

## **Индивидуально-дифференцированный подход в физическом воспитании детей**

*Зацепина М.Б.  
доктор педагогических наук,  
профессор  
МГГУ им. М. Шолохова*

*Шебеко В.Н.  
доктор педагогических наук,  
доцент  
БГПУ им. М. Танка,  
Минск, Республика Беларусь*

*Аннотация: в статье обоснована необходимость реализации индивидуально-дифференцированного физического воспитания, помогающего педагогу дошкольного образования развивать и совершенствовать двигательные способности детей.*

*Ключевые слова: физическое воспитание, индивидуально-дифференцированный подход, двигательный навык, физическая подготовленность.*

В последние годы в теории и методике физического воспитания детей появились исследования, рассматривающие физическое воспитание в контексте не только соматического, физического здоровья ребенка, но, что очень важно, в современных условиях, как фактор психического здоровья, фактор общеличного развития [2]. Значимым для оптимизации физического состояния выступает не количество движений (объем нагрузки), а их качество, позволяющее сочетать формирование двигательных умений и навыков с воздействием на интеллектуальную, волевою, мотивационную и другие сферы личности. В этих условиях важное значение приобретает проблема формирования физической культуры личности ребенка. Физическая культура личности - это устойчивое качество личности, определяющее заботу человека о поддержании в норме и совершенствовании своего физического состояния. Основными показателями физической культуры как свойства и характеристики отдельного человека являются: знания в области

физического совершенствования, двигательные умения и навыки, способность к самоорганизации здорового образа жизни, социально-психологические установки, ориентирующие на занятия физическими упражнениями. С позиции методологического подхода признается развитие физической культуры личности в различных видах деятельности.

В дошкольном возрасте формирование физической культуры личности традиционно связано с двигательным компонентом, основная суть которого – формирование двигательных умений и навыков. Многочисленными исследованиями ученых определены особенности формирования двигательных умений и навыков у детей, выявлены факторы этому способствующие. Важно, считают исследователи [1, 3], 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.

Одним из резервов оптимизации физического воспитания в дошкольном учреждении является осуществление индивидуального подхода к детям, позволяющего обеспечить максимальное развитие двигательных способностей каждого.

Изучая отдельного ребенка, ученые ставят своей целью систематизацию и группировку типических проявлений детей, установление закономерностей и общих тенденций в их развитии. Поэтому наряду с понятием «индивидуальный подход» используется понятие «дифференцированный подход». Он предполагает деление детей на сравнительно одинаковые группы, основанные на сходных типических особенностях, что позволяет осуществлять обучение различное по объему,

содержанию, методам и приемам работы. С точки зрения дидактических соотношений, индивидуальный подход понимается как основной процесс обучения, а дифференцированный подход – как конкретная форма организации обучения, предоставляющая оптимальные условия для реализации этого принципа [4].

На занятиях по физической культуре в качестве критерия создания дифференцированных групп выступает физическая подготовленность детей, под которой понимается уровень двигательных умений и навыков, физических качеств ребенка. Определение характера физической подготовленности и знания педагога о физических возможностях дошкольников позволят скорректировать программу физического воспитания детей.

Индивидуально-дифференцированный подход с учетом уровня физической подготовленности занимающихся, предполагает индивидуальный подбор методов обучения и широкое использование дифференцированных двигательных заданий.

На занятиях по физической культуре задачи индивидуальной работы с дошкольниками, имеющими высокие показатели физической подготовленности, направлены на совершенствование и дальнейшее развитие их двигательных способностей. Этому способствует выполнение знакомых упражнений в новых сочетаниях, из необычной исходной позиции, в новых условиях. Используется частичный показ, выполнение упражнений по схеме, рисунку. Такие задачи вплетаются в спектр привычных видов двигательной деятельности ребенка и дают возможность каждому проявить свою индивидуальность.

