

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ЭФФЕКТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО И ДВИГАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ УЧРЕЖДЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ



Куксова Нина Александровна,
*старший преподаватель
кафедры педагогики, психологии
и частных методик Витебского
областного института развития
образования, отличник образования
Республики Беларусь*

СОЗДАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, СООТВЕТСТВУЮЩИХ СОВРЕМЕННЫМ ТРЕБОВАНИЯМ – ЗАЛОГ КАЧЕСТВЕННОГО ФИЗИЧЕСКОГО И ДВИГАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ, ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

В статье актуализируется проблема формирования двигательной культуры у воспитанников дошкольного учреждения. Раскрыты благоприятные условия для полноценного физического и двигательного развития, воспитания физической культуры.

Движение – это огромная радость, которая появляется от удовлетворения естественной потребности ребенка в двигательной активности, от сознания, что тело подчинено разуму и воле. Мир движений следует открывать воспитаннику как особую действительность, как специфическую культуру, в которую надо войти исследователем и открывателем.

И.И. Мечников

Введение. Важнейшим критерием определения ценностей современного общества является его отношение к детству. Забота о здоровье подрастающего поколения относится к приоритетным стратегическим задачам социально-образовательной политики нашего государства, решению которой постоянно уделяется внимание в программах социально-экономического развития на всех уровнях.

Однако в последнее время усилились негативные тенденции в области сохранения здоровья, ведения здорового образа жизни, качественного образования, воспитания и развития подрастающего поколения. Особую озабоченность в обществе вызывают уровень детской заболеваемости, рост отклонений в опорно-двигательном аппарате, отставание в физическом развитии. Остро

стоит проблема оптимизации здоровья и физического развития детей в условиях учреждений дошкольного образования.

Основная часть. По мнению ученых, причины ухудшения состояния здоровья детей вызваны ранним началом систематического обучения. Наблюдается подмена игры отдельными игровыми приемами, перенасыщенность образовательного процесса дополнительными образовательными услугами без учета возрастных особенностей, состояния здоровья, уровня физического и двигательного развития.

Отрицательно сказываются на состоянии здоровья ребенка несоблюдение в полной мере физиолого-гигиенических требований к организации образовательного процесса, низкое качество проводимых физкультурно-оздоровительных ме-

роприятий в расписании дня. Дети сегодня недостаточно целенаправленно включаются в разные виды двигательной деятельности, испытывают затруднения при выборе физических упражнений и способов выполнения движений, редко проявляют самостоятельность в поиске решений для выполнения поставленных двигательных задач. Если в работе педагога по физическому воспитанию детей преобладает репродуктивный метод обучения, то это может стать причиной снижения мыслительной активности воспитанников, следовательно, двигательное задание будет выполняться по предложенному образцу. В такой ситуации в большинстве случаев у ребенка не возникает вопросов по содержанию освоения движения или упражнения, что в итоге приведет к их механическому выполнению.

Особое беспокойство со стороны взрослых вызывают малоподвижные дети, которые не уверены в своих физических возможностях и отказываются от выполнения двигательных заданий, предпочитают занятия с преобладанием статического компонента. Все это приводит к снижению двигательной активности и появлению дефицита движений и в целом может отрицательно сказаться на состоянии здоровья, общем физическом развитии.

Среди очерченного круга проблем при подборе специально организованных форм и регламентированных видов деятельности в образовательном процессе, связанных с физическим и двигательным развитием, следует в первую очередь выделить:

- несоответствие физической нагрузки функциональным возможностям организма ребенка;
- высокую интенсивность двигательной активности отдельных детей, у которых слабо сформированы механизмы саморегуляции двигательной деятельности и двигательного поведения;
- недостаточное использование и однообразие приемов регулирования двигательной активности детей;
- слабую двигательно-игровую базу с низкими потенциальными возможностями удовлетворить индивидуальные запросы воспитанников в групповых помещениях и на групповых участках дошкольного учреждения;
- отсутствие в физкультурно-игровой среде новизны, вариативности, что снижает интерес воспитанников к физическим упражнениям и их двигательную активность, не позволяет ребенку выйти на уровень своих двигательных способностей, возможностей и предпочтений;
- нерациональное сочетание разных способов моделирования двигательно-игрового пространства и недостаточный учет возрастных и индивидуальных особенностей и способностей с целью оптимизации двигательной деятельности каждого ребенка;

- отсутствие циклического подхода к обучению технике выполнения движений, постепенного нарастания объема и интенсивности нагрузок, перехода на более высокий уровень тренированности;

- отсутствие продуктивного взаимодействия воспитателя и руководителя физического воспитания по созданию оптимальной двигательно-игровой среды и организации физических упражнений для качественного решения двигательных задач в расписании дня;

- отсутствие в образовательном процессе системности и плановости использования развивающих методов (проблемное изложение для решения двигательно-игровых проблемных ситуаций, частично-поисковый, исследовательский, моделирование, вопросы проблемного и причинного характера, решение проблемно-двигательных задач, рефлексия);

- низкий уровень умений педагога конструировать содержание образовательной деятельности «интеллектуализации чувств», формирования у воспитанников «интеллектуальных эмоций» (Л.В. Выготский) в процессе их двигательного развития;

- недостаточный уровень педагогических компетенций по организации активного сотрудничества с семьей в вопросах физического и двигательного развития детей.

Следует отметить, что данные проблемы в первую очередь связаны с уровнем профессиональных умений, степенью мотивации и готовности воспитателя дошкольного образования качественно осуществлять деятельность в образовательном процессе по решению задач физического воспитания в условиях двигательного режима. В профессиональной среде воспитателя чаще всего встречаются трудности, связанные с самоконтролем и самодиагностикой своего труда. Зачастую воспитатель ссылается на руководителя физического воспитания и не уделяет должного внимания воспитанию двигательной культуры при моделировании двигательного режима, в который включаются регламентированные формы и разнообразные виды нерегламентированной деятельности на протяжении всего дня.

