

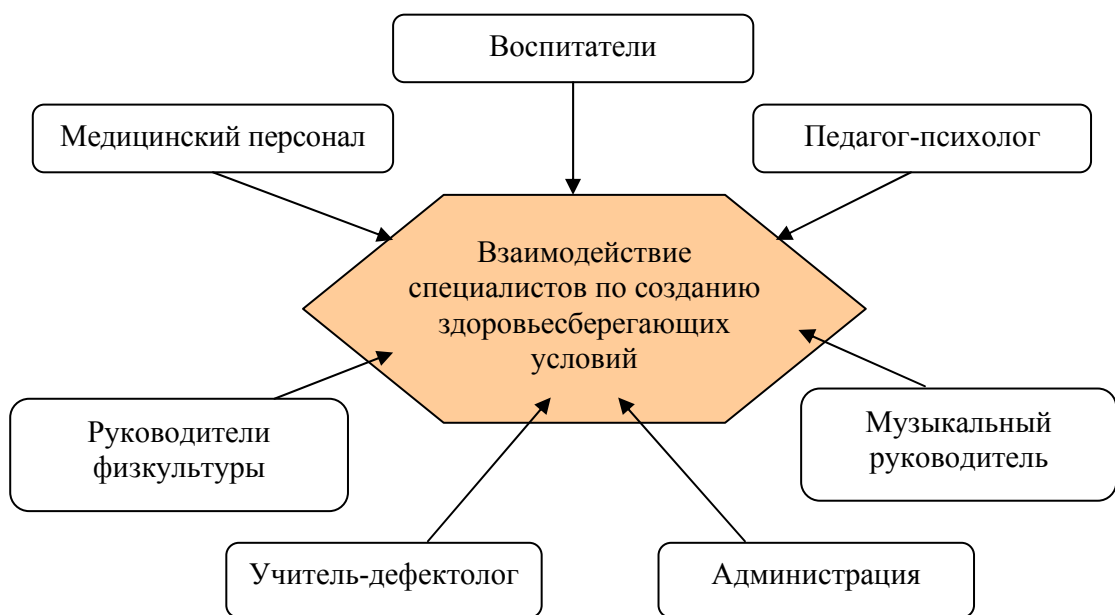


Рис. 12. Взаимодействие специалистов ДДУ

ЛИТЕРАТУРА

1. Меличева, М. В. Формирование культуры здоровья дошкольников в процессе сотрудничества педагогов и родителей : автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.01 / М. В. Меличева; Ленингр. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – СПб., 2006. – 64 с.
2. Физическая реабилитация и укрепление здоровья дошкольников: пособие для педагогов дошкол. учреждений / Г. И. Нарский [и др.]; под ред. Г. И. Нарского. – Минск : Полымя, 2002. – 176 с.
3. Пралеска: воспитание и обучение детей в дошкольном учреждении: базисная программа и методические рекомендации / под ред. Е. А. Панько. – 2-е изд., перераб. и доп. – Минск : НМЦ, 2000. – 472 с.
4. Физическая культура в семье, ДОУ и начальной школе: программа и метод. рекомендации. – М. : Школьная пресса, 2005. – 64 с.
5. Шишкина, В. А. В детский сад – за здоровьем: пособие для педагогов, обеспечивающих получение дошкольного образования / В. А. Шишкина. – Минск : Зорны верасень, 2006. – 184 с.

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ ДОШКОЛЬНИКОВ

И. Н. Юрчя

Белорусский государственный университет

Рассматривая двигательную деятельность детей дошкольного возраста, мы наблюдаем ее в различных по форме движениях, в которых

проявляются в той или иной мере быстрота, сила, ловкость, выносливость или сочетание этих качеств. Степень развития физических качеств и определяет качественную сторону двигательной деятельности детей, уровень их общей физической подготовленности.

В научной литературе существует термин «двигательное развитие» дошкольников, который в настоящее время широко используется в теории и практике дошкольного образования. Традиционно двигательное развитие рассматривается как формирование двигательных умений и физических качеств у детей, в совокупности представляющих определенный уровень их физической подготовленности [4] (схема).

Сегодня воспитательно-образовательный процесс в дошкольно-образовательных учреждениях характеризуется возрастанием объема интенсивности учебно-познавательной деятельности, что приводит к снижению уровня двигательной активности детей, в результате чего дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит».

