

## **Проблема развития личности дошкольника средствами физической культуры**

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 больший объем информации, что и способствует ускоренному формированию его психики (Г.М.Кольцова).

Этой же точки зрения придерживается американский врач-психолог Глен Доман. Он считает, что чем раньше ребенок начинает развиваться физически, тем быстрее развивается его мозг, что в свою очередь способствует гармоническому совершенствованию ребенка как личности.

Исследования развития двигательных действий ребенка, обуславливающих его психическое развитие, выполнил А.В.Запорожец. Он выделил макроструктуру двигательной деятельности и рассматривал предметное содержание двигательной деятельности («схему движения»), условия, в которых скрыты средства осуществления двигательной деятельности, цели двигательной деятельности, ее мотив и результат. Как и в любой другой деятельности, в двигательной деятельности условиям и средствам деятельности соответствуют операции, ее целям – действия.

Специфическое соотношение элементов или частей деятельности и составляет, по мнению А.В.Запорожца, макроструктуру двигательной деятельности. Эффективность движений ребенка во многом зависит от особенностей строения двигательной задачи. Одни и те же компоненты деятельности могут занимать разные места в различных условиях реализации движений. То, что в одной задаче может быть целью, в других условиях может стать средством и этим изменить структурный состав деятельности. В описании движений дошкольника научные достижения лаборатории А.В.Запорожца состоят в следующем:

- выделение двигательной деятельности ребенка в качестве психологического явления;
- разведение операционально-технического содержания и мотивационно-потребностной стороны двигательной деятельности;
- обозначение возрастных изменений мотивационно-потребностной стороны двигательной деятельности у детей;
- установление исходных возрастных возможностей рефлексии ребенком содержания двигательной деятельности.

Взаимосвязь двигательной активности и психических процессов (внимания, памяти, мышления, воображения и т.п.), лежащих в основе психики ребенка, раскрыта в работах многих других ученых. Так, в исследовании А.С.Дворкина, Ю.К.Чернышенко мышление, внимание, память, воображение, восприятие развивались с помощью физических упражнений и игр. Ученые установили, что темпы прироста психических процессов максимальны в двух возрастных периодах: с 3 до 4 и с 4 до 5 лет. И только для способности к восприятию наиболее благоприятным является период 5-6 лет.

Г.А.Каданцева, применяя подвижные игры и упражнения, смогла повысить познавательную активность детей. Наиболее тесную связь с тестами, характеризующими познавательную активность, обнаружили

скоростные, координационные и скоростно-силовые способности дошкольников.

Г.М.Касаткина с помощью целенаправленных упражнений на выносливость добилась улучшения показателей волевых качеств: целеустремленности и настойчивости; применение упражнений скоростно-силовой направленности дало возможность повысить объем и концентрацию внимания детей; упражнения, направленные на точность движений, оказали влияние на формирование мышления и точности кратковременной памяти. Знания и навыки стали более прочными и стойкими.

Исследование Н.Т.Тереховой доказало положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность дошкольников. Автор утверждает, что двигательная разрядка наиболее эффективна при ее проведении до накопления умственного утомления и требует использования физических нагрузок средней интенсивности, которые дают ярко выраженную степень повышения работоспособности. Малые физические нагрузки существенно не влияют на повышение работоспособности ребенка, а большие имеют даже отрицательный эффект. На занятиях с различной умственной нагрузкой необходимы разные формы активного отдыха: двигательные игровые компоненты, подвижные игры, физкультминутки.

Содержание и методы умственного развития дошкольников в процессе физического воспитания представлены в исследовании И.В.Стародубцевой, Е.А.Коротковой. Воздействие оказывалось на компоненты, являющиеся ведущими в умственном развитии детей (восприятие, мышление, внимание, память, речь). Суть использования физических упражнений заключалась в сочетании двух элементов: двигательного действия и упражнения, реализуемого в форме дидактической игры. За основу были взяты упражнения с включением ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания. При их выполнении создавались условия для овладения разными видами познавательных ориентировочных действий, лежащих в основе умственного

развития дошкольников. Дополнительно были использованы задания и упражнения для совершенствования сенсомоторных координаций, развития речи, воображения, памяти, внимания. Проведенное исследование показало, что средства физического воспитания содержат неограниченные возможности для развития психических функций ребенка, что обосновывает целесообразность их использования для решения задач умственного развития.