Трудности в работе воспитателя также выражаются в недостаточной полноте и системности педагогических знаний, низкой рефлексии и критичности в процессе анализа собственной деятельности, отсутствии умений интегрировать задачи физического воспитания во все образовательные области учебной программы дошкольного образования. В этой ситуации только приобретение соответствующей компетентности, наличие высокой мотивации, направленной на конструктивное преодоление воспитателем трудностей, будет способствовать изменению

устаревших подходов, позиций в области физического воспитания и станет одним из ключевых условий, которые обеспечат переход на более высокий уровень его профессионального самосознания и когнитивного развития. В связи с этим значимой составляющей обеспечения качества физического и двигательного развития является высокий профессиональный уровень педагогов, их способность оперативно решать проблемы любой сложности.

Таким образом, как показывает практика, достигнуть высокого уровня культуры движений детей представляется возможным при условии комплексно-интегрированного подхода к формированию физической культуры, наличия единого образовательного пространства, тесного сотрудничества воспитателя с руководителем физического воспитания, другими специалистами дошкольного учреждения и семьи.

В настоящее время в дошкольном образовании вопросы о том, как организовать процесс физического развития, как обучать, как мотивировать, как развивать двигательные способности, как заинтересовать детей ежедневно целенаправленно заниматься физическими упражнениями, как обеспечить формирование двигательного творчества, как воспитывать физическую культуру являются основными в области физического воспитания, интегрированного в образовательный процесс. Размышляя над этими вопросами, напрашивается вывод о пересмотре, обновлении и формировании новых подходов к образовательному процессу, позволяющих грамотно построить процесс обучения, адекватно воспринять и максимально удовлетворить потребность растущего организма в двигательной активности.

Важными составляющими современной образовательной среды являются прогнозирование перспективы физического и двигательного развития ребенка, продуктивная двигательная деятельность, рефлексия, эффективные формы, педагогические технологии, методики и инновации Л.Д. Глазыриной, В.Н. Шебеко, В.А. Шишкиной, М.Н. Дедулевич.

При этом важно сохранять и развивать лучшие педагогические традиции, так как они дают положительные стабильные результаты, и в дальнейшем их целесообразно сочетать с нововведениями, что позволит постоянно находиться в гибком режиме развития. Именно поэтому от воспитателя требуется переосмысление педагогической деятельности, нужна установка на изучение современных достижений инновационной практики в области качественного физического воспитания, и внедрение новаций сегодня является актуальной темой. Повышение педагогической компетентности участников образовательного пространства – условие

успешного формирования у детей дошкольного возраста физической культуры.

Исходя из того, что в теории физическое воспитание рассматривается как педагогический процесс, ориентированный на достижение хорошего здоровья, физического и двигательного развития ребенка, воспитание двигательных качеств, сегодня акцент смещается на формирование гармонии физиологических процессов, достижение высокого уровня регуляции функций организма. Цели физического воспитания в современном дошкольном учреждении, выделенные в учебной программе образовательной области «Физическая культура» всех возрастных групп, направлены на обеспечение высокого уровня здоровья; развитие навыков здорового образа жизни; воспитание физической культуры личности [1].

Для достижения поставленных целей особую значимость приобретает центральное условие – **двигательный режим в распорядке дня жизни ребенка**, обеспечивающий удовлетворение естественной потребности в движении. Высокая результативность двигательного режима может быть достигнута при условии опоры на **принципы системности и систематичности, последовательности и постепенности, интеграции и прогрессирования, индивидуализации и дифференциации, сознательности и активности, адекватности физической нагрузке, возрастным и индивидуальным особенностям ребенка, его функциональным возможностям.**

При таком единстве принципов оптимальный двигательный режим будет способствовать нормализации всех функциональных процессов организма, всестороннему двигательному развитию, важен для нормального роста и гармоничного развития ребенка, достижения положительной динамики основных показателей здоровья [2].

Исследования В.Н. Шебеко, Л.Д. Глазыриной, В.А. Шишкиной, М.Н. Дедулевич в области физического воспитания свидетельствуют о необходимости **обеспечения двигательной потребности ребенка в условиях системного подхода к моделированию индивидуально ориентированного двигательного режима.** В поэтапно спланированном двигательном режиме оптимизируется двигательная деятельность детей, направленная на освоение разнообразных видов движений, способов их выполнения, формирование физических качеств и двигательного творчества. Для этого в двигательном режиме, структура которого находит свое отражение в распорядке дня [1], необходимо **создать соответствующие условия** и наполнить каждый компонент конкретным содержанием. У каждого учреждения условия могут быть индивидуальны, с учетом потенциальных возможностей, кадровых, научно-методических, материально-

технических ресурсов. Однако есть характерные условия, касающиеся любого дошкольного учреждения. Более того, они дают возможность наиболее успешно решать оздоровительные, образовательные, воспитательные задачи физического развития воспитанника, в первую очередь в двигательной и игровой деятельности.

К наиболее эффективным условиям физического развития воспитанников относится установление позитивных детско-взрослых отношений, которые бы позволили ребенку удовлетворить личностно значимую потребность в целенаправленном и качественном движении. Как отмечает Л.Д. Глазырина, решая задачи по физической культуре, от педагога требуется быть постоянно готовым к повседневным творческим решениям. Для этого ему необходимо проявлять изобретательность, оригинальность, остроумие, находчивость [3, с. 4]. Особенно эти способности педагога понадобятся, когда речь идет об обучении детей тем или иным движениям либо предстоит не механическая, а сознательная отработка техники их выполнения или создается проблемная ситуация для решения творческой двигательной задачи.

Воспитанникам предоставляется возможность экспериментировать, проводить исследование потенциальных возможностей оборудования и игрового материала, что поможет лично ребенку разнообразить способы выполнения движений, упражнений при использовании этих средств. Взрослому необходимо поддержать инициативу и право ребенка в самостоятельном выборе движений, побудить через создание ситуации успеха к появлению интереса и возникновению желания выполнить движение разными способами, с изменением скорости его выполнения. Возникает ситуация, в которой ребенок начинает самостоятельно мыслить, чтобы понять смысл и ценность того или иного движения или упражнения, почувствовать, как отмечает В.Т. Кудрявцев, «мышечную» радость [4].

