

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Детский сад комбинированного вида № 19 «Шустрик»

633010, Россия,
Новосибирская обл.,
г.Бердск, ул. К.Маркса, 54



Тел./ф.: (383-41) 2-26-83
E-mail: bsk_du19@mail.ru

Развитие физических качеств и психических процессов детей дошкольного возраста на основе дифференцирования подвижных игр



.Дёмочкина
Надежда Афанасьевна,
воспитатель

Подвижные игры - одно из основных средств физического воспитания детей. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них - это, прежде всего, двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. В играх они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные (вначале, конечно, примитивные) правила.

В то же время целый ряд проблем, связанных с физическим воспитанием дошкольников и их психическим развитием, еще не нашли своего полного научного разрешения. К ним мы относим, в частности, использование большого количества разнообразных подвижных игр в системе физического воспитания дошкольников, которое происходит без четкой дифференциации их по принципу преимущественного развития физических качеств и психических процессов.

Игнорирование закономерностей интеграции становления функциональных систем мозга и формирующихся на их основе психических функций с возрастными физическими качествами приводит к тому, что старший дошкольник нагружается учебной информацией в ущерб двигательной, игровой деятельности детей. Именно эти виды деятельности способствуют формированию тех структур и функций головного мозга, которые войдут в основу учебной деятельности: пространственной ориентации, произвольной регуляции, моторики, способности анализировать и сопоставлять, отделять главное от второстепенного. Минимизация двигательной активности оказывает неблагоприятное влияние на общее развитие ребёнка, его работоспособность, умственную деятельность и успеваемость, отрицательно влияет на развитие психических процессов и физических качеств детей.

Именно поэтому подвижная игра является «толчком» двигательной активности ребенка.

Цель данной работы: учиться четко дифференцировать разнообразные подвижные игры по принципу преимущественного развития физических качеств и психических процессов детей.

Задача: выявить взаимосвязь в развитии познавательных способностей и физических качеств у дошкольников в процессе различных подвижных игр, которая положительно влияет на физическое здоровье, готовность детей к обучению в школе, успешную адаптацию к учебной деятельности и усвоение школьной программы.

Многочисленные исследования учёных (Л.С. Выготский, М.М. Кольцова и др.), свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка. В исследовании Г.Н. Голубевой и др. (А.С. Дворкин, Ю.К. Чернышенко, Н.И. Дворкина, Г.Г. Попов и др.) рассмотрена взаимосвязь между показателями физических и психических качеств у дошкольников.

«Физические качества» определяют как врождённые морфо-функциональные качества [анатомо-физиологические], которые развиваются в процессе физического воспитания, посредством физических упражнений. Благодаря физическим качествам возможна физическая активность человека,

проявляющаяся в целесообразной двигательной деятельности. Это сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость. Установлено, что отставание в умственном развитии приводит к отставанию в развитии физических качеств дошкольников (О.В. Решетняк, Т.А. Банникова). Доказано положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность (Н.Т. Терехова, А.В. Запорожец, А.П. Ерастова и др.). Значит, будет уместным говорить и об обратной зависимости, т.е. от уровня развития физических качеств детей будет зависеть успешная адаптация и усвоение школьной программы ребёнком.

Исследования российских учёных (А.Н. Леонтьев, С.А. Рубинштейн, А.А. Смирнов, Б.В. Теплов и др.) показали, что на каждой ступени возрастного развития определяется деятельность, которая приобретает ведущее значение в формировании новых психических процессов и свойств личности индивида. В старшем дошкольном возрасте развитие физических качеств особенно тесно связано с восприятием. Дети становятся более внимательными, дисциплинированными, у них укрепляется воля, вырабатывается характер. Исследования физкультурной деятельности дошкольников (Л.Н. Волошина, Н.И. Дворкина, Л.М. Степанова и др.) показали, что использование определённых подвижных игр способствует развитию у детей логического мышления, памяти, инициативы, воображения, самостоятельности.

Существует взаимосвязь в развитии познавательных способностей и физических качеств у старших в процессе подвижных игр. Данные представили в таблице 1.



Таблица 1

Взаимосвязь развития познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников в процессе подвижных игр

