

ИННОВАЦИОННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ РЕБЕНКА

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования физической культуры ребенка дошкольного возраста. Раскрыта методика организации физического воспитания, обеспечивающая развитие двигательной функции у детей, представлено современное направление формирования ценностного отношения ребенка к физической культуре.

Ключевые слова: физическая культура, физическая культура личности, ценностное отношение, двигательный навык, двигательная активность, физическая подготовленность, специальные знания.

Формирование физической культуры в дошкольном возрасте большинство ученых определяют как процесс воздействия на физическую природу ребенка.

Методика организации физического воспитания с тренирующей направленностью работы давно и хорошо известна. Именно ей посвящено большинство диссертационных исследований и научных статей. Первыми научными исследованиями по проблеме физического воспитания поставлена задача развития движений детей, показано развивающее значение этого вида работы. Еще Е.А. Аркин отмечал, что под воздействием основных движений совершенствуются функциональные возможности организма, изменяется характер ребенка [1]. В исследовании А.И. Быковой, Е.Г. Леви-Гориневской, разработаны нормативы физической подготовленности для детей 4-7 лет [2]. Многочисленные научные исследования по проблеме формирования двигательных умений у дошкольников проведены в 70-80 годы специалистами НИИ дошкольного воспитания АПН СССР. В материалах исследований показатели физической подготовленности дошкольников оказались более высокими, чем полученные Е.Г. Леви-Гориневской в 50-е годы. В результате проведенной работы были уточнены задачи в области физического воспитания детей, предложены новые обучающие методики.

Значительное внимание в работах ученых уделено исследованию границ возрастного периода, в течение которого то или иное двигательное действие усваивается ребенком 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.

Полученные данные о возрастных возможностях развития движений в дошкольном возрасте послужили основанием для значительного повышения программных требований к формированию двигательной функции у детей.

Предметом специальных исследований явилась проблема развития физических качеств ребенка. Специальными исследованиями установлено,

что формирование физических качеств происходит в соответствии с законом роста и развития детского организма. В целях гармонического развития ребенка ученые предлагают создавать условия для параллельного развития двигательных навыков и физических качеств, что оказывает комплексное влияние на организм ребенка, обеспечивает повышение уровня его двигательных способностей, формирует физическую культуру [3].

В 60-е годы физическое воспитание дошкольников дополнено избранными элементами технологий спортивной тренировки. В практику дошкольных учреждений внедрены спортивные упражнения и элементы спортивных игры. По мнению В.К. Бальсевич [4], интеграция избранных элементов спортивной тренировки в физическое воспитание детей имеет достаточно глубокий методологический смысл, поскольку она инициирует поиск путей их взаимного обогащения, позволяющее получить нечто значительно большее, чем просто сумму новых технологических возможностей. Цель спортивной тренировки определяется необходимостью создания фундамента физического здоровья, основы его кинезологического потенциала, а специфика ее содержания связана с возрастными особенностями растущего организма и обусловленными этим известными ограничениями видов физических нагрузок.

Любые двигательные навыки статического или динамического характера требуют учета биологических закономерностей двигательного поведения детей. К числу биологических закономерностей ученые относят потребность ребенка в движениях, двигательную активность (ДА), которая создает новые подходы к формированию двигательных действий ребенка. На основании фундаментальных работ физиологов, гигиенистов, врачей установлено, что двигательная активность в дошкольном возрасте выступает в качестве необходимого условия формирования всех систем и функций организма и его развития в целом. Комплексное изучение двигательной активности детей в контексте специфически дошкольных видов деятельности впервые было выполнено В.А. Шишкиной [5]. Автором были составлены характеристики двигательной активности 2-3-летних детей в разные сезоны года по показателям объема, продолжительности, интенсивности, содержанию. Установлено, что для детей младшего дошкольного возраста характерна частая смена движений и поз (от 30 до 70 и выше в мин.), ДА выше в весенне-летний период, чем в осенне-зимний. Самостоятельная двигательная деятельность детей по всем параметрам более предпочтительная, чем организованная. Были разработаны и рекомендованы практике методы руководства ДА детей разной подвижности, предложены игровые упражнения и игры. Характеристику двигательной активности детей представил и такой параметр, как «уровень двигательной активности дошкольников: высокий (для детей характерны высокая подвижность, хороший уровень развития основных видов движений, богатый двигательный опыт), средний (дети имеют хороший уровень физической подготовленности, им свойственно уравновешенное поведение, умение сосредотачиваться и быть внимательными при выполнении двигательных заданий, но иногда