Как показывают исследования многих ученых, в частности В.Т. Кудрявцева, Л.Д. Глазыриной, В.Н. Шебеко, при развитии мышления растет способность осознанно соединять воспринятое, прочувствованное и продуманное в случае, когда ребенок стоит перед выбором того или иного физического упражнения. Эта особенность проявляется, когда **ребенок «вводится в зону ближайшего развития своих собственных двигательных возможностей» и начинает «осознавать необходимость познания своих собственных двигательных возможностей»** [3, с. 3; 4, с. 17]. Формируя у ребенка сознательное управление движениями, повышая уровень произвольности движений, педагог помогает возникновению у воспитанника потребности в ежедневных занятиях физическими упражнениями.

В теории физического воспитания выделена закономерная особенность двигательной активности детей дошкольного возраста: чем выше уровень двигательных умений и навыков, тем с большей активностью ребенок включается в движения, разнообразные по способу и темпу их выполнения. При этом **физическая нагрузка** может оказывать целенаправленное воздействие на оздоровление и функциональное совершенствование организма ребенка, если **будет адекватной его возрасту и уровню готовности организма**. Следует держать в поле зрения психофизиологическую особенность детей, при которой **у каждого ребенка по-разному протекает процесс освоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку, различна динамика приспособления**. У одних детей, в связи с особенностями нервно-психической организации, этот процесс идет легко и успешно. У других – протекает медленно, с некоторыми отклонениями, задержками. Поэтому **учет индивидуального своеобразия и возможностей ребенка необходим для правильного руководства развитием движений** [5, с. 5].

При решении подобной задачи **возрастает роль тесного взаимодействия руководителя физического воспитания и воспитателя как важное условие выполнения принципа прогрессирования**, смысл которого заключается в постепенном повышении требований к выполнению ребенком тех или иных движений или упражнений. Для выработки двигательных навыков потребуются **организация многократных повторений** – фактора образования двигательных динамических стереотипов. Опираясь на принципы системности и систематичности, можно **максимально задействовать потенциал двигательного режима для совершенствования у ребенка навыка разнообразно и целенаправленно двигаться в определенном пространстве, включаясь в различные виды деятельности**.

Такого результата можно достигнуть при условии совпадающих интересов и **грамотного распределения между педагогами задач двигательного режима, а также выбора задач для совместного решения в момент организации разнообразных форм приобщения к физической культуре**. В частности, руководитель физического воспитания на физкультурных занятиях работает над формированием первоначальных двигательных умений, двигательного воображения и творчества, развитием двигательных навыков, отработкой качества их выполнения, воспитанием физических и нравственных качеств. Воспитатель в свою очередь, организуя двигательный режим в распорядке дня, решает, например, задачи по дальнейшей отработке техники выполнения движений, постепенному

повышению уровня двигательных умений и навыков, развитию двигательного творчества, используя разнообразные наглядные, словесные и практические методы обучения в специально организованных формах и нерегламентированных видах деятельности образовательного процесса.

Совместно проводимые воспитателем и руководителем физического воспитания упражнения в распорядке дня дают возможность конкретизировать двигательные действия, прорабатывать детально и обогащать новыми видами и способами выполнения детьми движений, обмениваться наиболее эффективными приемами повышения двигательной активности воспитанников. Например, специалист в индивидуальной работе с ребенком 5–6 лет на первой прогулке обучает технике выполнения прыжка в длину, придав этому процессу исследовательский характер. Ребенок размышляет: «Что получится, если мне попробовать сильнее разогнаться для прыжка?» или «Что может произойти, если я во время прыжка буду вращать согнутыми в коленях ногами?». Затем в сопровождении и с помощью страховки со стороны руководителя физического воспитания ребенок пробует выполнить прыжок обозначенными способами, после чего сравнивает полученные результаты, делает соответствующий вывод и ставит перед собой задачи на перспективу. На второй прогулке воспитатель с учетом сформированных умений продолжает работать с воспитанником над качеством техники прыжка при выполнении игрового упражнения «Кенгур», предварительно обсудив с ребенком, используя иллюстративный материал, высоту и длину прыжка животного. Подобное согласование педагогических действий обеспечит максимальную реализацию принципов системности и систематичности, последовательности и постепенности, а также направит усилия воспитателей и специалистов на более эффективное формирование и развитие у детей культуры движений.

Помимо этого, в двигательном режиме предусматривается взаимодействие педагогов, когда руководитель физического воспитания вместе с воспитателем организуют разные формы и виды физического воспитания по оптимизации двигательной активности воспитанников в нерегламентированной деятельности. Совместно komponуя виды двигательной деятельности в общем режиме жизнедеятельности ребенка, важно уделить внимание использованию **игровых форм, методов и приемов** двигательного развития и оздоровления, направленных на развитие правильного дыхания, крупной, средней и мелкой моторики, в целом иммунной, костной, мышечной, дыхательной, сердечно-сосудистой систем.

Эффективными следует считать **игровые упражнения** для развития основных движений

у детей 5–7 лет: «**Полет воробья**», «**Баскетболист**», «**Хоккеист**», «**Подводная лодка**», «**Гусеница**», «**Карусель**», «**Метель**», «**Ветер**», «**Танец бабочки**». Такие упражнения целесообразно включать в контекст занятий образовательных областей учебной программы, физкультурных минуток, динамических пауз, физкультурных развлечений и досугов в нерегламентированной деятельности. Особый интерес у детей вызывают **игровые имитации, выполняемые в паре**: «**Лодочка**», «**Качели**», «**Мельница**», «**Веселые лошадки**». Для их выполнения от детей, образующих пару, потребуется максимум внимания, согласованности, синхронности, эмоционального отклика и поддержки. Такого рода имитации могут успешно встраиваться в содержание оздоровительных гимнастик, физкультурных досугов, использоваться в качестве творческих заданий при решении двигательных задач, направленных на активизацию мыслительных процессов, получение заряда позитивных эмоций и развитие двигательного воображения.

