

Формирование физкультурных знаний у детей дошкольного возраста

*В.Н. Шебеко, доктор пед. наук, доцент
БГПУ им. М. Танка г. Минск, Беларусь*

Знания принято рассматривать как обобщенное отражение в сознании ребенка объективного мира, окружающей действительности. В.И. Логинова [1] отмечала, что в программе знаний для детей детского сада должно быть оптимально отражено не только количество объектов познания, их перечень, но и содержание знаний об окружающей действительности с его качественными характеристиками и переходами. Н.Н. Поддьяков [2] утверждал, что сегодня в детском саду образовательный процесс следует строить таким образом, чтобы одновременно с формированием ясных отчетливых знаний оставалась зона «неопределенных, неполных знаний», на самостоятельное уточнение которых педагог направляет внимание дошкольников. Дети же не ждут исчерпывающих разъяснений взрослого, а на основе возникшего интереса сами ищут возможность уточнения того, что им неясно, строят догадки, задают вопросы, экспериментируют. Исследователь подчеркивает, что принципиальное отличие неясных, неопределенных знаний от ясных и устойчивых знаний заключается в том, что у первых, как правило, ярко выражен момент самодвижения, саморазвития. Он заключается в поисковых действиях ребенка, направленных на интересующий его объект для получения новых сведений о нем. Ребенок совершает свой поиск путем комбинаторного перебора, проверки имеющихся вариантов знаний, а также путем построения новых стратегий исследования.

В современной теории и методике физического воспитания детей дошкольного возраста физкультурные знания ученые рассматривают в качестве условий формирования личностной позиции ребенка о том, как сохранить и укрепить собственное здоровье [3]. Основой физкультурных знаний, позволяющих целенаправленно корректировать представления

дошкольника об окружающем и за счет этого изменять свое поведение выступают:

- знания о здоровье, своем 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 простейших правил сохранения и укрепления здоровья, правил 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 основ личной гигиены: необходимо 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 хранения предметов личного обихода;

- 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 и представления о своем организме: строение скелета, значение мышц, строение и деятельность головного мозга, сердца, органов дыхания. Овладение данной информацией помогает ребенку лучше понять себя, а знания о своей телесности выполняют функцию ориентиров поведения, учат детей адекватно реагировать на изменения окружающей среды;

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

Формирование физкультурных 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 Чумазяя 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. Постепенно правила здорового образа жизни входят в сознание ребенка как естественные, приятные и обязательные.

Источником получения физкультурных знаний выступает бытовая деятельность детей (закаливание, гигиенические процедуры), занятия физическими упражнениями. Большое внимание уделяется физкультурно-познавательным занятиям (беседа, дидактическая игра), основой которых является интеграция познавательной и двигательной деятельности детей. На таких занятиях ребенок учится рассуждать о здоровье. Основным методом обучения выступает беседа. Ее суть в том, чтобы высказался каждый ребенок и на основе собственного опыта и полученных знаний рассказал о правилах здорового образа жизни. Темы бесед отражают проблемы, связанные с факторами, укрепляющими и разрушающими здоровье (гигиена, питание, закаливание, двигательная активность, режим дня и др.). Важным приемом образовательной деятельности выступает включение в занятие (дидактическую игру) игровых персонажей (доктор Айболит, Мойдодыр, Неболейка, девочка Чумазя). От имени персонажа педагог помогает ребенку поговорить с самим собой, прислушаться к себе, лучше понять себя. Общий эмоциональный опыт создает психологическое пространство, помещает ребенка в мир доверия, создает чувство уверенности и эмоционального комфорта. Развивающий эффект таких занятий проявляется в интересе и желании детей поговорить об услышанном вне занятий. Постепенно правила здорового образа жизни входят в сознание ребенка как естественные, приятные и обязательные.

Работа по формированию физкультурных 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.

В результате освоения физкультурных знаний у детей формируется правильное отношение к своему здоровью, развиваются умения и навыки, которые позволяют успешно взаимодействовать с окружающей средой, – дети начинают понимать, при каких условиях среда обитания безопасна для

жизни и здоровья, осознавать вклад каждой системы организма в выживание и здоровье.

Список использованных источников

1. Логинова, В.И. Формирование системности знаний у детей дошкольного возраста: ... дис. д-ра пед. наук: 13.00.01 / В.И. Логинова. – Ленинград, 1984. - 444 с.
2. Поддьяков, Н.Н. Проблемы психического развития ребенка / Н.Н. Поддьяков // Дошкольное воспитание.– 2001.– № 9.– С. 68-75.
3. Полтавцева, Н.О. О программе знаний физической культуры для дошкольников / Н.О. Полтавцева // Дошкольное воспитание. – 1997. – № 5. – С.14.