

выясняется то, насколько выполнение действий дало желаемый результат. В зависимости от этого происходит либо ослабление, либо сохранение, либо же усиление мотивации к действию. И, наконец, седьмая стадия – превращение потребности в устойчивую мотивацию к действию и формирование на этой основе новых потребностей.

Первоначальная мотивация и её перерастание в осознанную потребность, как свидетельствует многолетний опыт работы на педагогическом факультете ВГУ имени П.М. Машерова, лучше всего формируется посредством ритмической гимнастики, поскольку свыше 70 процентов респондентов отдают ей предпочтение. Полученные результаты исследования подтверждают сформулированную нами гипотезу о том, что у студентов, занимающихся классической аэробикой, показатели физической подготовки и уровень мотивационной сферы оказались значительно выше в сравнении со студентами, работавшими по типовой учебной программе. Применение нетрадиционных упражнений аэробики позволяет студентам разнообразить движения, улучшить общее состояние организма, исправить или скорректировать те или иные недостатки фигуры. Сразу отметим, что здесь важен выбор оптимального комплекса упражнений, включающего в себя ходьбу, бег, прыжки, упражнения на гибкость. Регулярные занятия аэробикой направлены на поддержание тела в тонусе, тренировку мышц и кожи, общее оздоровление организма. В свою очередь приобретение знаний о здоровом образе жизни носит не абстрактный характер, а способствует развитию основных физических качеств, позволяющих выработать устойчивый интерес к занятиям физической культуры, совершенствовать приобретённые умения и навыки.

**Заключение.** Таким образом, не только теоретически, но и экспериментально было подтверждено, что использование упражнений классической аэробики способствует не только развитию у студенческой молодёжи силы мышц рук, ног, брюшного пресса, но и значительно повышает уровень их положительной мотивационной сферы, которая включает в себя и морально-эстетическую составляющую. Далеко не последнюю роль здесь занимает музыкальное сопровождение занятий по аэробике. Музыка, как правило, вызывает у студентов положительные эмоции, оптимистическое настроение, что существенно повышает не только их интерес к занятиям по физической культуре, но и к учебно-воспитательному процессу в целом.

#### *Список литературы*

1. Бурлачук, Л. Психодиагностика. – СПб.: Питер, 2003; О. Хьелл, Д. Зиглер. Теории личности. – СПб.: Питер, 2008.

## **ВЗАИМОУСЛОВЛЕННОСТЬ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ 5–6 ЛЕТ СО ШКОЛЬНОЙ ЗРЕЛОСТЬЮ**

*В.Г. Шпак, Ю.А. Козлова  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Поступление ребенка в школу – важное событие. Это начало нового этапа в жизни. Происходит качественный скачок, расширяется круг обязанностей, увеличиваются умственные и физические нагрузки. К своему новому положению ребенок должен быть максимально подготовлен детским дошкольным учреждением, особенно в период его пребывания в старшей группе.

В содержание физического воспитания входит своевременное формирование физических качеств, двигательной деятельности, воспитание нравственно-волевых качеств. На важность и необходимость мышечных движений человека для развития деятельности мозга указывали многие ученые, утверждающие, что без мышечных движений невозможно ни познания природы, ни, тем более, переделка ее в процессе труда, ни совершенствование самого человека в процессе воспитания [2–4].

Учебный процесс требует определенных интеллектуальных для выполнения домашних заданий на таком уровне, чтобы не быть хуже других. Все это предполагает интеллектуально-волевую, эмоциональную, нравственную готовность к школе (школьная зрелость) [1, 2, 4]. Достигнутый в старшей группе уровень развития ребенка в большей мере определяет готовность к школе и перспективы дальнейшего развития. В связи с этим цель исследования – выявить взаимосвязь показателей физической подготовленности и интеллектуальной готовности детей 5–6 лет к обучению в школе. Цель исследования предполагает решение следующих задач: выявления уровня физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста, определение уровня интеллектуальной готовности детей 5–6 лет к обучению в школе.

**Материал и методы.** Исследование проводилось на базе детских дошкольных учреждений № 15 и № 18 г. Витебска в марте–августе 2013 года, в котором участвовал 31 ребенок старшего дошкольного возраста.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы:

- метод экспресс-диагностики интеллектуального развития детей (3), куда включен комплекс диагностических программ психолого-педагогического обследования по следующим разделам – мотивационная готовность ребенка к школе, уровень произвольного запоминания, уровень наглядно-образного мышления, уровень словесно-логического мышления, психомоторные особенности ребенка, уровень развития саморегуляции;
- метод контрольных испытаний;
- методы математической статистики (ранговая корреляция по Спирмену).

**Результаты и их обсуждение.** Анализируя результаты, можно отметить, что дети имеют, в основном, средний и ниже среднего уровни физической подготовленности (63,8%), низкие результаты показаны в беге 10 м на время; высокие показатели в метании мешочка вдаль (низкого уровня нет), и прыжками в длину с места (1% – низкий уровень).

Результаты исследования уровня интеллектуальной готовности детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе свидетельствуют о том, что: средний и выше среднего уровни готовности имеют 60% детей, а остальные 40% имеют ниже среднего и низкий уровни соответственно.

Достоверной связи между показателями бега 10 м на время и показателями интеллектуальной готовности старших дошкольников не выявлено ( $S > 0,05$ ).

Вместе с тем обнаружена достоверная связь ( $S < 0,05$ ) высокой степени между показателями в скоростно-силовых (метание и прыжок в длину с места) и собственно-силовых (кистевая динамометрия) способностей с показателями интеллектуальной готовности.

**Заключение.** Таким образом, для более успешного обучения в последующем в школе, педагогам дошкольного образования на физкультурных занятиях и других формах физического воспитания детей 5–6 лет нужно больше внимания уделять развитию скоростно-силовых и собственно силовых способностей, за счет более широкого использования упражнений в беге, прыжках, метаниях и подвижных играх с кратковременными напряжениями и последующими расслаблениями мышц.

#### *Список литературы*

1. Воробаев А.М. Формирование школьно-необходимых функций у старших дошкольников средствами физической культуры. Методическое пособие для студентов педагогических институтов. Курск, 1990.
2. Готов ли ваш ребенок к школе (Методические рекомендации); Киев, Знание, 1991.
3. Кушнир Л.В. Психологический комплекс диагностики детей старшего дошкольного возраста. – Мн., 1997.
4. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: «Академия» 2001.