Предполагается сотрудничество воспитателя и руководителя физического воспитания при организации и проведении для детей 4–7 лет разнообразных **игровых сюжетно-тематических комплексов**. Например, «**Осенние зарисовки**», «**Волшебница зима**», «**Веселые акробаты**», «**Озорные котята**», «**Быстроногие лошадки**», «**Пробуждение весны**», «**Стаи птиц**», «**Дружные зверята**». Образность игровых комплексов является источником накопления детьми эмоционального опыта, формирования «фонда эмоциональных переживаний», сохранения и улучшения состояния здоровья. Помимо этого, для вхождения в образ детям потребуется немало физических усилий, интеллектуального напряжения и концентрации внимания для того, чтобы проявить гибкость, пластичность, ловкость, быстроту, верткость.

Совместное проведение примерных комплексов обусловлено тем, что ряд упражнений требует страховки, индивидуального подхода, разной формы организации и места проведения в пространстве, организации упражнений с небольшой группой детей с примерно одинаковыми возможностями их выполнения. Специалист может проводить игровые комплексы в формате мастер-класса с целью обучения воспитателя методике их проведения, затем подключает его к поочередному проведению упражнений с детьми. В такой ситуации педагог актуализирует опыт воспитателя по физической культуре, стимулирует его возможности, задает вектор его движения по физическому и двигательному развитию детей. Более того, подобный характер взаимодействия воспитателя и руководителя физического воспитания интенсифицирует процесс

освоения каждым воспитанником двигательными умениями и навыками, дает возможность ребенку оптимизировать двигательные действия в самостоятельных видах деятельности, обеспечивает положительную динамику физического развития. Следует особо подчеркнуть, что подобное педагогическое взаимодействие дает возможность обмениваться инициативами, направленными на сопоставление представлений и формирование общего смысла образовательной работы по физическому воспитанию.

В теории физического воспитания физкультурное занятие рассматривается как ведущая форма организованного, систематического обучения детей двигательным умениям и навыкам. Большими потенциальными возможностями в развитии двигательного творчества обладают выделенные современной методикой физического воспитания и проводимые специалистом, *учебно-тренировочные, сюжетно-игровые, физкультурно-познавательные занятия*. Современная методическая система проведения этих видов занятий обеспечивает положительную динамику развития двигательных умений и творчества, помогает ребенку накапливать двигательный опыт. В зависимости от запланированного вида физкультурного занятия особое место в его содержании отводится работе по обучению новым движениям и закреплению ранее освоенных двигательных действий, что в свою очередь оказывает позитивное влияние на воспитание физических способностей.

На *сюжетно-игровых занятиях*, таких как «*Мы – туристы*», «*Мы – спортсмены*», актуализируется процесс работы над двигательным образом в условиях игрового экспериментирования. Характерной особенностью занятий с игровой доминантой является деятельность по дополнению, изменению, преобразованию знакомых движений, а также деятельность, направленная на создание новых композиций из усвоенных старых элементов. При проведении подобных занятий акцент смещается на *отношение к ребенку как субъекту творческой деятельности, в которой воспитанник мотивирован на самостоятельное решение двигательных задач*. Приобретенный ребенком на занятии творческий опыт воспитатель должен максимально использовать в образовательном процессе, вовлекая воспитанника в разнообразную двигательную деятельность, организованную в двигательном режиме первой и второй половины дня [4–6].

Особый интерес у воспитанников вызывают *двигательные инсценировки, проблемно-двигательные ситуации и задачи*, которые проводятся в нерегламентированной деятельности, к примеру, «*Птички стаи*», «*На цирковой арене*», «*На стадионе*». Какой прыжок может быть

длиннее, если прыгнуть с места или прыгать с разбега в длину? Дети предсказывают результат, а затем после выполненного задания проверяют, правильно ли они мыслили. Примерные формы работы воспитатель и специалист (либо каждый из них самостоятельно) организуют в первой и второй половине дня, на дневной и вечерней прогулке. У детей появляется возможность экспериментировать во время выполнения конкретного движения или упражнения, проводить исследование вариантов и способов использования физкультурного оборудования. Обратимся к реальной практике. Дети выдвигают версии по поводу того, можно ли лежа на боку выполнять упражнения с обручем? Экспериментируя с физкультурным инвентарем, каждый ребенок активно включается в поиск ответа на поставленный вопрос. Оперируя средствами и способами двигательного развития, у ребенка повышается смысловое отношение к движению, благодаря чему воспитанник стремится к качественному выполнению двигательного действия, своих двигательных возможностей.

Двигательные инсценировки, проблемно-двигательные ситуации и задачи целесообразно интегрировать в контекст любого типа и вида занятий всех образовательных областей, что поможет оптимизировать двигательную активность, своевременно снимать утомление и нормировать умственную и физическую нагрузку детей, при этом одновременно работать над развитием двигательного творчества.

Нормирование физических нагрузок, с точки зрения В.Т. Кудрявцева, М.А. Руновой, должно быть направлено на достижение оптимального состояния организма ребенка в данный момент и в то же время иметь тренирующее, развивающее воздействие. При этом важно учитывать не только достигнутый уровень развития ребенка, но и «зону ближайшего развития» (Л.С. Выготский). Большое значение в этом направлении придается системе методов и приемов отработки двигательных умений. Ученые подчеркивают мысль о том, что ключевым моментом на данном этапе являются *проблематизация и творческое преобразование двигательного эталона*, хотя еще не достигнуто его прочное усвоение, но при этом имеется некоторый опыт выполнения конкретного движения по образцу. Но это должно быть именно формирующееся, пребывающее в становлении, а вовсе не заостреннее умение. Поэтому актуализируется процесс знакомства детей с вводимым образцом и одновременное его творческое изменение [4; 7].

Моделируя процесс использования развивающих методов, педагогу предоставляется возможность работать целенаправленно над формированием у воспитанников интеллектуальных

эмоций при освоении физических упражнений и основных движений. При этом важным моментом становится проживание каждым ребенком всей «палитры» интеллектуальных эмоций:

- удивление для порождения мотива, обоснование выбора способа выполнения двигательного действия;
- радость открытия нового упражнения, достижения успеха, выраженного в показателях двигательного развития, знакомства с новым движением, узнавания знакомого двигательного действия в незнакомом движении;
- эмоциональные раздумья, которые включают в себя догадки, версии, предположения, сомнения, недоумения, уверенность, направленные на поиск опытным путем рационального приема или способа выполнения физического упражнения или основного движения.