В исследовании И.С.Морозовой определены четыре органически дополняющих друг друга направления познавательно-развивающих занятий физической культуры: координационное, развивающее психомоторные способности; ведущий комплекс упражнений, направленный на решение задач занятия; психоэмоциональное направление, регулирующее состояние психоэмоциональной сферы ребенка; отстающие способности, направленные на развитие необходимых двигательных умений, навыков и воспитание физических качеств. Использование инновационных технологий в значительной степени определило развитие когнитивных и психических способностей детей по сравнению с традиционным подходом. Такая характеристика когнитивной сферы, как показатель кратковременной памяти, достиг наиболее оптимальных величин у дошкольников, занимающихся по инновационной технологии, тогда как при других режимах двигательной активности этот параметр не превысил средних величин.

Следовательно, включение в образовательный процесс игр и упражнений для развития познавательных процессов не только содействует психическому развитию ребенка, но и перестраивает саму моторику, обеспечивая быстрое, осмысленное запоминание двигательных действий.

Так как "личность, постоянно развивающаяся система", она не может исследоваться вне динамики отношений, в которые включена. В педагогике одним из направлений формирования личности традиционно считается нравственное воспитание. Дети приходят в детский сад с неодинаковыми эмоциональными мироощущениями, неоднородными притязаниями и в то же

время с различными умениями и возможностями. В результате каждый по-своему отвечает требованиям воспитателя и сверстников и создает отношение к себе. Далеко не всегда отношения детей друг к другу складываются благополучно. А преобразование возникших нежелательных характеристик личности требует больших усилий. 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 формировании личности.

Исследование Т.С.Блощицкиной представляет систему подвижных игр и упражнений, выполнение которых ставит ребенка перед необходимостью вступить в контакт со сверстником (от игр, где дети не зависят от других участников, до игр, где прослеживалась необходимость согласованного исполнения игрового задания, и игр, где явно видна роль каждого участника в достижении общего результата). Формирование дружеских взаимоотношений проходит под влиянием правил совместной игровой деятельности, способов взаимодействия при решении двигательных задач, оценки воспитателем поведения играющих. Все это обеспечивает высокий развивающий эффект в нравственном совершенствовании детей.

О.В.Козырева для формирования социального поведения дошкольников разработала игровую программу "Друзья Спартиашки". В программе предусмотрена определенная модификация спартианских игр, их адаптация к особенностям физического и психического развития детей. Основными направлениями модификации и адаптации являются: организация и

проведение спартианских игр на сюжетной основе; обязательное сочетание соревновательных игр с не соревновательными, в которых нет победителей и побежденных; главный акцент в системе поощрения детей - на превышение ими своих прежних результатов; использование народных игр, забав, художественных конкурсов, которые связаны с национальными и народными традициями; адаптация всех физических упражнений к особенностям развития детей дошкольного возраста и др. В соревновательные игры детей включен подражательный образ – Спартиашка, который никогда не пасует перед трудностями, действует активно, настойчиво, мужественно, уважительно относится к соперникам, не хвастается своими победами, достойно переносит поражения, оказывает помощь всем участникам игр. Этот образ помогает детям освоить социально-культурные нормы и правила поведения.

Г.Н.Олонцева предложила правила совместной игровой деятельности, требующие от детей проявления внимания и чуткости к сверстнику, слабо владеющему движениями, готовности защитить его, поступиться своими интересами: действуй в заданном темпе одновременно со всеми, оказывай помощь в достижении результата, быстро находи свое место среди играющих, не мешай сопернику добиваться желаемого. Отношения взаимной ответственности обеспечивают ребенку возможность самоутверждения и самовыражения, развивают уверенность, инициативность, чувство товарищества.

Особый научный интерес вызвала у ученых проблема развития волевых качеств личности и произвольности поведения ребенка в двигательной деятельности. В исследовании Е.А.Сагайдачной выполнение любых видов движений, включенных в программу по физической культуре в детском саду, – гимнастических, общеразвивающих, основных подвижных и спортивных игр – затрудняется их сложностью, длительностью, интенсивностью и протяженностью. Усложнение упражнений осуществляется путем таких видов трудностей: постепенного повышения числа повторений однообразных

ациклических физических упражнений (подскоков, приседаний, прыжков и т.п.); постепенного увеличения продолжительности циклических упражнений (бега, ходьбы и др.); изменения степени интенсивности выполнения разных упражнений, чаще в сторону увеличения (присесть определенное количество раз в медленном темпе, чуть быстрее, быстро); изменения обстановки и условий проведения упражнений (индивидуальное выполнение или совместно с кем-то, без отягощающих пособий или с ними). Большое значение в обеспечении успешности работы имеет применение методов и приемов стимулирования волевых усилий: контроль и учет степени развития волевых качеств, наглядная демонстрация результатов выполнения физических упражнений и др.