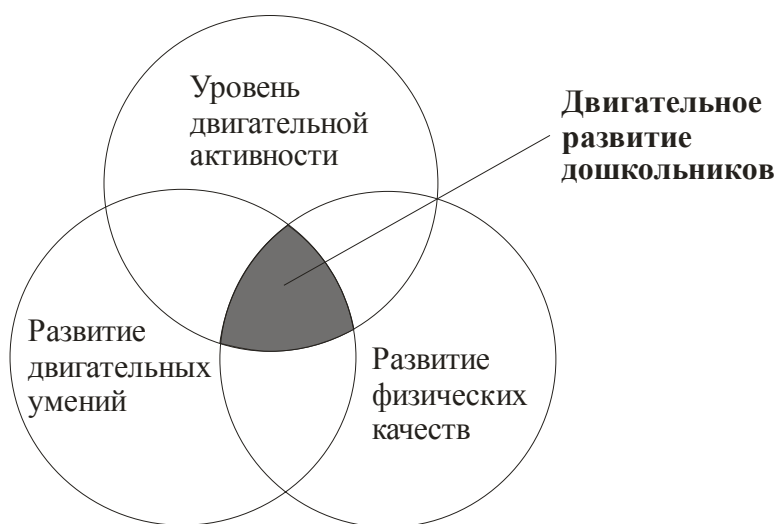


Схема. Компоненты двигательного развития дошкольников

Гиподинамия весьма пагубна для детей. При недостаточном объеме движений дети не только отстают в развитии от своих сверстников, но и чаще болеют, имеют нарушения в опорно-двигательной функции и осанке. Достаточно большим количеством работ отечественных и зарубежных авторов показано, что совершенствование качества двигательной деятельности возможно только при оптимальном и высоком уровне двигательной активности, что сопровождается преимущественным развитием качеств, сопровождающих и обеспечивающих успех в физическом воспитании.

Генетическая потребность в различном уровне движений зависит от типологических особенностей нервной системы ребенка. При этом оптимальное физическое развитие и функциональное состояние организма ребенка достигается при двигательной активности: в 4 года – 12–13 тыс. локомоций, в 5 лет – 14–15 тыс., в 6 и 7 лет – 15–16 тыс. движений соответственно [3].

Оздоровительный эффект развития и формирования основных движений общеизвестен, так как в этих движениях участвует одновременно большое количество мышечных групп, что способствует повышению обмена веществ в организме, усилению функциональной деятельности внутренних органов, совершенствуется подвижность нервных процессов. Все это является фундаментом к выполнению нормативов. Обычно, развивая физические качества, мы совершенствуем и функции организма, осваиваем определенные двигательные навыки. В целом этот процесс единый, взаимосвязанный, и, как правило, высокое развитие физических качеств, способствует успешному освоению двигательных навыков. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития [2].

По мнению академика Н. М. Амосова, ребенок начала XXI в. сталкивается с такими пороками цивилизации, как неправильное питание и гиподинамия. Два этих обстоятельства и ведут к акселерации – ускоренному развитию организма ребенка, и в первую очередь – к увеличению роста и веса тела. Внутренние же органы в своем развитии отстают от роста, поэтому возникают различные заболевания и отклонения. Занятия физическими упражнениями оказывают положительное влияние на всестороннее развитие ребенка. Формируется и развивается его внутренний мир – его мысли, чувства, нравственные качества, поведение. Об этом писал и П. Ф. Лесгафт, который рассматривал двигательную деятельность как фактор развития человека. В результате двигательной деятельности дети учатся понимать явления, происходящие в природе и окружающем мире, получают понятия о времени, пространстве, безопасности, строении своего тела, продолжительности движений и т. д. Они учатся наблюдать, обобщать, сравнивать, анализировать, приобретают опыт творческой деятельности. Также перевоплощаются, имитируют движения, расслабляются. Занятия физическими упражнениями создают необходимый фундамент крепкого здоровья, которое позволяет детям выполнять умственную деятельность [2].

Изменения в содержании занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста происходят в нескольких направлениях: в традиционные занятия включаются новые педагогические технологии, используется новое, нестандартное оборудование, а процесс физического совершенствования детей становится личностно ориентированным [1]. С одной стороны, расширение спектра средств физического совершенствования дошкольников может только приветствоваться, но с другой – руководитель физического воспитания не всегда знает, как обращаться с оборудованием нового поколения, чтобы не нанести вреда здоровью ребенка; это затрудняет его работу и свидетельствует о необходимости методического сопровождения использования в педагогическом процессе нового оборудования.

Для более полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности необходимо подобрать такие пособия, атрибуты, детали оборудования, которые отвечали бы его индивидуальным потребностям в движении, обусловленные его состоянием здоровья, уровнем физического развития, уровнем физической подготовленности, уровнем двигательной активности, полом. Существует ряд критериев, которые необходимо учитывать при подборе спортивного оборудования для разных возрастных групп детского сада:

- наличие в группе достаточно большого количества спортивного инвентаря, пособий для обеспечения двигательной активности детей в процессе занятий;
- рациональность подбора спортивного оборудования и инвентаря в соответствии с требованиями стандарта дошкольного образования и реализуемых программ и технологий;
- реализация содержания физического воспитания детей данной группы (физические упражнения и движения) в двигательно-игровой предметной среде и направленность на развитие основных физических качеств дошкольников;
- возможность продуктивного использования физкультурного оборудования в разных видах двигательной и игровой деятельности детей (в физических упражнениях, спортивных и подвижных играх, творческих и т. д.);
- соответствие оборудования и пособий возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям (эргономичность). Габариты и вес переносного оборудования должны быть соразмерными с возможностями детей;
- эстетичность компонентов среды развития движений и их направленность на воспитание художественного вкуса у детей;

- эмоциональная насыщенность компонентов среды развития движений в группе;
- безопасность спортивного инвентаря.

