

Современные тенденции обновления физического воспитания детей дошкольного возраста в условиях детского сада

Прищепа Светлана Семёновна,

*кандидат педагогических наук, доцент кафедры управления
дошкольным образованием Московского государственного
педагогического университета*

В настоящее время происходит обновление процесса физического воспитания в соответствии с реализацией федеральных государственных требований. Для того чтобы раскрыть процесс обновления, необходимо выделить основные тенденции обновления, подходы, определяющие содержание дошкольного образования и организационно-педагогические принципы физического воспитания детей дошкольного возраста.

Осветим основные тенденции обновления системы физического

воспитания. Опираясь на содержание «Концепции физического воспитания детей и подростков» (В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, 1996 г.), данными тенденциями выступают демократизация и гуманизация процесса физического воспитания детей [3].

Демократизация физического воспитания понимается как расширение прав и полномочий участников воспитательно-образовательного процесса, формирование педагогики сотрудничества (педагоги-родители-дети). Сегодня физическое воспитание по своему содержанию

разнообразно, во-первых, за счёт многообразия образовательных (примерных основных общеобразовательных программ, комплексных, парциальных) программ и технологий для ДООУ, во-вторых, за счёт современных форм организации дошкольного образования, организация физического воспитания имеет свою специфику в плане организации работы в группах кратковременного пребывания, в лекотеке, в центре игровой поддержки и т.д.; в-третьих, за счёт использования современных разнообразных форм работы с детьми: групповых, индивидуальных, парных.

Не менее важной является вторая тенденция обновления системы физического воспитания — это гуманизация физического воспитания, которая заключается в учёте индивидуальных особенностей здоровья и физического развития каждого ребёнка. Сегодня, анализируя состояние здоровья современных детей, по данным ГУ «Научно-исследовательский институт гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН», можно констатировать, что практически здоровых детей — 17,3%, с функциональными отклонениями — 29,4%, с хроническими заболеваниями в стадии

компенсации — 52,8%. Здоровыми являются лишь 5,2% детей. Среди наиболее чаще встречающихся заболеваний у детей: болезни костно-мышечной системы — нарушения осанки, деформации позвоночника и деформация стопы — 32%; болезни эндокринной системы — 31% (болезни щитовидной железы (34%) и ожирения (25%); болезни системы кровообращения — 24%; болезни органов пищеварения — 24%. Растёт число детей, поступающих в школу: с понижением остроты слуха на 67%, с понижением остроты зрения в 2 раза, с нарушением осанки почти в 5 раз, со сколиозом в 5,5 раза.

Поэтому сегодня необходимо дифференцировать физическую нагрузку в воспитательно-образовательном процессе для детей, учитывая в первую очередь группу здоровья каждого ребёнка (I, II, III группы). С.О. Филиппова справедливо отмечает, что: «у каждого ребёнка свой индивидуальный путь развития. Дети развиваются не только разными темпами, но и проходят через индивидуальные своеобразные ступени развития» [5, с. 168]. Несомненно, важно учитывать уровень физической подготовленности детей (высокий, средний, низкий), степень двигательной

активности (гиперактивные, мало-подвижные дети), степень созревания нервно-психических процессов (дети со слабым и сильным типом нервных процессов, отличающиеся сниженной и высоким уровнем физической работоспособности).

В содержании «Временных (примерных) требований к содержанию и методам воспитания и обучения, реализуемым в дошкольном образовательном учреждении» отмечалась необходимость реализации воспитателями индивидуального подхода к детям на физкультурных занятиях, а именно:

- формирование подгрупп детей на основе состояния их здоровья и темпов физического развития, функционального состояния в соответствии с медицинскими показателями;
- внимательное наблюдение за самочувствием каждого ребёнка на занятиях, его реакцией на нагрузку, на новые упражнения;
- варьирование нагрузки и содержания занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребёнка;
- стремление пробуждения у каждого ребёнка интереса к занятиям или спортивной игре.

В помощь практическим работникам сегодня предлагаются технология проведения дифференцированных физкультурных занятий, обоснованная М.А. Руновой, с учётом уровня двигательной активности, состояния здоровья детей и уровня физической подготовленности и серия физкультурных занятий, предлагающих дифференциацию заданий для подгрупп детей со сходными показателями физического состояния, разработанных С.Б. Шармановой, А.И. Федоровым, Е.А. Череповым.