На совершенствование двигательных способностей детей направлена также деятельность, в которой существует определенная иерархия задач различной степени трудности, причем результаты их достижения (успехи и неудачи) легко определяются самими дошкольниками. Детям предлагается: создать первоначальный образ двигательного действия;

перенести двигательные навыки в новую двигательно-игровую ситуацию; соотнести характер выполнения движения с конкретной ситуацией; рассказать о том, как будет выполняться упражнение; выделить элементы двигательного действия; найти отличие и сходство в выполнении упражнения двумя детьми; сравнить свои действия с прежними собственными результатами. В результате таких действий у дошкольников формируются умения выступать инициатором двигательной деятельности, иметь собственную позицию в ее построении, объяснять свои действия, самостоятельно находить и исправлять ошибки.

Эффективен в работе с детьми, имеющими высокие показатели физической подготовленности, метод развивающего дискомфорта, основная суть которого - психологическое «перестраивание» стихийно возникающих и специально организованных эмоционально негативных ситуаций. Есть данные, что в ряде случаев энергетически большим эффектом обладают именно отрицательные эмоции, тогда как положительные при превышении определенного объема расслабляют ребенка, приводят к душевному застою, а иногда и к психической и физической деградации. В физическом воспитании дозированный неуспех чередуется с привычным для дошкольника успехом [5]. Полезны 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 имеет место при значительной продолжительности работы (бег на длинные дистанции, прыжки со скакалкой, лазание по канату и др.), с которой дети справляются при предельном напряжении сил. Большая нагрузка формирует у них «сценарий победителя» и одновременно психологическую готовность к неудаче. Предлагается она дошкольникам при целенаправленном контроле педагога и врача.

Дети с низкими показателями физической подготовленности нуждаются в замедленном показе упражнений, с указанием, на какой элемент техники необходимо обратить особое внимание, наиболее сложные упражнения им следует демонстрировать в различных плоскостях, многократно повторяя показ в процессе занятия. Важно подчеркнуть особенности наиболее сложных элементов движения, сделать указание о необходимости сохранения нужного положения тела при его выполнении. При подборе двигательных заданий особое внимание следует уделить технике основных движений (прыжки, бег, лазание, метание), для чего создавать условия для игр с движениями, проводить игры, во время которых дети выполняют одинаковые упражнения с установкой на их качественное выполнение. 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, возможности. В преодолении негативного эмоционального состояния детей важно осуществить поддержку положительного эмоционального тонуса и стимуляцию двигательной активности дошкольников. Это достигается приемами включения детей в игры с эмоционально ярким содержанием, поощрения малейших достижений при выполнении двигательных действий. Обеспечиваются условия для проявления активности, решительности, смелости ребенка, чему способствует накопление положительного опыта общения со сверстниками в играх, в которых дети с низкими показателями физической подготовленности выступают исполнителями. Позже идет дальнейшее накопление положительных эмоциональных переживаний через положительную оценку педагогом достоинств ребенка (ловкий, быстрый, смелый, решительный).

Вышеперечисленные факты позволяют сделать вывод, что методы и приемы работы, учитывающие уровень физической подготовленности детей, помогают каждому ребенку сознательно управлять своими движениями, самостоятельно наблюдать и анализировать различные ситуации, выбирая наиболее эффективный способ реализации двигательного поведения применительно к конкретным условиям взаимодействия с окружающей средой.

#### Список использованной литературы

1. Бурма, А.В. Дифференцированный подход к старшим дошкольникам как условие их подготовки к школьному обучению: дис. ... канд. пед. наук. 13.00.01 / А.В. Бурма. – СПб., 1992. – 217 с.
2. Воротилкина, И.М. Развитие самостоятельности в двигательной деятельности детей и молодежи: монография: М.: МГПУ, 2005. – 231 с.
3. Голубева, Г.Н. Взаимосвязь уровня двигательной активности, типа подвижности и адаптации детей дошкольного возраста / Г.Н. Голубева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - № 2. - С.51 - 52.
4. Индивидуально-дифференцированный подход в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста: сб. науч. тр. / Акад. пед. наук СССР; редкол.: Н.Т. Терехова (отв. редактор) [и др.]. – М., 1989. – 142 с.
5. Юркевич, В.С. Развивающий дискомфорт в народной и профессиональной психодидактике/ В.С. Юркевич // Одаренный ребенок. – 2002. – № 2. – С. 36-40.