

## ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА

**В.Н. Шебеко**

*Резюме.* В статье излагаются современные подходы к проблеме формирования личности ребенка; представлена методика развития самооценки старшего дошкольника средствами физической культуры.

*Ключевые слова:* личность дошкольника, самосознание, самооценка, саморегуляция, самоконтроль, психические функции, двигательная деятельность, физические упражнения.

*Постановка проблемы.* В последние годы особое значение в педагогической науке приобрела проблема личности. Во многом это вызвано тем, что с решением данной проблемы связывают возможности обновления педагогической практики. В гуманистических концепциях перестройки системы образования упор делается на повышение внимания к ребенку как личности. Каждая наука разрабатывает проблему личности в соответствии со своим предметом. Созданные философами, психологами, представителями других наук концепции личности, данные, полученные в эмпирических исследованиях, сделанные на их основе выводы и обобщения очень важны с точки зрения педагогики. Педагоги черпают в них как теоретико-методологические идеи, так и конкретные факты, характеризующие особенности личности человека, социальные условия ее становления и развития.

В современной науке укрепилось утверждение, что человек как личность рождается многократно, на протяжении всего периода онтогенетического развития. Начало личности нельзя обозначить четким рубежом, даже таким, как 3-4 года, на который указывают некоторые авторы [4]. Отдельные проявления личности можно наблюдать и в возрасте одного года, и даже раньше. Дело в том, что личность – «это не однозначно описываемая структура, про которую можно в каждом конкретном случае точно сказать: она есть или ее нет. Скорее, личность – это форма

существования человека, которая поначалу занимает едва заметное место среди других, более примитивных форм его существования, затем все большее и большее и, наконец, становится абсолютно преобладающей» [4, с.12]. При этом развитие личности не представляет собой какой-то самостоятельный процесс. Практически все ведущие отечественные психологи развитие личности включают в общее психическое развитие ребенка и рассматривают психическое развитие в единстве с развитием личности [1, 3, 8, 9]. Исходя из этого положения, основные направления развития психики (способов и механизмов выполнения деятельности) находятся во взаимодействии с направлениями личностного развития (направленности, ценностных ориентаций, уровня притязаний, самосознания, способов взаимодействия с миром). Общим для развития психики и личности является их системность, интегративность, компенсаторность.

Говоря о развитии и формировании личности, необходимо учитывать, что эти понятия взаимосвязаны и дополняют друг друга. Под развитием личности понимается качественное изменение ее свойств, переход из одного качественного состояния к другому. В свою очередь формирование личности – это совокупность приемов и способов социального воздействия на ребенка, имеющих целью создать у него систему определенных социальных ценностей, собственное мировоззрение.

Среди многих факторов, оказывающих влияние на формирование личности дошкольника (социальных, культурных, гигиенических и др.), физическая культура занимает одно из важных мест. Она выполняет уникальную роль комплексного развития всех аспектов целостной личности (психического, физического, интеллектуального, эстетического, нравственного), постепенно подготавливая ребенка для включения во все усложняющиеся системы социальных отношений.

Результативность физического воспитания достигается благодаря использованию всей системы средств (физические упражнения, оздоровительные силы природы, гигиенические факторы др.), однако

наибольший удельный вес приходится на долю физических упражнений. Являясь биологической потребностью человека, движения служат обязательным условием формирования всех систем и функций организма. Именно поэтому они рассматриваются как основной признак жизни, как стержень всей жизнедеятельности и поведения человека и в то же время как формирующее начало в его развитии. При выполнении физических упражнений объектом воли и сознания ребенка является его собственное тело, его моторика, так называемое физическое «Я». Регулярные физические нагрузки требуют постоянных волевых усилий. Выполнение упражнений сопровождается насыщенными эмоциональными переживаниями, вызванными борьбой за лучший результат. Ребенок знакомится с разнообразными двигательными умениями, навыками, идеомоторными образами физических упражнений. Происходит переход от утилитарного упражнения к культуре движений. И совершенно не случайно в современных исследованиях сущность физического упражнения определяется как двигательное действие с его моторной и неизменно духовной сторонами [2, 7]. Это создает условия для разработки новых педагогических технологий, цель которых – использование средств физической культуры как предпосылок не только физического, но и личностного развития детей.