Планируя содержание физических упражнений для физкультурных занятий, досугов, спортивных праздников, прогулки, организации дополнительных занятий во второй половине дня, важно учитывать половые особенности детей. Это может проявляться в подборе общеразвивающих упражнений; в предъявлении требований к выполнению одних и тех же движений: для мальчиков — чёткости и ритмичности, для девочек — плавности, выразительности; в подборе комплексов ритмической гимнастики, учитывая характер движений мальчиков и девочек; в разработке больших тематических игр, которые можно применять по подгруппам; в просмотрении заданий на праздниках

и досугах для мальчиков и девочек; в формировании знаний о видах спорта с концентрацией внимания на женских и мужских видах спорта [5, с. 178 – 179].

Таким образом, составляя программу развития и оздоровления ребёнка в условиях детского сада, необходимо учитывать его индивидуальные особенности.

Реализация гуманистического подхода должна обязательно прослеживаться и в процессе диагностики уровня физической подготовленности. На практике остаётся значимым тот факт, что уровень физической подготовленности ребёнка, а именно уровень сформированности психофизических качеств (скоростно-силовых, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости), оценивается по количественным показателям (нормативам). На практике мы часто встречаемся с тем, что в зависимости от природных задатков, двигательных способностей, темпа созревания различных органов и систем, особенностей нервной системы дети могут иметь низкий уровень сформированности определённых психофизических качеств (гибкость, быстрота, удержание равновесия и др.) как в начале, так и в конце учебного года. Поэтому сегодня целесообразно вы-

являть темп прироста показателей психофизических качеств у ребёнка в конце года, используя формулу, предложенную В.И. Усаковым. Таким образом, можно будет сделать вывод: какой темп прироста и за счёт чего он достигнут (естественного роста или целенаправленной системы физического воспитания или эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений).

В основе модернизации физического воспитания лежат идеи двух подходов, которые определяют содержание дошкольного образования: личностно ориентированного и деятельностного. Раскроем значение каждого из них. Цель личностно ориентированного подхода состоит в содействии становлению ребёнка как личности, в приобщении ребёнка к миру общечеловеческих ценностей, к национально-культурным традициям.

Это предполагает решение следующих задач: сохранения и укрепления здоровья детей — физического, психического, нравственного, социального; развитие индивидуальности ребёнка. Результатом внедрения личностно ориентированного процесса является развитие психофизических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, выносливости,

скоростно-силовых качеств) и максимальное раскрытие способностей детей в области физической культуры и спорта.

Деятельностный подход в рамках решения проблемы развития психики ребёнка рассматривался А.Н. Леонтьевым, А.В. Запорожцем, В.В. Давыдовым. Исследователи рассматривали деятельность наравне с обучением, т.е. как движущую силу психического развития. По мнению П.Я. Гальперина, цель обучения сводится к тому, чтобы дать человеку умение действовать, а знания должны стать средством обучения действиям.

Поэтому детей дошкольного возраста необходимо так обучать двигательным умениям, навыкам, чтобы впоследствии дети могли применить их в жизненных ситуациях, содержание которых представлено в необычной или нестандартной форме, в которых требуется провести анализ ситуации. В содержании «Концепции физического воспитания детей и подростков (В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, Л.Б. Кофман, 1996 г.) говорится о том, что «деятельностный подход ориентирует ребёнка не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной деятельности, на развитие познава-

тельных сил и творческого потенциала» [3].

Проблемой развития творчества в двигательной деятельности занимались Л.М. Коровина, В.Т. Кудрявцев, Э.Я. Степаненкова, Е. Сагайдачная и Т.Н. Яковлева, В.Н. Шебеко и Н.Н. Ермак, В.А. Шишкина и М.В. Мащенко.

Так, метод творческих заданий, который предлагала Л.М. Коровина, строится на варьировании отдельных элементов упражнения (изменение направлений, исходного положения, введения дополнительных действий) и на комбинировании ранее изученных движений. Двигательные эталоны, описанные в парциальной программе В.Т. Кудрявцева, задаются не в готовом виде, а в проблемной форме — как игровое экспериментирование, инсценировки, имитация, двигательные парадоксы, перевоплощения, импровизация.

