



ЗДОРОВЬЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

«А МЫ СОЛНЫШКО ДОГОНИМ...»

Модель процессуального и содержательного обеспечения двигательной активности младших дошкольников

Теоретический анализ и практические исследования особенностей развития двигательной активности (ДА) младших дошкольников показали, что существует объективная потребность в разработке ее процессуального и содержательного обеспечения с учетом специфики данного возраста. Для младших дошкольников

характерны интенсивное развитие моторной функции, а также высокая потребность в ДА, в самостоятельных действиях, что, как известно, является неотъемлемым условием их познавательного и личностного развития.

Двигательная активность - один из основных факторов не только повышения резервных возможностей организма ребенка, но и профилактики заболеваемости и сохранения здоровья. Максимум усилий педагога по активизации по потребности в физических упражнениях и ее реализации и по формированию мотивов и ценностей физической культуры должен приходиться на ранние этапы жизни ребенка - период соматического формирования и психического становления.

Недостаток движения (гипокинезия) вызывает целый комплекс нарушений в функционировании организма, который принято обозначать как *гиподинамию*. Для малышей потеря в движениях - это потеря в развитии, здоровье, знаниях.

Теоретическое моделирование содержательного и процессуального обеспечения ДА младших дошкольников мы осуществляем на основе структурно-функционального подхода. Важный аспект моделирования - это определение исходных элементов и их свойств.

Важнейшими компонентами предлагаемой нами модели являются сопровождение ДА, организация процесса да и содержание ДА младших дошкольников (*см. схему*).

Под сопровождением мы понимаем совокупность последовательных действий, направленных на создание условий для стимуляции ДА младших дошкольников, - условий, которые реализуются одним специалистом или группой специалистов. Мы предлагаем рассматривать сопровождение как компонент модели развития ДА. Педагогическое сопровождение предполагает принятие диагностических, консультативных, аналитических и коррекционных мер, которые тоже являются обязательными компонентами данной модели.

Диагностика и мониторинг актуального состояния исследуемого явления предваряют любую педагогическую деятельность и являются ее неотъемлемой частью. Без этого невозможно добиться высоких результатов в педагогическом процессе. В качестве *диагностических мер* выступают: шагометрия, пульсометрия, хронометраж и другие тестовые стандартизированные методики и системы наблюдения, которые позволяют определять качественную сторону ДА, например степень ее сознательности и эмоциональной окрашенности и т.д.

Консультативный компонент предполагает систему мер, направленных на повышение компетентности воспитателей и родителей в сфере двигательного развития ребенка. Это могут быть как индивидуальные, так и групповые консультации, а также семинары, тренинги, собрания.

В ЦРР МДОУ № 57 и 69 Белгорода разработана и реализована серия семинаров с элементами тренинга для воспитателей и родителей.

Модель процессуального и содержательного обеспечения ДА младших дошкольников



Аналитический компонент - это анализ и прогнозирование развития детей в конкретных условиях, может реализовываться как каждым специалистом в отдельности, так и на совместных консилиумах, педагогических советах, планерках.

Коррекционный компонент предполагает коррекцию условий и факторов, негативно сказывающихся на развитии ДА детей, реализуется с участием всех субъектов образовательного процесса.

Основой модели развития ДА является **организация этого процесса** с участием педагогов, родителей и детей. Центральное звено процессуального обеспечения модели ДА - **межвозрастное игровое взаимодействие и сотрудничество**. На наш взгляд, это наиболее эффективный путь для стимуляции и обогащения двигательного опыта младших дошкольников, - путь, который учитывает закономерности развития детей этого возраста и отвечает их потребностям. Межвозрастное игровое взаимодействие происходит между детьми младшего и старшего дошкольного возраста, партнерская деятельность и сотрудничество осуществляются и со старшими детьми, и со взрослыми. Обучать такому взаимодействию можно на специально организованных физкультурных занятиях. (Серия таких занятий разработана нами и апробирована в ЦРР МДОУ № 57 и 69 Белгорода. Вариант занятия представлен ниже.)

Вторым обязательным компонентом процессуального обеспечения является **самостоятельная ДА** детей. Она способствует развитию социально значимых черт личности и обеспечивает каждому ребенку возможность двигаться с той интенсивностью, которая отвечает его индивидуальным потребностям. Реализация модели осуществляется только в условиях специально организованной ДА.

Третьим компонентом процесса развития ДА является **разнообразие движений** (ползание,

лазанье, ходьба, прыжки, упражнения сидя, лежа) на физкультурных занятиях, в ходе физкультурно-оздоровительных мероприятий, спортивных праздников и развлечений. Такое разнообразие обязательно в условиях подхода, в основу которого положена степень подвижности детей (высокая, оптимальная, низкая). Кроме того, разноеобразие движений отвечает анатомо-физиологическим особенностям и потребностям детей младшего дошкольного возраста.

