

В МИРЕ ДВИЖЕНИЙ

От автора В.Н. Шебеко

Учебное наглядное пособие «В мире движений» (от 3 до 5 лет), входит в серию «Мир детства», предназначенную для индивидуальной и групповой работы с детьми в учреждениях дошкольного образования и дома, в часы семейного досуга.

Пособие содержит развивающие игры физкультурной тематики («Узнай движение», «Физкультура на кубиках», «Лишняя картинка», «У всех своя зарядка», «Учимся плавать»), направленные на обогащение двигательного опыта, психическое развитие детей двух возрастных групп: второй младшей (от трех до четырех лет) и средней (от четырех до пяти лет). Игры помогают воспитанникам знакомиться с окружающим миром, закреплять представления о видах физических упражнений, технике их выполнения, способах использования в жизни людей. Выполняя правила игры, дети демонстрируют окружающим свои двигательные способности, учатся самостоятельно принимать двигательные решения, контролировать свои действия. Формирующееся при этом самосознание позволяет ребенку лучше осознать выполняемые движения, полнее реализовать намерения двигательного поведения в различных видах деятельности.

В работе с учебным наглядным пособием ведущая роль принадлежит Вам, взрослые. Являясь организатором и активным участником игрового общения с ребенком, Вы устанавливаете с ним доверительные отношения, при помощи игровых приемов объясняете правила игры, показываете пример выполнения игровых действий, помогаете ребенку наиболее полно и точно запечатлеть физические упражнения в памяти. Важно, чтобы ребенок не уставал, не скучал, выполнял двигательные задания с желанием и интересом. Не забывайте быть внимательными и доброжелательными к детям, поощрять их инициативу. От Вас зависит, насколько успешным будет каждый ребенок в игре. Желаем Вам и Вашим детям успеха!

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И РОДИТЕЛЕЙ

Целесообразность проведения любого физкультурного мероприятия в учреждении дошкольного образования и семье рассматривается с позиции сохранения и укрепления здоровья детей. Только здоровый ребенок способен к полному раскрытию своих потенциальных возможностей и природных задатков. Именно поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья детей является приоритетной, требующей активных действий, в первую очередь, со стороны педагогической науки, поскольку сам феномен «здоровье» является не только важнейшей социально-значимой ценностью, но и показателем результативности образовательной стратегии в целом.

Эффективный способ укрепления здоровья ребенка – овладение им жизненно важными движениями, в первую очередь, основными их видами, к которым относятся: ходьба, бег, прыжки, катание, бросание, метание, ползание, лазание. Выполнение основных видов движений совершенствует не только строение тела ребенка, но и функциональные возможности его организма, развивает познавательные способности, волевые, эстетические качества личности.

Рассматривая роль движений в общем развитии детей, российский ученый-педагог Е.А. Аркин отмечал, что развитие движений сказывается не только на формировании и совершенствовании работы основных органов и систем детского организма, функциональном дозревании центральной нервной системы, но и является условием нормального психического развития ребенка: с первых месяцев жизни он с помощью движений взаимодействует с окружающим миром, познает его, общается, выражает свое отношение к нему, включается в деятельность, осваивает человеческую моторику, культуру и в результате развивается как личность.

В дошкольном возрасте развитие движений происходит не только вследствие дозревания всех систем организма, но и в результате обучения под руководством взрослого, благодаря постановке перед детьми определенных двигательных задач, освоение которых задействует «зону ближайшего развития». По мнению Л.С. Выготского, «зона ближайшего развития» определяется тем, как ребенок в созданной педагогической ситуации выполняет трудное для его возраста задание, нуждается ли он в помощи путем показа, наводящего вопроса и т.п. Значимой здесь выступает собственная активность ребенка, проявляющаяся в предварительной ориентировке в материале. Расхождение между уровнем решения задач, доступных под руководством взрослых, и уровнем решения задач, доступных в самостоятельной деятельности, определяет «зону ближайшего развития» детей.

В решении проблемы развития движений большую роль играет активизация положительных эмоций воспитанников. Выполняя связующую роль между потребностью и поведением, эмоции побуждают к определенной деятельности, модулируют этапы ее протекания, оценивая результат. Они дают ребенку возможность прочувствовать последствия своей деятельности. Дети стремятся еще раз пережить такое же эмоциональное состояние, заняться вновь деятельностью, которая его вызывает (Л.С. Выготский). Такое сопровождающее взаимодействие актуализирует двигательный опыт ребенка, формирует умение применять его в различных ситуациях, возникающих за пределами специально организованной взрослым двигательной деятельности.

Вступая в определенные отношения с миром движений, дети не только преобразуют свою двигательную деятельность, но и развивают свои индивидуальные и личностные свойства, свою субъектность. Исследователи (И.М. Воротилкина, М.С. Мельникова, Т.Э. Токаева) возможность проявлять ребенком свою субъектную позицию в двигательной деятельности связывают с развитием самостоятельности как личностного качества, с помощью

которого он овладевает способностью независимо, автономно осуществлять перенос двигательного опыта в новые виды деятельности. У детей младшего дошкольного возраста самостоятельность выражается в желании и стремлении сделать что-либо самому. В среднем и старшем дошкольном возрасте это личностное качество представлено более широкими компонентами: стремлением к решению задач без помощи взрослого; умением поставить цель деятельности, осуществить элементарное планирование; реализовать задуманное и получить результат; проявить инициативу и творчество в решении возникающих проблем. Завершающая стадия (элементарное планирование, инициатива и творчество) формируется при условии правильного оценивания действий ребенка взрослым.

Эмоционально-личностному погружению детей в процесс обучения движениям способствуют развивающие игры физкультурной тематики, позволяющие в увлекательной форме оказывать разностороннее воздействие на организм и психику играющих.