Сегодня важно в организованной образовательной деятельности с детьми использовать следующие активные и творческие методы обучения:

- игровой (имитация, подражание, импровизация), направлен на раскрепощение детей, развитию выразительности движения;

- соревновательный метод;
- игровые задания, направленные на освоение терминов общеразвивающих упражнений («Повтори-ка», «Придумай и назови фигуру»), на освоение основных видов движения («Светофор»), на освоение основных видов построения;
- метод творческих заданий, способствующий развитию двигательного творчества, воображения: придумать упражнение из определённого исходного положения, придумать новое правило в подвижной игре;
- метод проблемного обучения (игровое экспериментирование), способствующий развитию познавательной активности детей: «добраться до скамеек, но не бегом», «перейти на другую сторону зала, используя снаряды»;
- метод круговой тренировки;
- для того чтобы руководствоваться правилом: «Не навреди здоровью ребёнка!». Важно, чтобы процесс модернизации физического воспитания базировался на следующих организационно-педагогических принципах: научности, гармонического развития личности, оздоровительной направленности.

1. Принцип научности — предполагает построение физического воспитания дошкольников в соответствии с закономерностями их психического, физического развития, опираясь на отечественные исследования известных физиологов, психологов и педагогов.

Учение И.М. Сеченова и И.П. Павлова о высшей нервной деятельности, позволяющее понять закономерности формирования двигательных навыков и особенности построения движений, методически правильно построить процесс обучения детей движению. В практике работы это должно проявляться в неизменном трёхэтапном процессе освоения ребёнком двигательного действия. Работы Н.А. Бернштейна, А.В. Запорожца, содержание которых акцентирует внимание том, что движение от рождения не является свойством личности и ребёнка надо учить ходить, правильно бегать... Поэтому и сегодня важна целенаправленная работа по развитию у детей движения. Эксперименты И.М. Сеченова и И.П. Павлова доказывают то, что психическая деятельность происходит в тесной зависимости от телесной деятельности. Учение П.Ф. Лесгафта,

исследования современных психологов Н.Д. Гордеевой, О.И. Кокаревой о важности принципа осознанности при обучении основным движениям. Осознанное действие является не только быстрым, но и точным.

2. Принцип гармоничного развития личности ребёнка. Этот принцип способствует не только развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, но и направлен на всестороннее развитие: интеллектуальное, духовное, нравственное, эстетическое.

Основатель методики физического воспитания П.Ф. Лесгафт рассматривал понятие «физическое воспитание» как «воспитание через физическое», таким образом, двигательная деятельность являлась фактором всестороннего развития личности ребёнка. В Концепции дошкольного воспитания (В.В. Давыдов, В.А. Петровский, 1989 г.), в разделе «Охрана и укрепление здоровья детей», отмечалось, что для достижения психофизического здоровья необходимы не только узкопедагогические средства физического воспитания и медицинские мероприятия, но и эти средства должны пронизывать всю организацию жизни ребёнка, организацию предметной среды, режима, разных видов деятельности.

Несомненно, физическая культура базируется на интегрированной основе, когда прослеживается связь между состоянием здоровья человека и его общей культурой. С начала 1990-х годов критические замечания о том, что сложившаяся система физического воспитания ориентирована в основном на двигательное развитие детей, выработку спортивных навыков и физических качеств, были высказаны В.К. Бальсевич, Ю.К. Чернышенко.

В диссертационных исследованиях Г.А. Каданцевой (1993 г.), А.С. Дворкиной, Ю.К. Чернышенко (1997 г.), И.К. Спиркиной (2000 г.), И.В. Стародубцевой (2004 г.) обосновывалась интеграция умственного и двигательного развития дошкольников, интеграция познавательной и двигательной активности. В процессе педагогических экспериментов Л.Н. Волошиной и С.Б. Шармановой доказана эффективность использования межпредметных связей на физкультурных занятиях интегрированной формы, Н.Ю. Мищенко обосновала методика интегрированных занятий по физической культуре, направленная на сопряжённое решение задач физического и экологического воспитания детей,

О.В. Решетняк разработана технология интегрированных физкультурных занятий для детей с задержкой психического развития, авторским коллективом педагогов (Ю.А. Кирилловой, М.Е. Лебедевой, Н.Ю. Жидковой) г. Санкт-Петербурга разработана серия физкультурно-речевых занятий для дошкольников с общим нарушением речи.

