

КОМПЛЕКСНОЕ ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПСИХОФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В.Н. Шебеко, М.Б. Зацепина

Аннотация. В статье рассматривается проблема комплексного влияния физической культуры на психофизическое развитие детей. Показано содержание работы учреждения дошкольного образования, обеспечивающее развитие двигательной функции, двигательной активности ребенка, представлено современное направление формирования ценностного отношения детей к физической культуре.

Ключевые слова: физическая культура, физические упражнения, двигательные навыки, двигательная активность, оздоровительная тренировка, психический потенциал, ценностные ориентации.

Физическая культура занимает равноправное место в общей культуре человека и общества, где все виды культуры (материальная, духовная, физическая) взаимообуславливают, взаимоподдерживают, взаимопроникают друг в друга. По мнению Н.Н. Визитей [2], именно физическая культура является самым первым видом культуры личности и общества, представляя собой базовый, фундаментальный слой, интегрирующее звено общей культуры.

Исторически физическая культура складывалась, прежде всего, под влиянием практических потребностей общества в полноценной физической подготовке подрастающего поколения и взрослого населения к труду. Вместе с тем по мере развития систем образования и воспитания она становилась базовым фактором формирования двигательных умений и навыков.

Под влиянием научно-технической революции в физической культуре произошел процесс сложных изменений. Она стала объективной потребностью общества и личности, социальной ценностью, важной частью культуры. Качественно новая стадия осмысления сущности физической культуры связывается с ее влиянием на духовную сферу человека как действенного средства интеллектуального, нравственного, эстетического воспитания.

В современном представлении понятие «физическая культура» включает в себя как минимум три аспекта: деятельностный, представленный физическим воспитанием - культура как процесс или способ рационально организованной деятельности по преобразованию телесности и воспитанию духовности; предметно-ценностный - культура как совокупность предметов и специфических знаний для удовлетворения общественных и личностных потребностей в интересах физического совершенствования человека и персонифицированно-результативный - культура как результат деятельности, воплощенный в самом человеке в виде физических качеств, освоенных

двигательных навыков, знаний и убеждений в необходимости занятий физическими упражнениями. Современные представления о физическом воспитании отражают не только его прикладной характер, но и вопросы социализации личности, ее интеллектуальное, психологические, духовное, творческое развитие и долголетие.

Физическая культура ребенка дошкольного возраста – это его эмоциональное восприятие ощущений от окружающего мира и собственного внутреннего состояния в процессе двигательной деятельности во взаимодействии с личным двигательным опытом и двигательным опытом окружающих его взрослых.

Формирование физической культуры в дошкольном возрасте большинство ученых определяют как процесс воздействия на физическую природу ребенка. Методика организации физического воспитания с тренирующей направленностью работы давно и хорошо известна. Именно ей посвящено большинство диссертационных исследований. Результативность физического воспитания ученые определяют повышением уровня физического развития, двигательной активности, формированием двигательных умений и навыков, развитием физических качеств ребенка. Так, первыми научными исследованиями по проблеме физического воспитания была поставлена задача развития движений детей дошкольного возраста показано развивающее значение этого вида работы. Многочисленные научные исследования по проблеме формирования двигательных умений у дошкольников проведены в 70-80 годы специалистами НИИ дошкольного воспитания АПН СССР. В результате проведенной работы были уточнены задачи в области физического воспитания детей, предложены новые обучающие методики. Полученные данные о возрастных возможностях развития движений в дошкольном возрасте явились основанием для значительного повышения программных требований к формированию двигательной функции и двигательной активности дошкольников. Комплексное изучение двигательной активности детей выполнено В.А. Шишкиной [7]. Автором составлены характеристики двигательной активности 2-3-летних детей в разные сезоны года по показателям объема, продолжительности, интенсивности, содержанию. Установлено, что для детей младшего дошкольного возраста характерна частая смена движений и поз (от 30 до 70 и выше в мин.), двигательная активность выше в весенне-летний период, чем в осенне-зимний. Были разработаны и рекомендованы практике методы руководства двигательной активностью детей разной подвижности, предложены игровые упражнения и игры. Результаты исследований по проблеме двигательной активности детей оказались концептуально значимыми для внесения дополнений не только в область физического воспитания, но и всего образовательного процесса в учреждении дошкольного образования.

