

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

«Волгоградская государственная академия физической культуры»

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

**Материалы Всероссийской с международным участием
научно-практической конференции**



**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА: ТЕОРИЯ, ПРАКТИКА И ПЕРСПЕКТИВЫ**
(26-27 апреля 2018 г.)

Волгоград, 2018

Редакционная коллегия:

С.Ю. Максимова, заведующий кафедрой ТиМ ФВ ФГБОУ ВО «ВГАФК»,
д.п.н, доцент

Н.В. Финогенова, доцент кафедры ТиМ ФВ ФГБОУ ВО «ВГАФК», к.п.н,
доцент

Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста: теория, практика и перспективы: Сборник материалов Всероссийской с международным участием научно-практической конференции / под общей ред. Максимовой С.Ю., Финогеновой Н.В. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2018. – 203 с.

ISBN 978-5-6040038-5-5

В сборник вошли статьи профессорско-преподавательского и научного состава вузов и ссузов физической культуры России, студентов, магистрантов, аспирантов вузов физической культуры, ученых научно-исследовательских институтов физической культуры и спорта, проблемных лабораторий, специалистов в области спортивной медицины, педагогики, социологи, философии, адаптивного спорта, тренеров-практиков, инструкторов, педагогов дошкольных образовательных учреждений.

Данный сборник адресован студентам, магистрантам, аспирантам и молодым ученым. Будет востребован слушателями курсов повышения квалификации, а также читателям интересующимися вопросами и проблемами физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.

© С.Ю. Максимова, 2018

© Н.В. Финогенова, 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

| | |
|---|----|
| <i>Бабакова О.Д., Головачева Е.А., Жеманова Е.В.</i> Игровые технологии в практике работы с детьми с расстройствами аутистического спектра | 6 |
| <i>Бахнова Т.В., Алексеева В.А.</i> Сравнительный анализ показателей функционального состояния опорно-двигательного аппарата здоровых детей и детей с задержкой психического развития | 11 |
| <i>Ботяев В.Л., Ревякина О.В.</i> Направления и результаты деятельности центра дополнительного образования и коррекции детей дошкольного возраста «Логоритм»..... | 14 |
| <i>Владимирова О.Б., Зинченко Е.Е., Фоменко Л.А.</i> Использование нестандартного физкультурного оборудования в инклюзивном образовании детей дошкольного возраста | 18 |
| <i>Глазкова Е.И.</i> Современные подходы совершенствования процесса адаптивного физического воспитания учащихся в общеобразовательных и специальных коррекционных учреждениях | 21 |
| <i>Дробышева С.А., Ушакова М.Ю., Пугач К.В.</i> Методическое обеспечение занятий гидрореабилитацией школьников с ДЦП в современных условиях совершенствования специального (коррекционного) образования | 24 |
| <i>Дужак О.И.</i> Исследование реакции организма детей с аутизмом на физическую нагрузку | 27 |
| <i>Евсикова Н.Ю.</i> Результаты реализации инновационной деятельности по обоснованию адаптивного физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья на основе кинезитерапии | 30 |
| <i>Завьялова Т.П., Важенкина Т.В., Седавных А.М.</i> Танцевальная ритмика как средство адаптивного физического воспитания дошкольников 5-6 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата | 33 |
| <i>Козлова Н.В., Давыдова И.В., Гвоздева Н.И.</i> Изменение частоты сердечных сокращений у детей с синдромом Дауна при выполнении физической нагрузки | 36 |
| <i>Космачева А.В.</i> Использование хатха-йоги в адаптивном физическом воспитании детей дошкольного возраста с задержкой психического развития | 39 |
| <i>Ковалева Т.И., Пашкова С.Д.</i> Адаптивное физическое воспитание детей с синдромом Дауна | 42 |
| <i>Максимова С.Ю.</i> Разработка технологии адаптивного физического воспитания, направленной на коррекцию психофизической сферы детей с задержкой психического развития | 44 |
| <i>Манина Н.А., Корж Е.А., Свиридова О.Г.</i> Результаты деятельности региональной инновационной площадки по проблемам адаптивного физического воспитания детей с задержкой психического развития | 47 |
| <i>Мамакова М.П., Смоленцева М.А.</i> Физическое воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья в группах комбинированного типа..... | 49 |
| <i>Пономарева Н.П., Бондаренко И.В., Кочетова Н.Ю.</i> Построение коррекционно-развивающей среды на основе организации физкультурного центра «Маленькие чемпионы» | 53 |
| <i>Ржевский Э.Ю.</i> Методика инклюзивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе дифференцированного подхода | 57 |
| <i>Симина Т.Е., Залыгина Т.А.</i> Формирование основ безопасной жизнедеятельности у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата на основе использования элементов прикладного плавания | 61 |