Учитывая принцип интеграции образовательных областей, в соответствии с федеральными государственными стандартами к структуре основной общеобразовательной программы [4], образовательная область «Физическая культура» должна интегрироваться с девятью образовательными областями: «Здоровье», «Безопасность» и другими. Процесс интеграции может реализовываться как по задачам и содержанию, так и по средствам. Интеграция образовательной области «Физическая культура» по содержанию может осуществляться с образовательными областями: «Здоровье», «Познание», «Художественное творчество». Таким образом, познавательная, игровая и продуктивная деятельности могут определять и обогащать содержание двигательной деятельности. Приведём пример интеграции об-

разовательной области «Физическая культура» и «Познание»:

- активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, усложнение правил подвижной игры, пересчёт мячей и пр.);
- формирование способностей к наглядному моделированию (в средней группе — план, в старшей группе — символические наглядные модели — «карточки-схемы» и др.);
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- закрепление знаний об окружающем мире (имитация движений животных, труда взрослых в подвижных играх и упражнениях);
- совершенствование умений конструирования (из мягких блоков, спортивного оборудования в играх-эстафетах);
- закрепление сенсорных эталонов (формы, цвета, величины), знаний о цифрах, навыка счёта.

Интеграция образовательной области «Физическая культура» по средствам может осуществляться с образовательными областями: «Коммуникация», «Труд», «Музыка», «Чтение художественной литературы».

Таким образом, коммуникативная, музыкальная, трудовая, продуктивная деятельности и чтение художественной литературы могут выступать как средство для развития и обогащения двигательной деятельности.

В результате интеграция образовательных областей позволяет в процессе разнообразных форм организации двигательной деятельности (физкультурные занятия, утренняя гимнастика, подвижные игры на прогулке, досуги и спортивные праздники) использовать межпредметные связи. Таким образом, в процессе физического воспитания осуществляется эффективное решение как оздоровительных, так и образовательных задач.

Принцип оздоровительной направленности физического воспитания заключается в том, что педагоги детского сада должны нести ответственность за жизнь и здоровье детей. В соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для ДОУ (СанПиН 2.4.1.2660-10 от 22.07.2010 г.) дети должны заниматься в спортивной одежде, соответствующей погодным условиям, вся работа по физическому воспитанию проводится с учётом состояния здоровья детей и осуществляется воспитателем

по физкультуре при регулярном контроле со стороны медицинских работников. Планируя содержание физкультурно-оздоровительной работы с детьми, важно учитывать их возрастные и физиологические особенности. На сегодняшний день определён перечень физических упражнений, который противопоказан детям дошкольного возраста, например: упражнения, требующие значительного силового напряжения (упоры, лазанье с помощью одних рук); движения, которые затрудняют дыхание, сужают грудную клетку (перетягивание каната, лазанье по вертикальному шесту); ассиметричные движения, которые выполняются одной рукой или ногой; прыжки с большой высоты и на твердую опору [5, с. 149]. Профессиональный учёт анатомо-физиологических особенностей детей позволит инструктору по физической культуре грамотно подбирать физические упражнения, что приведёт только к положительному результату в физическом развитии и физической подготовке детей.

Сегодня в обществе идёт становление новой системы дошкольного образования, направленной на реализацию федеральных государственных требований. В России в настоящее время для большинства

уровней и ступеней образования, исключая дошкольное, установлены федеральные государственные образовательные стандарты. В системе дошкольного образования разработаны только Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы и к условиям её реализации. ФГТ в сфере дошкольного образования — это нормы, определяющие обязательный минимум содержания основных образовательных программ общего образования, максимальный объём учебной нагрузки детей, уровень подготовки выпускников дошкольных образовательных учреждений, а также основные требования к обеспечению образовательного процесса [4].

В соответствии с федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы определены четыре направления воспитательно-образовательной работы с детьми. Рассмотрим эти направления более подробно на основе физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Первым направлением является непосредственно образовательная деятельность, осуществляемая педагогом с детьми в процессе организации двигательной деятельности.

Данное направление представляют следующие формы работы с детьми: физкультурные занятия (игровые, сюжетные, тематические, учётно-контрольные, интегрированные, комплексные), физкультурминутки, игры и упражнения под тексты стихотворений и потешек, ритмическая гимнастика, игровые беседы с элементами движений, проектная деятельность

Вторым направлением является образовательная деятельность, осуществляемая педагогом в ходе режимных моментов. К физкультурно-оздоровительным мероприятиям в течение дня относятся: утренняя гимнастика, физкультурминутки, подвижные игры и физические упражнения на прогулке.