Особенности развития познавательных процессов детей	Особенности развития физических качеств детей	Особенности использования подвижных игр
Внимание - доминирует ориентация на слова и указания педагога. У детей формируется произвольное внимание, но непроизвольное остаётся преобладающим. Внимание сохраняется при поддержании интереса со стороны детей к чему-либо.	Быстрота – детям доступна сложная реакция (реакция на движущийся объект и реакция выбора), то есть проявляется быстрота реакции в эстафетах, подвижных играх.	Подвижные игры с выполнением заданий по определённому сигналу; с построениями и перестроениями, требующие концентрации внимания и повтора заданий до 3-4 раз.
Память - относительная роль непроизвольного запоминания снижается, прочность запоминания возрастает (ребёнок в состоянии воспроизвести полученные впечатления через достаточно длительный срок). Объём фиксируемого материала определяется эмоциональным отношением к нему, актуализацией образных компонентов мышления.	Ловкость – дети согласованно, последовательно выполняют движения, проявляют быструю сообразительность, инициативу в неожиданно изменяющихся условиях подвижной игры, используя пространственные и временные ориентировки.	Выполнение основных движений (бег, прыжки, метания, лазания), направленных на развитие двигательной памяти: -запоминание; -припоминание техники двигательного действия в процессе игры.
Мышление - доминирует образное мышление. Развитие теоретического мышления. Самостоятельное принятие решения и нахождение выхода в проблемной ситуации даже при отсутствии знаний, которые в таких случаях необходимы мышлению.	Сила – у детей прослеживается слабость мышц, недостаточная регуляция их нервной системой. Преобладание тонуса мышц-сгибателей, хорошей реакцией CCC на кратковременные скоростно-силовые нагрузки.	Подвижные игры с выбором определённых действий, направленных на успешность ребёнка в игровой ситуации. Повторность, последовательность, усложнение двигательных действий и заданий на быстроту реакции детей в процессе игры.
Воображение - развитое продуктивное воображение. Присущий детям реализм воображения, умения видеть целое раньше части,	Выносливость – дети обладают большими и возможностями в проявлении общей выносливости.	Подвижные игры и задания, необходимым условием которых является наличие замещающей деятельности и постепенно начинается переход к действиям

эмоциональная насыщенность и выразительность как основа личностного знания, его надситуативно - преобразовательный характер, мыслительно-практическое экспериментирование как способность к включению предмета в новые ситуационные контексты.	Выполнение упражнений (игровых заданий) на фоне утомления в силу эмоционального состояния детей может привести к нежелательным результатам, т.к. энергетические ресурсы организма расходуются на возрастное развитие, поэтому слишком большая нагрузка может повредить процессам роста.	с воображаемыми предметами. Подвижные игры и задания, необходимым условием которых является ориентировка в пространстве.
Восприятие - характерно восприятие движения, пространства, времени. Доминирование образности, эмоциональности, природной любознательности, иррационального способа познания.	Гибкость – у детей опорно-двигательный аппарат, особенно позвоночник, отличается пластичностью. Соответственно объём и интенсивность упражнений должны увеличиваться постепенно. Недостаточная подвижность в суставах может послужить причиной медленного усвоения навыка.	Подвижные игры и задания, необходимым условием которых является проявление инициативы, самостоятельности, уверенности и настойчивости.

[illegible]

	дорожке										
10	Воробышки и кот	2	2	1				3	2		
11	Не забегай в круг	3	2					2	3		
12	Лохматый пес			2	2	1		4	1		
13	Курочка-хохлатка		1	1	3			5			
14	Солнышко и дождик	2	2	1				4	1		
15	Берегись, заморожу			2	3			2,5	2,5		
16	Снежинки и ветер			2	3				5		
17	Лиса в курятнике		1	1	2	1		2,5	2,5		
18	Снежиночки-пушиночки				5				3		2
19	Быстро в домик		2		3			5			
20	Спящая лиса		2	1	2			2,5	2,5		
21	Добеги до предмета	5						5			
22	Наседка и цыплята	2,5	1	1,5				2	1	2	
23	Самолеты			5				5			
24	Кто добежит быстрее?	2			3			5			
25	Ловишки	4	1					2	2		1

Пример бальной экспертной оценки (из 5 баллов) подвижных игр по преимущественному развитию психических процессов и физических качеств (дошкольники 5-7 лет)

№ п/п	Название подвижных игр	Психические процессы					Физические качества			
		Мыш-ление	Вни-мание	Вообра-жение	Воспри-ятие	Память	Быс-трота	Лов-кость	Сила	Вынос-ливость
1	«Вызов номеров»	4	4	2	2		1	2		
2	«Хитрая лиса»	4	4		3		3	4		3
3	«Охотники и утки»	3	3	4	2		1	2	2	2
4.	«Два мороза»		2	3		2	3	4		
5.	«Мы весёлые ребята»		2	1		1	3	4		

6.	«Золотые ворота»	5	4	3			2	4		
7.	«Тяни- толкай»	3		2			1		3	2
8.	«Выше ноги от земли»	4	3				3	4		

Важно подчеркнуть значение подвижных игр с речитативами, которые эффективно влияют на развитие памяти, внимания, воображения, ловкости, быстроты у дошкольников.

Таким образом, двигательная деятельность дошкольников находится во взаимосвязи с перестройкой их умственных процессов. Важно учитывать особенности использования подвижных игр, которые определяют благоприятную динамику в развитии физических качеств и интеллектуальных способностей детей. Достигнутый уровень развития физических качеств, психологическая готовность к большей концентрации волевых усилий определяют новый виток физического развития, дальнейший рост физических возможностей детей, усвоение более сложных двигательных действий, овладение их техникой. Постепенно достигается уровень физического совершенства, необходимый для определенного возрастного этапа.

Литература

1. Голубева, Г.Н. Взаимосвязь уровня двигательной активности, типа подвижности и адаптации детей дошкольного возраста / Г.Н. Голубева // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 2. – С. 51-52.
2. Дворкина, Н.И. Интегративное развитие физических и интеллектуальных способностей дошкольников подготовительной группы / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – № 6. – С.28-31.
3. Ильина Г.В. Взаимосвязь познавательного развития и физического воспитания. Здоровье дошкольника. - 2011. - № 4. - С. 9-14.