В исследованиях ученых развитие личности ребенка тесно связано с развитием его самосознания. Как считают психологи [6, 7], самосознание призвано обеспечить сознательное и свободное отношение ребенка к действительности, к себе и к своим собственным возможностям. В дошкольном возрасте формой проявления самосознания выступает самооценка. Она складывается на основе опыта, который дети приобретают в результате функционирования своего тела, оценок социального окружения, культурных норм, эталонов поведения. В исследованиях М.И. Лисиной [6], обосновано возникновение и развитие у ребенка с первых лет жизни глобального ощущения своей безусловной ценности. Это явление М.И. Лисина обозначает как общую самооценку, имеющую абсолютный

положительный характер и не зависящую от удач и неудач конкретных действий ребенка. Завышенная самооценка имеет закономерный характер и вытекает из природы процесса становления самосознания в этом возрасте. Оценивая себя по личностным качествам в границах «хороший-плохой», дети ориентированы на общее эмоционально положительное отношение к себе, на идеальное представление о своем «Я», независимо от реального поведения. Постепенно у дошкольника возрастает способность мотивировать самооценку, причем изменяется и содержание мотивировок. Дети 4-5 лет связывают самооценку в основном не с собственным опытом, а с оценочными отношениями окружающих, в 5-6 лет обосновывают положительные характеристики самих себя с точки зрения наличия каких-либо нравственных качеств. Кроме того, ребенок осознает не только те качества, которые характеризуют его сегодня, но и потенциальное «Я», при этом большинство ориентируется на положительный образ себя в будущем [8]. Этот процесс вполне закономерен и его проявление в самооценке дошкольника может служить показателем развития детской личности.

Каждый вид детской деятельности содержит разные возможности для формирования личности. Двигательная деятельность занимает значительное место в жизни ребенка. В активном взаимодействии со сверстниками дети приобретают не только двигательный опыт, но и опыт общения, самоутверждения. Это дает возможность более широко использовать физические упражнения для целенаправленного развития личности ребенка.

Цель нашего исследования – развитие самооценки ребенка-дошкольника в двигательной деятельности. Экспериментальная работа проводилась в течение года на базе учреждения дошкольного образования № 551 г. Минска. В эксперименте участвовало 126 детей старшего дошкольного возраста.

Известно, что развитие самооценки тесно связано с развитием интеллекта ребенка, его высших психических функций: мышления, памяти, внимания, восприятия. Они привлекают внимание дошкольника к его

собственными способностям, являются обязательным условием возникновения «личного самосознания». В нашем исследовании развитие мышления на занятиях физическими упражнениями осуществлялось в направлении включения мыслительных операций и интеллектуальных действий во все виды двигательной деятельности дошкольников. Операции анализа, синтеза, сравнения, нахождения сходства и различия в объектах, классификация, обобщение насыщали каждую форму работы по физическому воспитанию. Двигательные действия сочетались с развивающими играми, заданиями и упражнениями. Так, операция сравнения имела место при выполнении упражнения взрослым и ребенком, детьми разного уровня физической подготовленности. Ребенок находил признаки сходства и различия в выполнении движения, обобщал понятие "техника движения". Операции сериации способствовали "интеллектуальные игры". Ребенок набирал команду игроков и выстраивал их по росту; выполняя игровое задание в подвижной игре, сортировал предметы по размеру; подбирал спортивный инвентарь для спортивных игр, расставлял его в соответствии со схематическим изображением. Операция классификации и обобщения сопровождала анализ физического упражнения. Вначале дети учились рассказывать о технике движения, изображенного на схеме, а затем называли ошибки в его выполнении. Понятие "техника движения" обобщалось.

Среди основных методов развития памяти – использование образа как средства развития произвольной памяти. Ребенок запоминает образ предмета раньше, чем обозначающее предмет слово, поэтому при объяснении игр и эстафет необходимо было показать, что и как нужно делать. Слово являлось для ребенка дополнением к увиденному. Во время разучивания упражнений детям объяснялось, что каждое из них может напоминать действие того или иного предмета, явления, существующего в окружающем мире. В своем сознании ребенок создавал образы разной степени сложности, основанные на ассоциациях и эмоциональных впечатлениях. Они помогали впоследствии

припомнить информацию объекта, который невозможно удержать в кратковременной памяти.