| | |
|---|-----|
| <i>Черных Г.Ю., Желудкова А.В.</i> Коррекция психоречевых нарушений у детей с ограниченными возможностями здоровья в процессе специально организованной двигательной деятельности | 64 |
| <i>Чуфарнова Н.А., Пермьякова М.А.</i> Использование гимнастики цыгун в физическом воспитании детей с дефицитом внимания и гиперактивностью | 67 |
| <i>Шатрова С. А., Левина Л.П.</i> Влияние ритмики на коррекцию расстройств слуха и речи у старших дошкольников | 69 |
| <i>Янчук М.В.</i> Возможности развития координации движений у детей с задержкой психического развития во время прогулок | 74 |
| МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА | |
| <i>Медведкова Н.И., Медведков В.Д.</i> Особенности ксенобиотической разгрузки организма дошкольников экологически неблагоприятных территорий средствами физической культуры..... | 77 |
| <i>Федотова И.В., Таможникова И.С., Богомолова М.М.</i> Концептуальные особенности медико-педагогического мониторинга процесса адаптивного физического воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья..... | 80 |
| ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ | |
| <i>Глущенко И.А., Петьков В.А.</i> Формирование и гармонизации образа "я" у дошкольников в условиях организованной развивающей среды..... | 84 |
| <i>Иванова Н.Н., Александрова Н.В.</i> Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста в детском саду..... | 87 |
| <i>Карцева Т.В., Желудкова А.В., Черных Г.Ю.</i> Основные направления формирования здорового образа жизни у дошкольников в условиях детского сада и семьи..... | 90 |
| <i>Клименко М.А., Тихомирова Н.А.</i> Использование цветного игрового полотна с детьми дошкольного возраста, как одного из средств реализации цветотерапии в детском саду..... | 94 |
| <i>Мартынов А.А., Бабахин А.В., Бабахина О.В.</i> Новый взгляд на проблему формирования правильной осанки..... | 100 |
| <i>Петьков В.А., Гребенникова В.А.</i> Психолого-педагогические условия развитие двигательной одарённости детей дошкольного возраста..... | 103 |
| <i>Почтарева Н.А.</i> Нетрадиционные методики оздоровления детей дошкольного возраста..... | 106 |
| ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА | |
| <i>Арстанова М.З., Бурахмед О.А., Мамаева Н.М.</i> Подвижные игры как средство развития физических качеств детей дошкольного возраста | 111 |
| <i>Батова Е.А Батова Е.А.</i> Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в детских дошкольных учреждениях..... | 114 |
| <i>Вишневецкая Т.В., Доценко И.А., Смехова Н.В.</i> Двигательный квест – одно из средств физической рекреации в рамках игровой двигательной деятельности детей дошкольного возраста..... | 118 |
| <i>Высоцкая Л.А., Косенко М.В., Попова С.А.</i> Особенности обучения детей дошкольного возраста элементам спортивных игр..... | 120 |