При решении данной проблемы много внимания исследователи уделяют такому важному волевому качеству, как самостоятельность. Это качество выступает как интегральное личностное свойство, существенной характеристикой которого является взаимосвязь уровня овладения всей структурой двигательной деятельности и способности независимо, автономно осуществлять перенос двигательного опыта, проявляя творчество в движениях. Первичные проявления самостоятельности в двигательной деятельности (сюжетные, подвижные игры) связаны с общим стремлением детей к самостоятельной и двигательной активности. Они находятся в прямой зависимости от влияния педагога. Педагог организует атмосферу коллективной деятельности, положительную эмоциональную обстановку, в которой дети чувствуют себя спокойно, уверенно, не испытывают огорчений по поводу неудач. Т.Э.Токаева показывает, что в процессе выполнения физических упражнений можно создать ряд условий (внутренних и внешних), обеспечивающих воспитание самостоятельности ребенка: накопление информации в виде идиомоторных образов физических упражнений, двигательного опыта, имеющего личностный смысл; овладение правильными эталонами техники физических упражнений; овладение разнообразными двигательными моделями, которые ребенок может выбрать

для себя в момент созревания "Я"; получение оценки, сравнение задуманной цели и результата выполнения физического упражнения; прогнозирование, контролирование своих действий и действий товарищей. Таким образом, у детей возникает своеобразный "детский ориентировочный двигательный идеал", и они становятся способными переносить движение в другие виды деятельности, что важно для самоопределения в собственном поведении.

Благоприятные условия для формирования опыта самостоятельного выполнения движений раскрыты в исследовании В.А.Шишкиной. Ими выступают: организация физкультурно-игровой среды; закрепление в распорядке дня времени для самостоятельной двигательной деятельности (во время утреннего приема, до и между занятиями, на прогулке, после сна, в вечернее время в детском саду и семье); владение воспитателем специальными (опосредованными) методами активизации двигательной активности детей (предусмотреть каждому место для движений, привлекать детей к размещению физкультурных пособий, объединять в совместной деятельности детей разной подвижности и др.).

И.М.Воротилкина для привлечения детей к самостоятельной двигательной деятельности предлагает использовать физкультурно-познавательные занятия, задачи которых направлены на обогащение детей знаниями о пользе занятий физической культурой; воспитание интереса к движению, желание самостоятельно заниматься физическими упражнениями; овладение основными культурно-гигиеническими навыками, воспитание привычки к чистоте и опрятности; развитие любознательности, умственных способностей ребенка.

Развитие произвольности поведения с помощью физических упражнений и игр связано в работах ученых с формированием направленности ребенка на собственные внешние или внутренние действия, в результате чего рождается способность управления собой. В исследовании Н.В.Феногеновой такая работа имеет четкую последовательность. На первом этапе дети обучаются продуктивному взаимодействию друг с другом. Этому способствуют

игры-забавы "Карусели", "Пузырь", "Каравай" и др. В них играющие согласовывают свои действия не по ролям, а по смыслу деятельности. Они проявляют находчивость, изобретательность, так как придуманные задания новые и демонстрируются в нужный момент. После освоения игр-забав используются сюжетно-ролевые подвижные игры, в которых взаимодействие детей заключается не только в повторении движений за водящим, но и в ответной реакции на его слова или действия. Действие по инструкции является средством овладения ребенком своим поведением. Для формирования навыков самоконтроля создаются педагогические ситуации в виде сравнения выполнения упражнений с образцом, введение в игры судей, зрителей. Затем дети обучаются работе по собственному плану, ориентируясь на правила, обобщенно определяющие способ действия. Для этого используются игры с элементами спорта (баскетбол, футбол и др.). В них дети подчиняют свое поведение целям команды, самостоятельно принимают решение в зависимости от игровой ситуации. Данное содержание работы раскрывает дополнительные возможности использования подвижных игр для личностного развития детей.

Отдельно следует выделить работы, в которых раскрыта возможность формирования с помощью физических упражнений и игр такого важного компонента личности как самооценка. В исследовании Л.И.Бершедовой формирование самооценки дошкольника осуществляется в процессе спортивных занятий через игровую деятельность, путем ее целенаправленного усложнения и обогащения за счет введения учебных задач и действий спортивной направленности. В эксперименте широко используются подвижные и спортивные игры, в которых актуализируются: групповые формы оценки детей, направленные на осознание способов действий, самостоятельные оценки детей деятельности своих сверстников, самооценка детей, выражающаяся в осознании своей двигательной активности, ее сильных

и слабых сторон. Автор делает вывод, что необходимым условием развития контроля действий является не только осознание ребенком своей деятельности и ее результатов и регуляция своего поведения в соответствии с ним, но и осуществление оценки и контроля действий своих сверстников.