Таким образом, анализ работ ученых и практиков, посвященных вопросам двигательного и физического развития детей дошкольного возраста, позволил обнаружить закономерную особенность, в которой **обязательными признаками двигательного творчества как основы развития является преобразование упражнений, создание новых способов двигательных действий** с помощью интеллектуальных эмоций.

Следует еще раз заострить внимание на том, что этим целям служит использование большого количества **проблемно-двигательных ситуаций и задач**, которые, по мнению В.Т. Кудрявцева, требуют открытия новых представлений о предмете, способах или условиях выполнения действия. В результате – находить нечто новое, до того скрытое, неизвестное [4, с. 10–11]. Как отмечает В.Н. Шебеко, осознание проблемной ситуации может начаться с удивления, недоумения, неудачи, затруднения, то есть с интеллектуальных эмоций. Преодолевая противоречие между имеющимся уровнем знаний и тем, что требуется, ребенок создает новый способ двигательных действий, что обеспечивает высокий уровень умственной активности, его переход на другой этап развития [6, с. 28].

Например, **как преодолеть возникшее на беговой дорожке препятствие, каким способом можно продвигаться по ограниченной поверхности, зачем этот предмет находится на этой дорожке и какие движения с ним можно выполнять**. Выполнение подобного рода двигательных заданий является не только действенным средством развития умственных процессов, но и своего рода развивающим методом, позволяющим сформировать осознанное отношение у ребенка к выполняемому движению, к возникновению понимания смысла его выполнения.

Чтобы движение ребенка стало управляемым, оно сначала должно стать ощущаемым. Достиг-

нуть подобных показателей возможно при условии осмысления движения. При этом идет процесс «развития у детей способности к созданию образов двигательного воображения, которые предстоит воплотить в новых, нестандартных ситуациях». Эффективным средством развития двигательного воображения, как доказано В.Т. Кудрявцевым, являются **игровые задания**, выполняя которые ребенок может преодолеть стереотип движения с данным предметом. Например, **действуя с мячом, ребенок пробует рисовать в воздухе контуры различных предметов и объектов (дерева, цветка, машины, клоушки, радуги). Ребенок пытается раскачиваться на мяче, как на качелях, подпрыгивать, сидя на нем, как на батуте**. Таким образом, движение не воспроизводится механически, а каждый раз строится заново, то есть ребенок проявляет творческую активность, которая становится условием развития двигательного воображения и обеспечивает одушевление детских движений, что делает их, по утверждению А.В. Запорожца, по-настоящему управляемыми [4, с. 12–14].

Согласно исследованиям А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаевой, отсутствие обновлений упражнений не дает возможности достичь широкого круга жизненно важных умений и навыков. В другом случае – запас двигательных умений становится богаче по мере обновления упражнений. Это является важным условием наиболее легкого освоения новых форм двигательной деятельности и совершенствования уже имеющихся. Более того, в процессе освоения разнообразных двигательных координаций, преодоления возникающих трудностей возрастают все компоненты физической нагрузки, развивается сама способность координировать и совершенствовать двигательную деятельность [5, с. 82–83]. Учитывая данную особенность, руководителю физического воспитания и воспитателю дошкольного образования отмеченной позиции следует уделить особое внимание при структурировании и организации индивидуально ориентированного двигательного режима в образовательном процессе.

С целью развития инициативности и творческой активности М.А. Рунова предлагает широко применять **поисковые методы**:

- использование разных условий, зрительных и слуховых ориентиров в процессе игр-упражнений;
- побуждение через ситуацию успеха к усвоению двигательного действия с учетом двигательной активности и физической подготовленности ребенка;
- стимулирование повторения физического упражнения посредством звукового и зрительного воздействия (музыкального сопровождения, звука музыкального инструмента, зрительного сигнала);

- побуждение ребенка к выполнению упражнения по карточкам (моделям, схемам);
- раскрытие двигательной задачи (осмысливание ее ребенком, выполнение разных вариантов) [7, с. 14].

Востребованными в детской среде сегодня становятся *двигательные площадки по интересам и запросам*. Хорошим советчиком и помощником двигательного развития является адекватная запросам воспитанника двигательная среда. На мини-площадках привлекают внимание ребенка *полосы препятствий*, на которых он будет чувствовать себя уверенно в том случае, если у него имеются соответствующие навыки способов передвижения по оборудованному пространству. Во время выполнения разных видов лазания, преодоления препятствий способом приседания, перепрыгивания, перешагивания, подтягивания у ребенка тонизируются разные группы мышц, развивается дыхание, укрепляется сердечно-сосудистая система, формируется костный аппарат, совершенствуется координация движений. Этим самым еще раз подтверждается мысль о том, что раскрытая форма работы – есть одно из лучших условий формирования у детей двигательной культуры.

Значительно активизируется двигательная деятельность детей на *дорожках для ходьбы и бега* с выполнением интересных и посильных для ребенка заданий, которые он «прочитывает» на установленных табличках с изображениями схем выполнения движений или упражнений, либо им прослушиваются записанные педагогом на планшет или на мобильный телефон творческие задания от игровых персонажей. Различные виды заданий для ходьбы и бега чередуются с упражнениями в равновесии статического и динамического характера. Например, воспитатель предлагает послушать в *записи задание от «Совушки-совы – умной головы»*. В частности, подбежав к имитации гнезда, воспитанник превращается в аиста, войдя в «болото», принимает позу цапли и становится на одну ногу. Затем, двигаясь по направлению к условной речке, детям предстоит преодолеть ее, пробежав по перекладине (мосту). Во время бега по извилистой дорожке *Совушка-сова* предлагает ребенку сделать внезапно остановку или поворот, по сигналу присесть, сделать хлопок над головой, выпрямиться, развести руки в стороны, покружиться, имитируя полет самолета.

Примерные варианты являются хорошим средством тренировки равновесия, которые требуют от ребенка большого внимания, собранности, сохранения в памяти схемы передвижения. Задания, связанные с тренировкой в равновесии, способствуют развитию внимания, памяти, тонкой координации движений, ловкости, воспита-

нию выдержки, самообладания, решительности и уверенности в своих силах. Актуальность подобных заданий заключается еще в том, что они развивают четкость и точность движений, приучают ребенка следить за правильностью занятой позы. В процессе такой деятельности формируется соответствующая всем правилам осанка.