В начале 1980-х гг. в Швейцарии, а затем и в Италии, Германии и других странах Западной Европы появились большие яркие разноцветные мячи для многоцелевого использования. Новое средство получило название фитбол. Развитие новых оздоровительных технологий послужило толчком для использования специальных гимнастических мячей в практике физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений [1].

В настоящее время современное производство и технические материалы нового поколения позволили изменить облик физкультурного зала. Крупные фирмы (такие как «Альма», «Веско» и т. п.) постоянно предлагают дошкольным учреждениям оборудование для физкультурных залов, успешно зарекомендовавшее себя в странах Европы и Америки [1]. Чаще всего используются крупногабаритные полифункциональные средообразующие предметы – модули, способствующие поэтапному развитию обобщенных условных действий в воображаемой ситуации, а также естественным образом обогащающие движения ребенка.

Мягкие модули – хороший материал для оборудования физкультурных залов. Игры с модулями способствуют развитию у ребенка моторных навыков, внимания, настойчивости и уверенности в своих действиях. Разнообразие модулей по форме и цвету способствует сенсорному и познавательному развитию детей. Во время игр у детей развиваются творческие способности и пространственное мышление. Играя с модулями, дети начинают ориентироваться в таких свойствах предмета, как форма, величина, способны избирательно относиться к цвету.

Наборы состоят из модулей разной конструкции и размера, изготовленных из поролона и обшитых прочной искусственной кожей четырех основных цветов. Данное физкультурное оборудование предоставляет педагогам возможность искать и внедрять в практику оригинальные подходы к организации физкультурных занятий (рис.13).

Разминка на модульных конструкциях повышает интерес к выполнению различных движений. Упражнения на модулях, так же как общеразвивающие упражнения традиционной разминки, оказывают положительное воздействие на все группы мышц и определенные системы организма и направлены на их оздоровление, укрепление и повышение функционального уровня, но они эффективнее, так как более ярко эмоционально окрашены.

Разминка	Общеразвивающие упражнения с использованием многофункциональных мягких модульных конструкций. Упражнения выполняются в положении стоя на коленях, сидя или стоя	
Основная часть	Исходя из задач занятия, построение полосы препятствий и ее прохождение каждым ребенком не менее 2 раз. Игры и эстафеты	
Релаксационная часть	Проводится с использованием массажных приспособлений. Во время «плавания» в «сухом бассейне» ребенок получает своеобразный общий массаж, а также необыкновенное удовольствие и радость	

Рис. 13. Организация физкультурных занятий на модульных конструкциях

Использование физкультурной «полосы препятствий» из сборно-разборных модулей в основной части физкультурного занятия позволяет педагогу отбирать нужные упражнения и определять их последовательность с учетом особенностей возраста, состояния здоровья и физической подготовленности детей. При таком подходе к организации занятий и игр с детьми достигаются наилучшие результаты не только развития движений детей и формирования двигательных качеств: координации движений, гибкости, силы, ориентировки в пространстве, но и воспитания постоянной потребности в движении, в действии, то есть в здоровом образе жизни.

Для релаксационной части подойдут «сухие бассейны» с мягкими стенками. Массирующее воздействие шариков способствует развитию у детей тактильной чувствительности, яркие цвета стимулируют зрительное восприятие. Игры в бассейне улучшают самочувствие и эмоциональное состояние.

ВЫВОДЫ

Совершенствование двигательного развития детей во время их пребывания в детском саду с целью создания полноценных условий для гармоничного развития дает положительные результаты при правильно подобранных методах работы, рационально составленном расписании, включении в него обязательных и дополнительных физкультурно-оздоровительных занятий. Для этого необходимо соответствующее материально-техническое обеспечение, позволяющее разнообразить виды двигательной активности детей. Использование нового физкультурного оборудования и разработка педагогических технологий физического совершенствования дошкольников служат реализации личностно ориентированного подхода в воспитании детей. Для реализации данных задач как нельзя лучше подходят многофункциональные мягкие модульные наборы, которые предназначены для мобильной перестройки предметно-пространственной среды физкультурного зала, практичны в применении, а также прекрасно адаптированы для выполнения упражнений детьми дошкольного возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Филиппова, О. С. Физическая культура дошкольников Санкт-Петербурга: проблемы и перспективы / О. С. Филиппова // Физическая культура : науч.-метод. журн. – 2000. – № 3. – С. 57–63.
2. Гиль, Г. И. Здоровый малыш. Здоровьесберегающая педагогическая система / Г. И. Гиль. – Томск, 2001. – С. 5–9.
3. Солодков, А. С. Физическое и функциональное развитие детей дошкольного возраста Санкт-Петербурга / А. С. Солодков, Е. М. Есина // Физическая культура : науч.-метод. журн. – 1999. – № 1–2. – С. 12–15.
4. Шишкина, В. А. Какая физкультура нужна дошкольнику? : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / В. А. Шишкина, М. В. Машенко. – Мозырь : Белый ветер, 2005. – С. 22–23.