отмечается слабая техника движений), низкий (малоподвижные дети, у которых наблюдается отставание показателей развития основных видов движений и физических качеств от возрастных нормативов, общая пассивность, застенчивость). Результаты исследований по проблеме ДА детей оказались концептуально значимыми для внесения дополнений не только в область физического воспитания, но и всего воспитательно-образовательного процесса в учреждении дошкольного образования.

Сегодня в работах исследователей двигательная деятельность ребенка выделяется в качестве психологического явления. Значимым для оптимизации физического состояния дошкольников выступает не количество движений (объем нагрузки), а их качество, позволяющее сочетать формирование двигательных умений и навыков с воздействием на интеллектуальную, волевую, мотивационную и другие сферы личности ребенка. Еще А.В. Запорожец отмечал, что эффективность движений во многом зависит от особенностей строения двигательной задачи. Одни и те же компоненты деятельности могут занимать разные места в различных условиях реализации движений. То, что в одной задаче может быть целью, в других условиях может стать средством и этим изменить структурный состав деятельности [6]. С учетом этого положения разработаны новые технологии физического воспитания, способствующие развитию когнитивных и психических способностей детей. В общей структуре физического воспитания внимание уделяется компоненту, который можно обозначить как «творческий стиль деятельности», определяющий характер двигательного поведения детей. В решении данной проблемы исследователи исходят из утверждения А.В. Запорожца о том, что движение ребенка делает управляемым двигательное воображение, которое его одушевляет (одухотворяет). Реальным отображением этого является вхождение ребенка в образ, условная постановка себя на место того, кто является носителем двигательного эталона. Творчество определяется умением использовать известные способы выполнения движений в разных ситуациях, сочетать, комбинировать различные части движений, «обновлять» знакомое движение новыми структурными частями.

Особый научный интерес сегодня вызывает проблема ценностного отношения детей дошкольного возраста к физической культуре. Ценностное отношение представляет собой сознательное восприятие личностью объекта «физическая культура», выражающееся в готовности и способности использовать его ценности в целях самовоспитания и саморазвития [7]. Система ценностных ориентаций выступает «свернутой» программой жизнедеятельности и служит основанием для реализации определенной модели личности. В области физической культуры такой моделью выступает физическая культура личности. Физическая культура личности – это качество личности, определяющее заботу человека о поддержании в норме и совершенствовании своего физического состояния. Она – результат личностного осмысления, выработки представлений, отношений, убеждений,

«программ поведения». Основными показателями физической культуры как свойства и характеристики отдельного человека выступают:

- определенный уровень специальной образованности (уровень знаний об организме, о физическом состоянии, о средствах воздействия на него и методах их применения). Знания определяют кругозор личности, иерархию ее оценок, ценностей и результатов деятельности;
- уровень физического совершенства (физическое развитие, физическая подготовленность). Физическое совершенство составляет фундамент активной, социально значимой, физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности в целом;
- мотивационно-ценностные ориентации (мотивы, интересы, установки, убеждения, потребности). Они выражают совокупность отношений личности к физической культуре в жизни, профессиональной и созидательно-активной деятельности.

Все перечисленные элементы тесно взаимосвязаны, дополняют и обуславливают друг друга.