Работа по развитию внимания строилась на двигательных заданиях, вызывающих у ребенка интерес к упражнению. Внимание и интерес неразделимы. Мы использовали разнообразные формы развития движений с целью создания хорошего эмоционального фона, желания детей заниматься по собственному побуждению. Постепенно вводились упражнения, развивающие произвольное внимание и требующие волевых усилий для их выполнения. Это не означало, что на каждом занятии детям предлагались для выполнения новые задания. Полезнее было внести дополнения к знакомому движению или дать такой вариант игры, который требовал дополнительных физических и волевых усилий. Способность к концентрации внимания развивалась с помощью произвольного сосредоточения на зрительных и слуховых впечатлениях. Перед показом упражнения детям указывалось, за чем им следует наблюдать, предлагалось заменить как можно больше деталей в технике выполнения упражнения другим ребенком. Это переводило внимание детей с крупных деталей на мелкие. Постепенно мы переходили к концентрации внимания на звуковых сигналах (удары в бубен, музыкальные звуки и т.п.). Под удары в бубен дети маршировали, под хлопки в ладоши продвигались прыжками на двух ногах. Попутно с концентрацией внимания тренировалась способность к его переключению. Выполняя ходьбу по скамейке, ребенок перемещал фокус своего внимания на мяч, который следует перешагнуть, подлезая под веревку, стремился не задеть подвешенный на ней колокольчик. Такие упражнения требовали постоянных вариаций, поэтому условия их проведения на каждом занятии менялись. Развитию функций внимания способствовала также тренировка помехоустойчивости. Детям предлагалось выполнить какое-либо действие и одновременно вводилась помеха, мешающая выполнению. Так, в игре "Наоборот" педагог показывал упражнения, которые должны были повторить дети, но сделать все наоборот (наклон влево – наклон вправо, руки вверх –

руки вниз и т.д.). Задания со сбивающим фактором требовали развития достаточно высокого уровня произвольного внимания.

При создании программ развития восприятия учитывались особенности ориентировки детей в пространстве. Первоначальные представления о направлениях пространства связаны с собственным телом ребенка. Оно является для него точкой отсчета, по отношению к которой и определяется направление. Постепенно дети начинают выделять отношения между предметами. Большое значение в образовании представлений о пространстве имели подвижные и спортивные игры. Они учили дошкольников определенным образом располагаться на игровой площадке, помогать выделять и фиксировать тот или иной вид пространственных отношений.

Включение в образовательный процесс упражнений и игровых заданий, способствующих развитию познавательных процессов, перестраивало моторику ребенка, обеспечивало быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно принимать двигательные решения, самооценивать себя.

В старшем дошкольном возрасте на основе самооценки возникает саморегуляция собственной деятельности (контроль над своим поведением). Наиболее успешно самоконтроль развивается в ситуации взаимоконтроля дошкольниками друг друга. При взаимопроверке, когда дети меняются функциями "исполнителя" и "контролера", у них повышается требовательность к своей деятельности, желание выполнить ее лучше, стремление сравнить ее с деятельностью других. То есть, ситуация самоконтроля дает детям стимул для освоения самоконтроля. Направленность ребенка на собственные внутренние и внешние действия рождает способность управления собой, самооценивания себя.

В эксперименте основными способами формирования самоконтроля выступали:

- акцентированный показ двигательного действия с выделением ведущих элементов движения и контрольных точек самоконтроля;

- исполнение вариативных действий по образцу;
- обсуждение с детьми способов выполнения двигательного действия;
- восприятие двигательного действия в медленном темпе;
- выполнение двигательного действия с проговариванием ведущих элементов и точек самоконтроля;
- оценка действий другого, а потом своих.

Обязательным условием успешного выполнения двигательной деятельности являлся учет индивидуальных различий физической подготовленности детей.

Для воспитанников с высокими показателями физической подготовленности, отличающихся быстротой и уверенностью действий, умеющих самостоятельно принимать двигательные решения, находить целесообразный способ действий, разрабатывались задания, направленные на совершенствование их двигательных способностей. Этому способствовало выполнение знакомых упражнений в новых сочетаниях, из необычной исходной позиции, в новых условиях. Упражнение демонстрировалось детям в нормальном темпе, объяснение давалось в сжатой форме, делались ссылки на уже известные элементы, использовался частичный показ, выполнение упражнения по схеме, рисунку. Такие задания давали детям возможность проявить свою индивидуальность, объективно оценить свои способности.

