

# ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ОСЛАБЛЕННЫМ ДЕТЯМ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ

## INDIVIDUALIZED APPROACH TO WEAKENED CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE IN PHYSICAL EXERCISES

**М. Э. Некрасова, M. Nekrasova**

Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка,  
Минск, Республика Беларусь

Науч. рук. – В. Н. Шебеко,  
канд. пед. наук, доцент

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема индивидуального подхода к ослабленным детям старшего дошкольного возраста на занятиях физическими упражнениями. Раскрыты методы обучения, с помощью которых дети выбирают рациональный способ двигательного поведения.

**Abstract.** The article discusses the problem of adopting individualized approach to weakened children of senior preschool age in physical exercises. The teaching methods are revealed in order to help children to choose a reasonable way of motion behavior.

**Ключевые слова:** индивидуальный подход; ослабленный ребенок; физические упражнения; состояние здоровья; индивидуальные методы обучения.

**Keywords:** individualized approach; weakened child; physical exercise; health status; individualized teaching methods.

В дошкольный период закладывается фундамент здоровья и полноценного физического развития детей. В ряду факторов сохранения и укрепления здоровья ведущая роль принадлежит физическим упражнениям, оказывающим влияние не только на формирование и совершенствование работы основных органов и систем детского организма, но и выступающим главным условием нормального психического развития ребенка. В старшем дошкольном возрасте дети осваивают сложные в техническом отношении упражнения, которые способствуют выработке умения правильно, в соответствии с заданием перемещать тело в пространстве, точно воспроизводить заданные траектории, направление, скорость, темп движений. В этом возрасте акцентируется развитие быстроты и выносливости, а также овладение детьми более сложными видами движений из арсенала спорта (плавание, ходьба на лыжах и др.) [3]. Развитие движений происходит вследствие созревания всех систем организма и в результате обучения под руководством взрослого, благодаря постановке перед детьми определенных двигательных задач. Однако эффективность занятий физическими упражнениями будет высока тогда, когда дети демонстрируют сильные стороны своего развития, проявляют инициативу и самостоятельность в различных видах двигательной деятельности. На занятиях

физическими упражнениями этому способствует индивидуальный подход к детям, который выражается в «непосредственном педагогическом воздействии на каждого ребенка при решении общих оздоровительных, образовательных и воспитательных задач» [5, с. 178].

Реализация индивидуального подхода ориентирована в первую очередь на учет состояния здоровья детей при обучении физическим упражнениям, так как на сегодняшний день в Республике Беларусь здоровье детей имеет тенденцию к ухудшению. В структуре заболеваемости наибольший удельный вес занимает патология органов дыхания (34,2%), второе место – нарушения опорно-двигательного аппарата (30,2%); третье – отклонения сердечно-сосудистой системы (17,6%) [2]. Ослабленные дети часто подвержены инфекционным и соматическим заболеваниям вследствие ослабленной иммунной системы, поэтому в большей мере, чем другие дети, нуждаются в индивидуальном подходе [1]. На занятиях физическими упражнениями такие дети отличаются сниженной работоспособностью, повышенной утомляемостью, трудностью переключения внимания. Они не могут в полном объеме выполнять физические упражнения, рекомендованные учебной программой дошкольного образования, нуждаются в индивидуализированных методах работы, способствующих их физическому развитию и физической подготовленности [4].

Организация индивидуального подхода к ослабленным детям состоит из ряда последовательных этапов:

- изучение информации о состоянии здоровья ребенка;
- наблюдение за самочувствием детей в разных формах работы по физическому воспитанию;
- формулирование задач, подбор индивидуальных методов обучения физическим упражнениям;
- взаимодействие педагогических работников и родителей детей по вопросам формирования здоровья ребенка.

Наблюдения за состоянием здоровья воспитанников позволяют выявить отклонения в психофизическом состоянии детей, «пограничные» нарушения здоровья по поведенческим реакциям. Поведение ребенка оценивается по таким показателям: «беспокойство, неусидчивость, расторможенность, нарушение дисциплины; быстрое нарастание утомления в процессе деятельности, истощение, рассеянность, невнимательность, безразличие; низкая оценка выполняемой работы, отказ от работы; чрезмерная тревожность, неуверенность в своих силах, ошибки в заданиях; неумение сконцентрироваться на задании, частые отвлечения; агрессивность, драчливость, неуправляемость» [5, с. 217].

Индивидуальный подход с учетом особенностей состояния здоровья детей предполагает индивидуальный подбор методов обучения и широкое использование дифференцированных двигательных заданий. На занятиях физическими упражнениями ослабленные дети нуждаются в замедленном показе упражнения с указанием, на какой элемент техники необходимо обратить особое внимание. Наиболее сложные упражнения им необходимо демонстрировать в различных плоскостях, многократно повторяя показ в процессе занятия. При подборе дифференцированных заданий особое внимание следует уделить технике выполнения основных видов движений, для чего создавать условия для игр с движениями, во время которых дети выполняют одинаковые упражнения с установкой на их качественный результат. Эффективна поддержка положительного эмоционального тонуса ослабленных детей, что может достигаться приемами их включения в игры с эмоционально ярким содержанием. В игре все дети выполняют одинаковые роли, и каждый ребенок действует индивидуально в зависимости от своих индивидуальных возможностей. Оживляют игру различные атрибуты, с помощью которых ослабленные дети легко входят в образ и двигаются, подражая герою. При подведении итога игры необходимо показать детям, как удалось достичь успеха, использовать положительную оценку достоинств ребенка («ловкий», «быстрый», «смелый», «решительный»).

Важно научить каждого ребенка сознательно управлять своими движениями, выбирая наиболее эффективный способ реализации двигательного поведения применительно к конкретным условиям взаимодействия с окружающей средой, понимать особенности каждого вида движения, преимущество его использования в двигательной деятельности.

#### *Список использованных источников*

1. Богина, Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях: метод. пособ. / Т. Л. Богина. – М. : Мозаика-Синтез, 2005. – 112 с.
2. Борисова, Т. С. Современные подходы к оценке и прогнозированию состояния здоровья детей / Т. С. Борисова, М. М. Солтан, Е. В. Колбина // Современные перинатальные медицинские технологии в решении проблем демографической безопасности: сб. науч. тр. / М-во здравоохран. Респ. Беларусь, Респ. науч.-практ. центр «Мать и дитя»; редкол.: К. У. Вильчук [и др.]. – Минск : ГУ РНМБ, 2013. – Вып. 6. – С. 96–102.
3. Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск : НИО; Аверсэв, 2019. – 479 с.
4. Чекунова, Е. А. Сохранение здоровья детей и педагогов в условиях детского сада. Учебное пособие / Е. А. Чекунова, Т. П. Колодяжная. – М. : УЦ «Перспектива», 210. – 189 с.
5. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учебник / В. Н. Шебеко. – Минск : Вышэйшая школа, 2021. – 278 с.