На *двигательно-игровой площадке* совместно с детьми *моделируется пространство для спортивных игр, игр с обручами, скакалками, резиновыми кольцами, гимнастическими лентами*. Активно включиться ребенку в подобную среду помогут *подсказки в виде моделей*, которые задействуют собственный опыт и разнообразят способы выполнения двигательных заданий. На этапе отработки и совершенствования двигательных навыков важно предоставить детям определенную свободу и самостоятельность действий, способствующих раскрытию их творческих способностей.

Ребенок по собственной инициативе выполняет различные произвольные движения самостоятельно, выбирая любое физкультурное пособие, и по своему желанию выполняет с ним различные произвольные движения. В то же время педагог должен предложить различные вариативные задания для того, чтобы ребенок выбирал наиболее рациональные способы их выполнения. К примеру, ребенку предлагается несколько способов выполнения упражнений или движений на бревне. Ему предоставляется возможность выбрать наиболее интересный и более сложный способ выполнения, мотивируя формулой «Ты сильный, ты сможешь остановиться и сделать на бревне позу аиста», «Ты ловкий и смелый, ты сможешь пробежать по бревну».

Значительно повышается интерес к спортивному оборудованию, когда выполнение двигательных действий протекает в *ситуации сюжетно-образного изложения: «Скакалка-прыгунчик», «Ловкие и озорные мячики», «Быстроногий и верткий обруч», «Загадочная скамейка», «Волшебные ленточки»*. Совместное и самостоятельное использование разнообразного физического оборудования и инвентаря может значительно повысить двигательную активность и обеспечить объем и содержание тренировки. Кроме этого, решению таких задач будет способствовать цветовой дизайн инвентаря.

Исследования В.Н. Шебеко, Л.Д. Глазыриной [3; 6] показывают, что наиболее успешно будет развиваться двигательная деятельность в условиях *сотрудничества*, обеспечив при этом *равноправное партнерство*. Исходя из данного посыла, для гармоничных отношений взрослого с ребенком важен диалог. Необходимо стать другом для своих воспитанников, предлагать оригинальные идеи и образы во время

включения их в двигательную деятельность, но в то же время не подавлять инициативу ребенка, дать возможность реализовать собственный замысел. В зависимости от своего настроения, потенциальных возможностей, двигательных предпочтений, мотивированный ребенок по собственной инициативе находит себе занятие для физических упражнений, может самостоятельно определить нагрузку на те или иные группы мышц и обеспечить себе положительную динамику формирования двигательных навыков и физических качеств.

В развивающей среде средней и старшей групп *моделируются центры или уголки: «Здоровячок», «Юный олимпиец», «Юные гимнасты», «Смелые, ловкие, умелые», «Физкультура и спорт – наши друзья»,* которые помогут успешно решать индивидуально ориентированные задачи физического развития. Содержание подобной среды учитывает индивидуальные интересы, запросы и возможности. Ребенок может заинтересоваться информацией, помещенной в журнал, альбом, комплект картинок, так как в ней раскрываются пути, способы, средства сохранения и укрепления здоровья, физического и двигательного развития. *Действуя с макетом, муляжом, наглядно-графической моделью, таблицей, у ребенка активизируются мыслительные процессы, развивается способность «прочитывать» закодированную информацию, возникает понимание двигательного поведения в условиях физкультурно-игровой среды.*

Популярной среди детей является *физкультурная «лаборатория»,* которая может быть оборудована в двигательно-игровой среде группового пространства либо в физкультурном зале, а также на спортивно-игровой площадке. Целью этой лаборатории является исследование детьми своих физических и двигательных возможностей, пробуждение познавательного интереса к спорту и физическим упражнениям. Экспериментируя с физкультурными пособиями и оборудованием, ребенок проверяет свои физические силы, выявляет свои двигательные способности, находится в ситуации поиска приемов и способов пользования оборудованием и инвентарем при выполнении упражнений или движений. Посещая физкультурную «лабораторию», воспитанник 4–7 лет решает проблемно-двигательные задачи, ставит перед собой вопросы: *какие предметы могут помочь стать ловкими, быстрыми, смелыми, точными? Какие упражнения можно выполнять с мячом из положения лежа? Какие предметы помогут при ходьбе держать правильно осанку?*

При выполнении двигательных действий *особое значение придается музыке,* так как это средство оказывает положительное воздей-

ствие на весь организм ребенка, повышает эмоциональный тонус, ускоряет динамику развития двигательных действий. С учетом функций фоновой музыки (*релаксирующей, тонизирующей, активизирующей, успокаивающей, организирующей*) подбирается ее репертуар и затем осуществляется *музыкальное сопровождение двигательного развития детей.*

Осанка ребенка – естественное положение тела и одновременно один из показателей его физического здоровья. Физиологами и гигиенистами установлено: воспитанника с правильно формирующейся осанкой характеризует способность держать голову и корпус прямо, его плечи слегка расправлены, живот втянут, ноги держит прямо, колени выпрямлены. У ребенка с правильной осанкой зафиксирована легкая с носка походка. Если ребенок сутулится, у него опущены плечи, шаркает ногами – это есть первый сигнал для взрослого, указывающий на отклонение от нормы в формировании позвоночника. С учетом этого задается направленность на усиление профилактической и коррекционно-развивающей работы.