Формирование физической культуры личности связано с совершенствованием организации физического воспитания, пересмотром содержания физкультурно-оздоровительной работы. Одно из направлений такого совершенствования – специальная образованность детей. В теории и методике физического воспитания специальная образованность рассматривается в качестве условий формирования личностной позиции ребенка о том, как сохранить и укрепить собственное здоровье. Выделен объем знаний и представлений, выступающий основой культуры здоровья дошкольника:

- наличие устойчивых представлений о здоровье (хорошая осанка, хорошее настроение, хороший аппетит, хороший сон, ничего не болит); знание признаков заболевания (высокая температура, озноб, боли в горле, головная боль, насморк, потеря аппетита, покраснение глаз);
- наличие системных представлений о здоровьесберегающих правилах поведения: дети учатся рассказывать о своем здоровье, пользоваться профилактическими средствами, способствующими сохранению здоровья, употреблять продукты полезные для здоровья, закаляться, соблюдать режим, защищаться от микробов; соблюдать правила личной и общественной гигиены;
- наличие представлений 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 видов физических упражнений; знакомятся с правилами их безопасности, правилами гигиены до и после выполнения физических упражнений; узнают простейшие правила самостоятельных занятий физкультурой; учатся выступать инициатором двигательной деятельности: самостоятельно строить комплекс упражнений, организовывать подвижную игру, объяснять свои двигательные действия,

предвидеть их результаты, создавать простейшие формы движений, исполнять вариативные действия по образцу; оценивать собственные действия; самостоятельно использовать в двигательной деятельности приемы саморегуляции и самоконтроля, осознанного безопасного поведения.

Формирование системных 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 Чумазя 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.

Направленности на самостоятельный поиск новых знаний способствует организация познавательной деятельности детей. Мышление и память – наиболее важные компоненты целостной познавательной деятельности. Развитие мышления на занятиях физическими упражнениями осуществляется в направлении включения мыслительных операций и интеллектуальных действий во все виды двигательной деятельности детей. Операции анализа, синтеза, сравнения, нахождения сходства и различия в объектах, классификация, обобщение могут насыщать каждую форму работы по физическому воспитанию. Двигательное действие сочетается с развивающими играми, заданиями и упражнениями. Так, операция сравнения имеет место при выполнении упражнения взрослым и ребенком, детьми разного уровня физической подготовленности. Ребенок находит признаки сходства и различия в выполнении движения, обобщает понятие "техника движения". Операция классификации и обобщения сопровождает анализ физического упражнения. Дети учатся рассказывать о технике движения, изображенного на схеме, а затем называют ошибки в его выполнении. Понятие "техника движения" обобщается.

Среди основных методов развития памяти – использование образа как средства развития произвольной памяти. Ребенок запоминает образ предмета раньше, чем обозначающее предмет слово. Слово является для ребенка дополнением к увиденному. Во время разучивания упражнений детям объясняется, что каждое из них может напоминать действие того или иного предмета, явления, существующего в окружающем мире. В своем сознании

ребенок создает образы разной степени сложности, основанные на ассоциациях и эмоциональных впечатлениях. Включение в образовательный процесс упражнений и игровых заданий, способствующих развитию познавательных процессов, перестраивает моторику ребенка, обеспечивает быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно принимать двигательные решения.

Таким образом, в дошкольном возрасте формирование физической культуры осуществляется в условиях, которые обеспечивают возможность проявления активности ребенка в соответствии с его интересами, склонностями, потребностями.

Литература

1. Аркин, Е.А. Дошкольный возраст / Е.А. Аркин. – М., 1968. – 336 с.
2. Леви-Гориневская, Е.Г. Закаливание организма ребенка / Е.Г. Леви-Гориневская, А.И. Быкова. – М., 1962. – 136 с.
3. Вавилова, Е.Н. Исследование средств и методов воспитания двигательных качеств у детей дошкольного возраста: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Е.Н. Вавилова. – М., 1971. – 183 с.
4. Бальсевич, В.К. Конверсия технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех / В.К. Бальсевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1993. – № 4. – С. 21-23.
5. Шишкина, В.А. Базисная модель физического воспитания детей дошкольного возраста в Республике Беларусь: монография / В.А. Шишкина. – Могилев, 2007. – 238 с.
6. Запорожец, А.В. Развитие произвольных движений / А.В. Запорожец. – М., 1960. – 430 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.