В последнее время физическое воспитание дошкольников дополнено внедрением в практику работы детских садов избранных элементов

технологий спортивной тренировки. Еще в 60-е годы группа ученых во главе с В.К. Бальсевич [1], задумалась о творческом переносе наработанных в спорте технологий преобразования физического потенциала человека в сферу физического воспитания подрастающего поколения и назвала это спортизацией. По мнению В.К. Бальсевич, интеграция избранных элементов спортивной тренировки в физическое воспитание детей имеет достаточно глубокий методологический смысл, поскольку она инициирует поиск путей их взаимного обогащения, позволяющее получить нечто значительно большее, чем просто сумму новых технологических возможностей. Цель спортивной тренировки определяется необходимостью создания фундамента физического здоровья, основы его кинезологического потенциала, а специфика ее содержания связана с возрастными особенностями растущего организма и обусловленными этим известными ограничениями видов физических нагрузок. Таким образом, под оздоровительной тренировкой понимается процесс адаптации организма к физическим нагрузкам с целью укрепления здоровья, совершенствования физического и психического потенциала ребенка. Необходимость использования спортивной тренировки с целью совершенствования физического потенциала детей дошкольного возраста признается многими исследователями. Работы Т.И. Осокиной [4], В.Н. Шебеко [5], С.Б. Шармановой [6] и др. показывают возможность включения спортивной тренировки в процесс физического воспитания детей. Вышеперечисленные факты позволяют сделать вывод, что формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств у детей дошкольного возраста, оказывает комплексное влияние на организм ребенка, обеспечивает повышение уровня его двигательных способностей, формирует физическую культуру.

Вместе с тем, 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. На сегодняшний день значимым для оптимизации физического состояния дошкольников выступает не количество движений (объем нагрузки), а их качество, позволяющее сочетать формирование двигательных умений и навыков с воздействием на интеллектуальную, волевую, мотивационную и другие сферы личности ребенка. Взаимосвязь двигательной деятельности и психических процессов (внимания, памяти, мышления, воображения и т.п.), лежащих в основе психики ребенка, раскрыта в работах многих ученых. Исследование развития двигательных действий ребенка, обуславливающих его психическое развитие, выполнил А.В. Запорожец [3]. 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. По мнению А.В. Запорожца, 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 ребенка 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. С учетом выдвигаемых научных положений в современный период учеными разработаны новые технологии физического воспитания, способствующие развитию когнитивных и психических способностей детей. Особый интерес вызывают технологии, формирующие ценностное отношение детей дошкольного возраста к физической культуре. Ценностное отношение представляет собой сознательное восприятие личностью объекта «физическая культура», выражающееся в готовности и способности использовать его ценности в целях самовоспитания и саморазвития. Система ценностных ориентаций выступает «свернутой» программой жизнедеятельности и служит основанием для реализации определенной модели личности. В области физической культуры такой моделью выступает физическая культура личности. Физическая культура личности – результат личностного осмысления, выработки представлений, отношений, убеждений, «программ поведения» [2]. Основными показателями физической культуры как свойства и характеристики отдельного человека выступают: определенный уровень специальной образованности (уровень знаний об организме, о физическом состоянии, о средствах воздействия на него и методах их применения); физическое совершенство, составляющее фундамент активной, социально значимой, физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности в целом; мотивационно-ценностные ориентации (мотивы, интересы, установки, убеждения, потребности). В дошкольном возрасте формирование физической культуры личности связано с совершенствованием организации физического воспитания, пересмотром содержания физкультурно-оздоровительной работы в учреждении дошкольного образования.

Таким образом, современные образовательные технологии физические упражнения рассматривают шире, чем только средство формирования двигательных умений и навыков, физических качеств, двигательной активности ребенка. С их помощью дошкольник получает информацию об окружающем мире и о себе, учится осознавать себя как часть природы и общества.

Литература

1. Бальсевич, В.К. Конверсия технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и

спорта для всех / В.К. Бальсевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1993. – № 4. – С. 21-23.

2. Визитей, Н.Н. Физическая культура личности / Н.Н. Визитей. – Кишинев: Штиинца, 1989. – 108 с.

3. Запорожец, А.В. Развитие произвольных движений / А.В. Запорожец. – М., 1960. – 430 с.

4. Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – М.: Просвещение, 1986. – 304 с.

5. Шебеко, В. Физическая культура дошкольника / В. Шебеко // Дошкольное воспитание. – 2009. – № 5. – С. 18-23.

6. Шарманова, С.Б. Инновационные подходы в физическом воспитании детей дошкольного возраста / С.Б. Шарманова, А.И. Федоров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – № 4. – С.51-54.

7. Шишкина, В.А. Базисная модель физического воспитания детей дошкольного возраста в Республике Беларусь: монография / В.А. Шишкина. – Могилев, 2007. – 238 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