Основой **содержательного обеспечения** нашей модели является *соответствие двигательных задач индивидуальным особенностям*, которое реализуется за счет учета всех компонентов содержания и опоры на них. *Ценности и мотивы физической культуры* являются как одними из составляющих нашей модели, специфическим содержанием физического воспитания (при этом их учет в работе педагога способствует достижению поставленных задач), так и предполагаемым результатом реализации модели.

На начальном этапе обучения мотивом к служат первичные базовые потребности ребенка (потребность в движении - одна из витальных потребностей: от движения дети получают удовольствие). В процессе физического воспитания и развития эти первичные потребности трансформируются в социальные мотивы - удовольствие от участия в коллективной игре, потребность сопереживать в процессе игр и соревнований и самоутверждаться в процессе соревнований, что и является одной из основных целей двигательного развития детей.

Элементы соревнования в физическом воспитании младших дошкольников позволяют побуждать их проявлять такое качество, как целеустремленность, т.е. желание достигнуть положительного результата. Поэтому использование данного приема дает педагогу возможность достичь желаемого результата в формировании мотивации детей к двигательным занятиям. Ценности физической культуры усваиваются в процессе общения и взаимодействия с объектами любви, привязанности, симпатии: родителями, старшими родственниками, воспитателями, партнерами по играм. Важное условие - создание положительного опыта и по возможности нейтрализация отрицательного.

Следующий компонент содержательного обеспечения - *степень подвижности ребенка*. Она основана на темпераменте и генетически обусловлена, а значит, индивидуальна. Поэтому ограничение очень подвижных детей в движении, как и слишком большая интенсификация движений инертных малышей, недопустимо. Воспитателям и родителям нужно учитывать тот факт, что полезной является не ДА вообще, а ее уровень, *оптимальный* для каждого ребенка и групп детей.

Немаловажный компонент - *адекватность содержания программ средствам и методам их реализации*. Дети младшего дошкольного возраста имеют специфические особенности, в числе которых - незрелость воли и произвольности, что обуславливает ситуативность поведения. Поэтому зачастую педагогу сложно реализовать содержание традиционными способами (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры), не имея богатого практического опыта. Актуальные задачи программ по физическому развитию дошкольников соответствуют современным тенденциям в развитии российского образования в частности и общества в целом. Однако добиться желаемого эффекта в двигательном развитии младших дошкольников с использованием лишь традиционных средств и методов порой бывает невозможно. Особое внимание мы обращаем именно на данный компонент нашей модели, так как программные задачи должны реализовываться полностью.

Фундаментом модели и основой ее реализации являются *условия развития ДА*, которые определяют степень эффективности данной работы. Первое условие - организация соответствующей *предметно-развивающей среды* - основывается на специфическом механизме ДА младших дошкольников: их движения обуславливаются воспринятыми объектами, которые либо привлекают внимание, либо отталкивают его. Известно: от каждого объекта исходит эмоциональный заряд, притягивающий или отталкивающий ребенка, а правильно организованная пространственная среда способна стимулировать детей к движению и оптимизировать самостоятельную ДА. Кроме того, под средой понимается и социальное окружение ребенка. Следующим условием является *опора на традиционные и новые дидактические принципы обучения двигательным действиям*, без чего невозможно добиться развивающего эффекта любого обучения. Наконец, третьим, не менее значимым условием двигательного развития ребенка является *профессиональная компетентность педагога*, его владение формами, методами, средствами реализации содержательного и процессуального обеспечения дошкольников, его понимание активно-го движения как основы здоровья и полноценного развития дошкольника.

«Большие и маленькие»

Совместное занятие для детей младшего и старшего дошкольного возраста с элементами спортивных игр (теннис, футбол, баскетбол)

Задачи. Обогащать двигательное развитие младших дошкольников на основе их игрового взаимодействия с детьми старшего дошкольного возраста; совершенствовать у детей подготовительной к школе группы технику действий с мячом в играх с элементами соревнования; учить детей младшей группы выполнять игровые действия (катание, бросание, ведение) с мячами различного веса и величины; развивать координацию и сенсомоторику; воспитывать стремление проявлять заботу, внимание к младшим; формировать навыки коммуникативного взаимодействия в играх с элементами спорта.

Оборудование. Мячи гимнастические (10 штук), мячи резиновые (по количеству детей); теннисные ракетки, теннисные мячи; музыкальное сопровождение.

Ход занятия Разминка

Ходьба по одному друг за другом, постепенно переходящая в бег, а затем в бег враспынную.

