать различные части движений; «обновлять» знакомое движение новыми структурными частями; находить варианты двигательных действий; демонстрировать игровой образ с помощью движений. К средствам, способствующим развитию двигательного творчества ребенка, относятся: физические упражнения, подвижные игры, двигательные инсценировки, проблемные ситуации и задачи.

В деятельности, направленной на развитие двигательного творчества дошкольников, широко применяются двигательные действия, основанные на использовании эйдетических (эйдетизм – образ, наружный вид) методов. Эйдетические методы являются инновационными в физическом воспитании и направлены на развитие внимания, восприятия, памяти, воображения за счет восприятия образов, представлений двигательной деятельности. В эйдетических образах заключены начатки трех ведущих самостоятельных функций: памяти, воображения и мышления. Отсюда при развитии образной

памяти гетерогенно происходит формирование таких высших психических функций, как внимание, наблюдательность, творческое воображение.

В последние годы в технологию развития творческих способностей дошкольника активно включаются методы психофизического (театрального) тренинга - погружение в атмосферу, условия, среду. Использование психофизического тренинга и методик погружения позволяет безболезненно для ребенка создавать настрой на обучение, формировать его субъектную активность.

В специальной литературе, как отечественной, так и зарубежной, описаны общие и частные показатели уровня развития детского творчества.

К общим показателям творчества относят: способность ребенка видеть проблему, богатство и разнообразие идей, богатство фантазии, развитое воображение, способность к творческому вдохновению, любознательность, оригинальность, вариативность решений, возникновение «интеллектуальных эмоций», быстроту реакции, находчивость в действиях.

Частные показатели связаны со спецификой той деятельности, в русле которой формируется творчество. Ими могут быть: индивидуальный «почерк» детской продукции, легкость ассоциирования, способность к оценке, своеобразие манеры исполнения, нахождение адекватных выразительно-изобразительных средств для создания художественного образа, самостоятельный выбор темы, развитие сюжета, применение выразительных средств языка, умение строить разные образы на одной основе, наделение одних и тех же образов разными свойствами, соответствие детской продукции элементарным требованиям.

Следовательно, творческие попытки ребенка, являясь результатом работы образного мышления и воображения, определенных волевых действий и эмоций имеют большое значение в плане раскрытия его дарований, формирования социальной активности.