Оздоровительная направленность развивающих игр определяется их влиянием на укрепление опорно-двигательного аппарата ребенка, гармоничное развитие всех мышечных групп, двигательных способностей, помогающих улучшить качество движений и необходимых ориентировок в пространстве. Оздоровление идет параллельно с совершенствованием деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, формированием умений приспосабливаться к меняющейся физической нагрузке и условиям окружающей среды.

Образовательное значение развивающих игр связано с умением детей воспринимать и грамотно выполнять физические упражнения, классифицировать их по видам, находить сходство и различие, правильно называть физические упражнения. Это формирует в сознании ребенка ориентировочную основу действий, образец поведения. Он усваивает, запоминает показанное движение, а затем действует в соответствии с образцом, технически правильно его выполняя. Побуждая ребенка объяснять увиденное на картинке движение, взрослый обучает его умению анализировать, делать обобщения и умозаключения.

Развивающие игры имеют широкое воспитательное значение. Они воспитывают у детей интерес к физическим упражнениям, создают бодрое, жизнерадостное настроение, чувство радости, эмоционального подъема от проявленных двигательных действий, учат произвольно управлять своим поведением, действовать в воображаемом плане. Групповые действия играющих обеспечивают высокую степень взаимодействия и проявления таких социально значимых черт личности, как сотрудничество, помощь, взаимопонимание. Ребенок в двигательной деятельности вступает в определенные отношения с миром вещей и миром людей, следовательно, он не только преобразует свою деятельность, но и самого себя, свои индивидуальные и личностные свойства, что в целом положительно влияет на его психическое развитие. Тесная взаимосвязь физических и психических функций ребенка объясняется тем, что развитие любого двигательного

действия связано, с одной стороны, с совершенствованием психической деятельности (улучшением психических функций внимания, восприятия, памяти, мышления, без которых невозможна практическая деятельность, функциональными изменениями в костно-мышечной системе и т.д.), а с другой – развитием механизмов деятельности центральной нервной системы, 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 (М.М. Кольцова).

Неокрепшему организму ребенка легко навредить, поэтому выбор игры определяется не только сложностью двигательных заданий, но и возрастными особенностями физического и психического развития детей. Известно, что в возрасте от 3 до 4 лет двигательные действия ребенка еще не полностью сформированы как произвольные, он не придерживается точно заданной формы движений, длительности выполнения требуемых элементов, нуждается в чередовании движений и отдыха. Темп выполнения движений у детей неустойчив, наблюдается недостаточная координация движений рук и ног, неуверенность ориентировки в пространстве. Однако развивающаяся двигательная память, позволяет ребенку самостоятельно воспроизводить знакомые двигательные действия, выполнять их с большей точностью, устанавливать сходство с образом. У большинства детей этого возраста наблюдаются первые попытки подчинять свои движения необходимости, добиваться поставленной цели. В деятельности детей отчетливо проявляются игровые мотивы поведения. В двигательной деятельности это состояние проявляется в радостном, игривом настроении, неукротимом стремлении придать игровой характер любому виду движения, что создает благодатную почву для широкого развертывания двигательного детского творчества.

Задачи развития движений детей от 3 до 4 лет определяются следующие:

- развивать интерес к физическим упражнениям, способность действовать по подражанию и самостоятельно;
- обучать технике выполнения основных видов движений (ходьба, бег, прыжки, катание, бросание, ловля, метание, ползание, лазание), общеразвивающих упражнений; соблюдать нужное направление, определенную последовательность структурных элементов, придерживаться точно заданной формы упражнения;
- знакомить с пространственными и зрительными ориентирами, физкультурным инвентарем;
- воспитывать потребность в двигательной активности.

В возрасте от 4 до 5 лет двигательные функции у детей формируются особенно интенсивно. Движения приобретают четкость, плавность, определенный темп, согласованность с коллективом. Ребенок хорошо различает виды физических упражнений, придерживается основных

требований их выполнения, оценивает качество. Знакомые физические упражнения может выполнять в более сложных вариантах и с большей нагрузкой. Двигательные действия становятся более осознанными. Ребенок понимает поставленную перед ним задачу, проявляет интерес к результату деятельности. Его интересуют суждения, оценки, мнения взрослого. Инициативность, самостоятельность проявляются в выборе видов движений, образов, которым ребенок подражает. Возросшие особенности физического и психического развития детей усложняют и содержание задач развития движений. Их содержание следующее:

- обучать новым способам выполнения основных видов движений (ходьба, бег, прыжки, катание, бросание, ловля, метание, ползание, лазание), общеразвивающих упражнений, добиваться их естественности, легкости, правильности;

- сообщать детям информацию об основных элементах техники физических упражнений, учить рассказывать о последовательности их выполнения;

- формировать умение различать виды физических упражнений, осуществлять их группировку;

- пытаться оценивать собственные движения;

- развивать произвольность действий, двигательную память, осознанную потребность в двигательной активности;

- воспитывать интерес к результатам собственных физических достижений.

При организации развивающих игр следует опираться на основные характеристики игровых взаимодействий взрослого и ребенка:

- признание уникальности и своеобразия каждого воспитанника;

- отношение к ребенку как к субъекту собственного развития;

- опора на естественный процесс саморазвития формирующейся личности;

- доверие к ребенку в выборе средств достижения поставленной цели;

- игровые взаимоотношения взрослого и детей.

В учреждениях дошкольного образования игры физической тематики могут применяться в нерегламентированной деятельности воспитанников, вне рамок занятий физической культурой. Они могут быть организованы в групповом помещении или в физкультурном зале с использованием необходимого для игры физкультурного оборудования и инвентаря.