Дети младшей группы стоят в шеренге. Педагог предлагает всем отправиться в путешествие по сказочному городу мячей на машинах.

Дети под музыку по команде педагога начинают движение (4 минуты).

Основная часть

Общеразвивающие упражнения «Ремонт машин»

1. «Закрутим гайки». И.п. - ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. Вращение кистями сначала вытянутых вперед рук (8-10 раз), потом поднятых вверх рук (8-10 раз).

2. «Откроем все окна и двери». И.п. - ноги врозь, руки вытянуты перед грудью. Разводим руки в стороны и возвращаемся в и.п. (4-6 раз).

3. «Осмотрим машину со всех сторон». И.п. - широкая стойка, ноги врозь, руки на поясе. Наклон туловища вправо, возврат в и.п. Наклон влево, возврат в и.п. (4-6 раз).

4. «Накачиваем колеса». И.п. - ноги на ширине стопы, руки на поясе. Присели, руки вытянули вперед, вернулись в и.п. (5-6 раз).

5. «Машины отправляются в путь». Ходьба в колонне по одному; дети подходят к городу, в котором живут мячи-автобусы, мячи-троллейбусы, а на перекрестке стоит мяч-светофор.

Педагог. Посмотрите, светофор подмигивает нам своим зеленым глазом и приглашает в путешествие по городу.

Основные движения

1. Катание гимнастических мячей враспынную двумя руками, по сигналу остановиться и поднять мяч вверх (1 минута).

Педагог. Мой мяч поднялся вверх, выглянул в окошко и решил превратиться в солнышко, а ваши мячи - в тучки.

Дети.

Тучи по небу ходили,
Солнце красное ловили,
А мы солнышко догоним,
А мы красное поймаем.

Дети катят мячи, стараясь догнать мяч педагога. Педагог катит мячик-солнышко в домик. Тучки-мячи также возвращаются на свои места. Дети прячутся от мяча-солнышка, приседая рядом с мячами (3-4 минуты).

Педагог. Дети, давайте прогоним дождь!

Дети.

Дождик, дождик, что ты льешь?

Погулять нам не даешь.

После этих слов появляются капельки - дети подготовительной к школе группы.

2. Отбивание теннисного мяча от пола одной рукой, ловля - двумя (10-12 раз).

Педагог. Посмотрите, какие печальные мячи-капельки. Давайте их развеселим!

Дети младшей группы то правой, то левой рукой катают теннисные мячи по залу, а старшие - по его периметру (3-4 минуты).

3. «Подъемный кран».

Из и.п. (стоя, ноги врозь, рука с мячом сверху) дети бросают мяч и ловят его внизу двумя руками (старшие - 10 раз, младшие - 5 раз).

4. «Поезд».

Педагог. Мячи развеселились. Давайте им скажем «до свидания», а сами продолжим прогулку на поезде.

Дети парами (младший впереди, старший сзади) бегают по спортивному залу. По сигналу останавливаются. Старшие выполняют упор согнувшись, а младшие пролезают под «мостиком». Дети приехали к мячам, которые любят играть в футбол.

5. Футбол. Ведение мяча.

Старшие дети строятся в колонну, маленькие - змейкой, нога на мяче, рука на поясе. По сигналу старшие дети ведут мяч вокруг маленьких детей (2-3 раза).

6. Баскетбол.

«Повтори». Старшие дети показывают младшим, как вести мяч в баскетболе, младшие повторяют упражнение.

«Поиграем». Младшие дети с мячами в руках стоят на боковой линии перед веревочкой, старшие - с противоположной стороны. По команде младшие бросают мяч через веревочку, пролезают под нее и остаются навливаются перед старшими. Старшие берут мячи в руки и бросают младшим двумя руками снизу. Затем дети (младшие и старшие) меняются ролями.

7.Задания для старших детей. Старшие дети соревнуются командами, младшие - в роли болельщиков.

«Поменяемся»

Две команды стоят на боковых линиях одна напротив другой. По сигналу ведут мяч навстречу друг другу: чья команда быстрее поменяется местами (*2-3 раза*).

«Не потеряй»

Команды стоят в колоннах. Перед ними водящие с мячами в руках. По сигналу они начинают передавать мяч своим игрокам, те передают их обратно, затем приседают: чья команда быстрее (*2-3 раза*).

8.Игра в баскетбол. Старшие по командам играют в баскетбол, а младшие за них болеют.

Заключительная часть - релаксация «Дружные дети» (под мелодичную музыку все дети танцуют) (*1 минута*).

Ю. ИСАЕНКО,
преподаватель, **Л. ВОЛОШИНА,**
кандидат педагогических наук, заместитель директора по научно-методической работе,
Белгородский педколледж