Поэтому в центре внимания образовательного процесса находится деятельность по формированию правильной осанки. Основу профилактики нарушений осанки составляет общая тренировка организма ребенка, в которую входят укрепление опорно-двигательного аппарата, усиление мышечного «корсета» позвоночника, улучшение функций дыхания, сердечно-сосудистой системы. Формируют правильную осанку такие игровые упражнения, как *«Жучок на спине», «Буратино», «Веселый гномик», «Кто там?», «Не разлей воду».*

Особое внимание следует *уделить проектированию «маршрутки» красивой осанки.* В разных местах группового пространства размещаются физкультурные пособия, спортивный инвентарь с символическими знаками, схемами, таблицами, в которых находится закодированная информация. Своеобразные подсказки нацелят ребенка на самостоятельную постановку проблемно-двигательной задачи, определение способа и средства ее решения. Передвигаясь по запланированной «маршрутке», ребенок начинает выполнять упражнения на гимнастической лестнице, следующие двигательные действия ребенок производит с гимнастической палкой, обручем, затем перемещается к кольцу. После этого воспитаннику предлагается поработать с мячом, пройти по гимнастической скамейке, выполняя задание по схеме, перейти к канату для выполнения упражнений на осанку. Примерный вариант «маршрутки» может заканчиваться релаксационными упражнениями.

Подобные переходы помогают воспитаннику заряжаться положительными эмоциями, выраба-

тывать правильную осанку, развивают физические качества, формируют двигательную культуру, приучают к самоорганизации и самодисциплине, повышают мыслительную активность и ответственность за состояние своего здоровья.

Как показывает педагогическая практика, наиболее развивающими формами оздоровления являются звуковые, дыхательные, зрительные, пальчиковые гимнастики, релаксационные упражнения, в основе которых находится игровой метод. Большую радость детям доставляют дыхательные и звуковые упражнения. Например, *«Трактор»*, *«Гудок парохода»*, *«Упрямый ослик»*, *«Веселая пчелка»*, *«Лягушонок»*, *«Аист»*, *«Будильник»*, *«Сердитый ежик»*. Целесообразность внедрения в специально организованную и нерегламентированную деятельность оздоровительных гимнастик, проводимых в увлекательной форме, обеспечивается тем, что в результате их использования осуществляется дренаж бронхов. При этом очищается слизистая дыхательных путей, укрепляется дыхательная мускулатура в целом. Достижение такого рода состояния позволяет организму ребенка наиболее активно реагировать на физическую нагрузку. В связи с этим происходит энергетическая подпитка организма, при этом правильное дыхание регулирует костную и нервную систему ребенка [4].

Когда оздоровительные гимнастики проводятся в игровой форме и дети «рисуют» то, что им предстоит выразить дыханием, руками, плечами, мимикой, жестами – это дает возможность достигать благоприятного результата. В контексте заданной деятельности важно, чтобы дети знали о пользе занятий, имели представление о значении физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья, физического и двигательного развития. Решение данных задач позволит выработать у детей потребность и привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями, умения самостоятельно заниматься этими упражнениями и обеспечить положительную динамику физического развития и формирования двигательных умений и навыков.

В итоге наличие данных условий – это есть возможность выработки у каждого ребенка прочного динамического стереотипа движений. Выделенные установки требуют от педагога специально организованной деятельности, в которой дети будут получать соответствующую информацию и приобретать практические умения самостоятельно применять имеющиеся знания в новых условиях и обстоятельствах.

Дорожка здоровья в контексте двигательного режима, начиная с первой младшей группы, может быть одним из составляющих его компонентов либо выступать в качестве элемента

«маршрутов» или «тропинок». Место дорожки в двигательной среде определяется задачами, которые ставит перед собой педагог. В любом случае акцент смещается на массаж стоп, благодаря чему активизируются все его рецепторы, посылающие импульсы в клетки коры головного мозга, которые тонизируют и нормируют работу всех органов и систем организма. Помимо этой задачи налаживается процесс развития координации движений, формируются двигательные умения и навыки, накапливается двигательный опыт, воспитываются нравственные качества личности ребенка. Повышается эффективность воздействия «дорожки» на организм ребенка в условиях игровой ситуации: *«Крепкие ножки шагают по дорожке»*, *«Умелые и ловкие ножки»*, *«Ножки подружались с дорожкой»*, *«Ножки играют на веселой дорожке»*, *«Волшебная дорожка»*, *«Сюрпризы загадочной дорожки»*. Достигается высокий результат действий ребенка на основе разнообразных комбинаций массажа с движениями.

Для тренировки правильной ходьбы широко используются игровые упражнения типа *«Мишка косолапый»*, *«Канатоходцы»*, *«Здравствуйте»*, *«Поклонись»*, *«Пальчики поссорились»*, *«Пальчики пошли гулять»*, *«Кружки»*, *«Нарисуй фигуру»*.

В двигательном режиме моделируется *«Тропинка здоровых и зорких глаз»*. При создании «тропинки» в групповом помещении следует задействовать все его пространство. Разнообразные символические *точки-ориентиры* могут размещаться на уровне глаз детей либо значительно выше роста ребенка. На первом плане своеобразной «тропинки» находится *таблица-тренажер* в виде геометрической фигуры (круга, квадрата, овала, ромба, прямоугольника). «Тренажеры» могут быть расположены стационарно, а также находиться в файлах, которые помещаются в папку и становятся наиболее мобильными. Удобными для детей являются изготовленные *карточки-таблицы*, которые помещаются в игровые центры. Действенной подсказкой при их использовании могут стать *пиктограммы* с изображением открытых и закрытых глаз, с глазами, поднятыми вверх и опущенными вниз, повернутыми влево и вправо, с глазами и с изображенной стрелкой, бегущей по кругу (квадрату, овалу, треугольнику).

Для тренировки глаз мобильным средством является *магнитная доска с различными конфигурациями линий, составленными из ленточек или тесемок разного цвета*. Воспитатель в течение дня несколько раз, в зависимости от длительности нагрузки на глаза детей, моделирует линии на доске и игровым приемом привлекает к ним внимание детей. Среди игровых упражнений можно выделить задания

типа «Глаза отдыхают», «Глаза спрятались», «Глаза уснули», «Зоркие глаза побежали», «По волнистой дорожке бегут ловкие глаза», «Умелые глаза скачут по кочкам», «С горки – на горку». С целью повышения у воспитанников интереса к тренировке глаз целесообразно в начале зафиксированной линии поместить *силуэт вопросительного знака*, а в конце волшебной линии поставить *восклицательный знак*. *Знак вопроса* предлагает ребенку подумать о том, как необходимо глазам передвигаться по изображенной линии. *Восклицательный знак* свидетельствует об успешном выполнении задания, является своеобразной формулой похвалы. Эффективность физического развития воспитанников будет повышаться при условии сочетания игровых упражнений для глаз с разнообразными двигательными действиями, проводимыми в пространстве группового помещения.