А.И.Силвестру констатирует, что успех ребенка в соревновательных играх способен внести определенные коррективы в общее представление о себе. С детьми, недооценивающими свои возможности в области движений, он организовал специальные индивидуальные и совместные занятия по обучению прыжкам в длину. При этом сверстник-напарник подбирался так, что уступал испытуемому в умении прыгать. Это укрепляло у "пессимиста" веру в себя, свою способность превосходить других детей. После преобразующих занятий получено 84% точных ответов детей о показателях прыжков (по сравнению с 36% до них), исчезли случаи недооценки своих достижений, а 16% испытуемых дали завышенную оценку выполняемым упражнениям.

В исследовании Г.А. Петрушиной методика формирования самооценки двигательных действий для работы с детьми дошкольного возраста не требует создания специальных условий. Главное – творческий подход к планированию занятий, знание индивидуальных особенностей, уровня сформированности двигательных умений и навыков. Поскольку эффективность формирования самооценки двигательных действий определяется непрерывностью и систематичностью работы, рекомендуется проводить не менее 3-х занятий в неделю и осуществлять постепенный контроль за физическим состоянием детей. Формирование самооценки на физкультурном занятии проходит успешнее в условиях, обеспечивающих непосредственное участие детей в оценочном процессе. Ребенок строит самооценку с опорой на анализ своей деятельности, ее способов и результатов, на анализ своих поступков, их побудительных причин и последствий.

Абсолютно новое видение и осмысление в работах отечественных и зарубежных авторов приобретает проблема усвоения детьми двигательного материала с позиции культуротворческой деятельности. По логике этого подхода физическая культура выступает для ребенка не как система готовых, застывших, окончательно сложившихся элементов, а как открытая для изменения складывающаяся структура. Сам процесс культуросвоения считается творческим. Для того чтобы "запустить" механизм творческого присвоения ценностей физической культуры ребенком, необходимо предусмотреть своего рода "перекодирование" различных двигательных проблем на "язык" детских движений. Это позволит самим детям подключиться к активному восприятию и решению этих проблем на доступном им уровне. Специальные формы "исследовательской" деятельности включают в программное содержание творчески развивающих занятий физической культурой дошкольников Л.Д.Глазырина; Е.А.Сагайдачная, Т.С.Яковлева; В.Н.Шебеко. Они используют игровые двигательные задания с проблемно-творческим содержанием, пространственные тренировки, подвижные игры. Эти формы двигательной деятельности формируют двигательное воображение, развивают творческие возможности ребенка в процессе становления его моторной сферы.

В методике О.М. Гребенниковой эффективность проведения физкультурных занятий с детьми основана на использовании комплексной методики, направленной на развитие эмоциональной и эстетической сферы личности, сочетающей физические упражнения со специальными заданиями, для решения которых необходимо проявление творчества. Разработка программ с направленностью на развитие творчества обеспечивает развитие основных физических качеств, создает условия для самореализации и оптимизации процесса освоения "школы движений".

В работах Э.Я.Степаненковой использование разнообразных комбинаций движений в подвижных играх активизирует творчество детей, способствует использованию физических упражнений в качестве средства решения

двигательных задач и основного фактора их выразительности. При ведущей роли педагога дети привлекаются к составлению вариантов игр, учатся самостоятельно их организовывать. Наивысшим уровнем детского творчества является придумывание новых подвижных игр по сюжету знакомых художественных произведений. Творческая направленность игровой деятельности детей определяется продуманной эмоционально-образной методикой руководства игрой. Задача состоит в том, чтобы постепенно формировать у детей положительно-эмоциональное отношение к игровым образам, чувство сопереживания и творческого соучастия в игровой ситуации.

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, психологическую готовность на усвоение больших объемов информации.

Таким образом, в современном физическом воспитании дошкольников физические упражнения рассматриваются шире, чем только средство формирования двигательных умений и навыков, физических качеств ребенка. С их помощью дети получают информацию об окружающем мире и о себе, учатся осознавать себя как часть природы и общества.

### **Контрольные вопросы и задания**

1. Дайте определение понятию «лично-ориентированный подход». Приведите фамилии ученых, исследовавших данную проблему.
2. Назовите основные составляющие и характерные черты лично-ориентированного подхода.
3. Продолжите фразу: «Тесная взаимосвязь физических и психических функций ребенка объясняется тем, что развитие любого двигательного качества связано с ...».

4. Вспомните, кому из известных ученых принадлежит высказывание: «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».

5. Назовите научные достижения лаборатории А.В.Запорожца в описании движений дошкольника.

6. Раскройте методы умственного развития дошкольников в процессе физического воспитания.

7. Перечислите условия, способствующие формированию опыта самостоятельного выполнения движений, раскрытые в исследовании В.А.Шишкиной.

8. Перечислите условия, стимулирующие волевою активность детей при выполнении физических упражнений. Назовите возможные пути усложнения упражнений.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