Третьим направлением является самостоятельная двигательная деятельность детей. Здесь могут быть организованы следующие формы работы с детьми: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия, домашние задания. Для того чтобы организация самостоятельной двигательной активности была эффективной, С.О. Филиппова рекомендует учитывать следующие моменты: разнообразить физкультурно-игровую среду, выделить в режиме дня специальное

время, педагогу владеть методами активизации самостоятельной деятельности [5, с. 111].

Последовательность применения методических приёмов, которая будет способствовать формированию самостоятельности и активности у детей, определена в исследовании И.М. Воротилкиной (1998 г.) [1]. Так, на этапе ознакомления с движением предлагается использовать показ упражнения, объяснение, демонстрацию схематичного изображения упражнений на карточке; на этапе закрепления детям предлагается задавать следующие вопросы: «Как называется упражнение?», «С какой целью выполнять упражнение?», «Почему это упражнение развивает силу?». На этом этапе дети уже самостоятельно выполняют упражнения и находят способы их выполнения. На последующих двух этапах детям предлагается по названию упражнения описать его, придумать новое упражнение с данным исходным положением, самостоятельно придумывать варианты знакомых упражнений и подвижных игр.

Четвёртым направлением воспитательно-образовательной работы является взаимодействие педагогов с семьями детей по реализации основной общеобразова-

тельной программы дошкольного образования. Сегодня в практике применяются разнообразные формы сотрудничества с семьёй: анкетирование семей, дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, семейные объединения (клуб, секция), семейные праздники и досуги, физкультурные занятия родителей с детьми, совместные прогулки и походы с участием детей и родителей, участие в детской исследовательской и проектной деятельности, наглядно-текстовые формы работы: информационные стенды и баннеры, семейные газеты, интернет-журналы.

На сегодняшний день существуют определённого рода трудности в реализации федеральных государственных требований. В письме в МО РФ «О необходимости внесения изменений в ФГТ к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и учёта проявившихся негативных сторон ФГТ при подготовке возможных стандартов дошкольного образования» (авторы письма: Е.Е. Кравцова, Н.М. Крылова, Л.А. Парамонова, А.С. Русаков, Л.В. Свирская) конкретно указывается то содержание, которое необходимо исправить.

Так: «Вычеркнуть или исправить те формулировки, которые утверждают как единственно возможные: «образовательный процесс ... должен основываться на комплексно-тематическом принципе»; «основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра».

В тексте федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы не употребляется слово «занятие», исключение составляет подготовительная к школе группа. Авторы ФГТ утверждают, что занятие не соответствует возрастным особенностям детей дошкольного возраста, поскольку является дидактической формой учебной деятельности. Однако физкультурное занятие было и продолжает оставаться самой традиционной, организованной и систематической формой работы с детьми. Продолжают существовать разные типы занятий: занятия-тренировки, тематические, сюжетные, игровые, интегрированные, комбинированные занятия. Только осуществлять занятия необходимо не с учительской позиции взрослого, которая часто вызывает пассивность ребёнка, эмоциональный диском-

форт, страх сделать что-то не так, а в форме совместной партнёрской деятельности педагога с детьми, которую предложила Н.А. Короткова [2, с. 33]. Педагог-партнёр всегда равноправный участник дела. Именно партнёрская позиция воспитателя способствует развитию активности, самостоятельности, умения принять решение, вызывает стремление к достижению результата, благоприятствует эмоциональному комфорту. Современный ребёнок — это физически развитый, инициативный, любознательный, активный ребёнок. Правильная — грамотная педагогическая позиция будет способствовать как физическому развитию и оздоровлению детей, так и становлению личности каждого ребёнка.

Литература

1. *Воротилкина И.М.* Формирование самостоятельности и активности у детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания: Автореф. дисс. канд. пед. наук. — Хабаровск, 1998.
2. *Короткова Н.А.* Образовательный процесс в группах детей старшего дошкольного возраста. 2-е изд. — М.: Издательство «ЛИНКА-ПРЕСС», 2012.

3. Лях В.И., Мейксон Г.Б., Кофман Л.Б. Концепция физического воспитания детей и подростков // Физическая культура. — 1996. — № 1. — С. 3–8.

4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 ноября 2009 г. № 655 «Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования».

5. Физическое воспитание и развитие дошкольников: уч. пособ. для студ. сред. пед. заведений/ Под. ред. С.О. Филипповой. — М.: Издательский центр «Академия», 2007.