Особого внимания требовали дети с низким уровнем физической подготовленности для которых было характерно негативное самовосприятие, низкая самооценка, безразличие к себе. Дети не прилагали особых усилий при выполнении двигательных заданий. В ситуациях, требующих решительности, энергичности действий, проявляли медлительность, недостаточную уверенность, неспособность преодолеть чувство страха. Им было свойственно состояние угнетенности в связи с неудачами, неумение подавлять в себе отдельные желания. Только в достаточно простой обстановке они обнаруживали определенную активность, которая по мере возникновения новых трудностей уступала место более привычным формам

поведения (пассивность, безразличие). Важно повысить представление таких детей о собственной значимости. Это достигалось приемами включения неуверенных в себе дошкольников в игры с эмоционально ярким содержанием, положительной оценки их малейших достижений при выполнении физических упражнений, накопления положительного опыта общения со сверстниками в подвижных играх, обогащения опыта положительных эмоциональных переживаний через положительную оценку педагогом достоинств ребенка (ловкий, быстрый, смелый, решительный, подвижный). Дети нуждались в замедленном показе упражнения, с указанием, на какой элемент техники необходимо обратить особое внимание. Наиболее сложные упражнения им демонстрировались в различных плоскостях, многократно повторялся показ в процессе занятия. Эффективны задания специального обучения использованию знаний в действиях, где каждый ребенок в речи выражал все то, что выполнял практически. Это побуждало к предварительному обдумыванию действий, контролю над ним. В результате такого обучения менялся характер проявляемой активности дошкольников. У бывших пессимистов исчезала скованность, проявлялась вера в свои силы, способности.

При выполнении упражнений «ориентирующую» и «стимулирующую» функцию выполняла педагогическая оценка, которая давалась детям с учетом «зоны ближайшего развития», а также сравнение сегодняшних успехов ребенка в двигательной деятельности с его прежними достижениями. Негативная оценка проявленных двигательных способностей не переносилась на общую оценку личности («ты плохой»). Это стимулировало самостоятельность и активность ребенка, веру в свои собственные возможности.

Важным фактором, вызывающим изменения в сознании детей, а, следовательно, и в повышении объективности самооценки, выступали развивающие игры физкультурной тематики. Побуждая ребенка сравнивать, анализировать и обобщать, они активизировали мыслительные операции

(память, внимание, восприятие), приучали к самостоятельному принятию решений, самоконтролю своих действий. Выполняя правила игры, дошкольники учились правильно называть физические упражнения, замечать сходство и различие в технике их выполнения, выделять элементы двигательного действия, сравнивать их между собой, самооценивать собственные движения.

В организованном обучении взрослый не ограничивал инициативу и самостоятельность детей. Даже на целенаправленных обучающих занятиях более значимым являлось не прямое, а косвенное обучение. При косвенном обучении педагог намеренно приглушал свою субъектность в пользу ребенка. Это также являлось залогом успешного формирования его объективной самооценки.

*Выводы.* Развитие самосознания считается центральным личностным новообразованием всего периода дошкольного детства. Наиболее явно самосознание дошкольника проявляется в самооценке. Значимым фактором, влияющим на развитие самосознания и самооценки ребенка, выступает двигательная деятельность. Она способствует накоплению ребенком познавательного опыта, чувствительности к успеху и неудаче своих действий, сопровождается зарождением аффективных форм поведения.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
2. Быховская, И.М. Человеческая телесность в социокультурном измерении: традиции и современность / И.М. Быховская. – М.: РИО, ГЦОЛИФК, 1993. – 168 с.
3. Выготский, Л.С. Собрание сочинений / Л.С.Выготский; под ред. В.В. Давыдова: в 6-ти т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4: Детская психология. – 432 с.

4. Давыдов, В.В. Проблемы развивающего обучения: опыт теоретического и экспериментально-психол. исследования / В.В. Давыдов. – М.: Педагогика, 1986. – 240 с.

5. Лескова, Г.П. Осознание детьми 6-7 лет характера и качества своих движений в процессе обучения прыжкам / Г.П. Лескова // Дошкольная педагогика: уч. зап. ЛГПИ им. А.И. Герцена.– Л., 1967.– Т. 319.– С. 70-88.

6. Лисина, М.И. Психология самосознания у дошкольников / М.И. Лисина, А.И. Силвестру. – Кишинев, 1983. – 110 с.

7. Лубышева, Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 11-15.

8. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учеб. для студ. вузов / В.С. Мухина. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 456 с.

9. Эльконин, Д.Б. Избранные психологические труды / Д.Б. Эльконин; под ред. В.В. Давыдова, В.П. Зинченко. – М.: Педагогика, 1989. – 560 с.

*The summary.* In article modern approaches to a problem of formation the identity of the child are stated, the technique of development of self-image the senior preschool child is presented by means of physical culture.

*Key words:* identity of the preschool child, consciousness, self-image, self-control, self-checking, mental functions, impellent activity, physical exercises.