Для охраны и укрепления зрения *моделируется подобная «тропинка» на игровых площадках групповых участков, а также может встраиваться в контекст экологического маршрута*. Примерным зрительным ориентиром и тренажером могут стать природные объекты: деревья, кустарники, травянистые и декоративные растения, насекомые, птицы, природные явления. Получив задание для тренировки глаз, дети передвигаются разными способами ходьбы и бега по «тропинке» или «маршруту». Затем останавливаются возле конкретной точки природного объекта-тренажера и выполняют упражнения. Воспитанники средней и старшей групп охотно *имитируют движениями глаз*, как ползет гусеница по стволу дерева, как птица перелетает с ветки на ветку, как бабочка порхает над цветком, как капли дождя сверху вниз стекают по листьям деревьев, как взмахивают крыльями птицы, приземляясь на ветку. Помимо обозначенных заданий можно предлагать детям *«рисовать» глазами* крону и ствол дерева, ветку с изгибами, лепестки цветка, силуэт облака, солнца, радуги.

Представленные варианты игровых упражнений и творческих заданий являются одним из эффективных средств укрепления глазных мышц. Кроме этого, зрительные гимнастики, тренировочные упражнения в тканях глаза улучшают обмен веществ, снимают усталость и напряжение, повышают двигательную активность и работоспособность. Подобные задания целесообразно встраивать в контекст виртуальных путешествий, мини-походов по территории учреждения, что значительно обогатит образовательный процесс элементами физкультуры и спорта, будет влиять на развитие положительной динамики здоровья воспитанников.

В условиях современной информационно-коммуникационной среды всех сфер жизнедея-

тельности человека в обществе *назрела необходимость построения системы работы по внедрению информационных образовательных ресурсов в образовательный процесс дошкольного учреждения*. Наиболее эффективными способами мотивации воспитанников к разнообразной двигательной деятельности являются *видеосюжеты, видеописьма, мультимедиа, рекламные ролики, видеоклипы, интервью*. Отмеченные средства повышают динамику физического развития, активизируют и делают процесс освоения движениями наиболее интенсивным и продуктивным, обеспечивают качественное воспитание двигательной культуры.

Заключение. Резюмируя вышесказанное, следует отметить, что достигнуть высокого результата в физическом развитии воспитанников дошкольного учреждения становится возможным в условиях наличия грамотно спроектированной образовательной среды, системы методического сопровождения, тенденции творческого роста педагогического коллектива, при постоянной поддержке со стороны руководства дошкольного учреждения высокого профессионального уровня.

Ключевыми моментами в образовательной практике становится переход педагога с позиции *«проводника»* определенных знаний на позицию *«педагога-организатора»*, призванного создавать условия для самореализации личности ребенка, а также направленность образовательного процесса на деятельностный, личностно ориентированный подход к решению задач двигательного и физического развития в рамках двигательного режима. Именно двигательно-игровая среда может стать системообразующим фактором организации физического и двигательного развития, который способен объединить педагогические усилия с целью оптимизации индивидуально ориентированного двигательного режима, способствующего формированию двигательной культуры ребенка.

При наличии эффективной двигательно-игровой развивающей среды, интеграции и координации специалистов на деятельностной основе, индивидуализации и дифференциации физических возможностей и способностей детей может успешно идти процесс освоения ребенком базового компонента образовательной области «Физическая культура». Ориентиром успешности и показателем хорошего здоровья ребенка являются отсутствие у него тревожности, появление уверенности в себе, хорошее самочувствие, мотивация, интерес, стремление самостоятельно выбрать занятие по душе, активный поиск ответов на поставленные вопросы, получение удовлетворения от любимого дела.

Таким образом, появление позитивной динамики состояния здоровья, физического и двига-

тельного развития детей обусловлено, прежде всего, оптимально созданными условиями, и тем, что вся физкультурно-оздоровительная деятельность, смоделированная в контексте двигательного режима, осуществляется на основе комплексно-интегрированного подхода, качественного внедрения современных инноваций.

ЛИТЕРАТУРА

1. Учебная программа дошкольного образования / М-во образования Респ. Беларусь. – Минск: НИО; Аверсэв, 2013.
2. Шишкина, В.А. Физическое воспитание дошкольников: пособие для педагогов и руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / В.А. Шишкина. – Минск, 2007.
3. Глазырина, Л.Д. Физкультурное занятие в группе «Фантазеры»: пособие для педагогов учреждений дошк. образования / Л.Д. Глазырина. – Минск: Нац. ин-т образования, 2011.
4. Кудрявцев, В.Т. Развивающая педагогика оздоровления: программно-методическое пособие / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М., 2000.
5. Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. – М., 1985.
6. Шебеко, В.Н. Творчество дошкольников в двигательной деятельности / В.Н. Шебеко // Пралеска. – 2007. – № 10. – С. 24–32.
7. Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5–7 лет (с учетом уровня двигательной активности): пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры / М.А. Рунова. – М., 2003.

УВАЖАЕМЫЕ УЧАЩИЕСЯ 9–10-х КЛАССОВ!

Подготовительное отделение ВГУ имени П.М. Машерова

осуществляет набор на подготовительные курсы
для учащихся 10-х классов

по всем предметам ЦТ и предмету «Творчество» (рисунок, композиция)

Учебный процесс организован в соответствии с программными требованиями для десятиклассников

Учащиеся 9-х классов

приглашаются на курсы подготовки к экзамену по математике

Срок обучения – 6 месяцев

Учебным планом предусмотрено 50 часов по каждому предмету (2 часа в неделю)

Курсы проводят компетентные преподаватели кафедр университета

Запись на курсы осуществляется с 1 июня

Занятия начинаются по мере комплектации групп

Наш адрес: г. Витебск, Московский пр-т, 33, каб. 122а, 122

Телефоны подготовительного отделения: 8 (0212) 37 03 96; 8 (0212) 58 96 49;
+375 33 317 95 09