| | |
|--|-----|
| <i>Гавришова Е.В.</i> Использование дыхательной гимнастики в профилактике острых респираторных заболеваний у старших дошкольников..... | 123 |
| <i>Данковцева В.В., Алимова А.Е.</i> Организационно-методические условия для развития мелкой моторики у детей дошкольного возраста | 127 |
| <i>Доника А.Д.</i> Кросскультурный подход к проблеме физического воспитания детей дошкольного возраста | 129 |
| <i>Драндров Г.Л.</i> Развитие у старших школьников способности к обобщению в процессе занятий физической культурой..... | 133 |
| <i>Волошина Л.Н., Галимская О.Г.</i> Формирование двигательного опыта дошкольников в условиях разновозрастного взаимодействия..... | 137 |
| <i>Кесель С.А.</i> Рациональное соотношение физических нагрузок различной направленности в содержании физкультурно-оздоровительных занятий с детьми 4-5 лет | 141 |
| <i>Курьсь В.Н. Денисенко В.С. Гзирьян Р.В.</i> Образование детей дошкольного возраста в области физической культуры: проблемный аспект | 146 |
| <i>Финогорова Н.В.</i> Эмоционально волевое развитие детей дошкольного возраста в ходе подвижных игр | 152 |
| <i>Фомина Н.А., Карпушина С.В.</i> Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика как интегрированная система физического воспитания детей дошкольного возраста..... | 155 |
| <i>Цветкова М.А.</i> Учебное сотрудничество как форма взаимодействия семьи, педагога и воспитанников в условиях внедрения физкультурно-спортивного комплекса ГТО ... | 157 |
| <i>Филиппова С.О. Митин А.Е.</i> Повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы дошкольных учреждений в современных условиях | 162 |
| <i>Эйдельман Л.Н.</i> Музыкальная грамотность специалиста в области физического воспитания как фактор эффективной педагогической деятельности | 165 |
| ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ СПОРТА | |
| <i>Магомедов Р. Р., Торикова Е. Ф.</i> Прикладное обучение детей дошкольного возраста скалолазанию в системе физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных организациях | 170 |
| <i>Пожидаев С.Н., Туранский Д.С., Пожидаева И.Л., Смирнова Е.О.</i> Методика оздоровительной вибрационной гимнастики..... | 173 |
| <i>Усачев Н.А., Сурнин Д.И.</i> Организация исследования занятий по плаванию для детей раннего и дошкольного возраста..... | 175 |
| СТАТЬИ, ПРЕДСТАВЛЕННЫЕ НА КОНКУРС СТУДЕНЧЕСКИХ НАУЧНЫХ РАБОТ | |
| <i>Ефименко Я.А., Дворкина Н.И.</i> Содержание занятий фитнесом в дошкольном возрасте на основе хатха-йоги | 178 |
| <i>Любименко В.С., Мартынов А.А.</i> Психоэмоциональное состояние как основной критерий дозирования нагрузки у детей раннего возраста | 183 |
| <i>Новичкова К. А., Макарова Н. В.</i> Фитбол-гимнастика как технология развития функции равновесия у детей старшего дошкольного возраста | 185 |
| <i>Почтенная М.В., Лосев Ю.Н.</i> Проблема физического воспитания дошкольников | 191 |
| <i>Солодкова А.М., Финогорова Н.В.</i> Фитол-гимнастика как средство сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста | 194 |
| <i>Тарасова Н. И., Волошина Л.Н.</i> Проектирование игровых технологий приобщения старших дошкольников к культуре здоровья | 198 |

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПРАКТИКЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Бабакова О.Д., Головачева Е.А., Жеманова Е.В.,
МОУ «Детский сад №178 Краснооктябрьского района Волгограда»
Россия, Волгоград

Аннотация: описываются игровые технологии работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья, особенности детей с расстройствами аутистического спектра и специфика работы с ними.

Ключевые слова: технология, дети с ОВЗ, расстройство аутистического спектра, игры с тактильными ощущениями.

GAMING TECHNOLOGY IN THE PRACTICE OF WITH CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS

Babakova O.D., Golovacheva E.A., Zhemanova E.V.,
MOU "Kindergarten № 178 of Krasnooktyabrsky district of Volgograd",
Russia, Volgograd

Annotation: game technologies of work with children with disabilities, peculiarities of children with autism spectrum disorders and specifics of work with them are described.

Keywords: technology, children with limited health opportunities, autism spectrum disorders, games with tactile sensations.

*«Игра - путь детей к познанию мира, в котором они живут»
М. Горький*

В России на современном этапе развития происходят изменения в образовательных процессах: содержание образования усложняется, акцентируя внимание педагогов на развитие творческих и интеллектуальных способностей детей. Документально [1] (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации») закреплено право всех детей, в том числе детей с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) на образование.

Дети с ОВЗ - это дети, которые имеют различного рода отклонения (психические и физические), обуславливающие нарушения естественного хода их общего развития, в связи с чем они не всегда могут вести полноценный образ жизни [2]. В рамках образовательного аспекта можно сформулировать более узкое определение. Дети с ОВЗ – это дети, у которых наблюдается нарушение психофизического развития (речи, зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, интеллекта и др.), и им чаще всего требуется специальное корректирующее обучение и воспитание.

Дети с расстройствами аутистического спектра, являются одними из наиболее незащищенных. Детский аутизм это не болезнь, а нарушение психического развития ребенка. Установлено, что встречается детский аутизм примерно в 3–6 случаях на 10 000 детей, обнаруживаясь у мальчиков в 3–4 раза чаще, чем у девочек [3]. Исходя из нашего опыта, в последнее пятилетие наблюдается тенденция снижения проявлений у детей детского аутизма

в «чистом виде», но при этом увеличение отдельных проявлений аутистического спектра, атипичного аутизма.

Наиболее яркие внешние проявления детского аутизма:

-снижение способности к установлению эмоционального контакта, коммуникации и социальному развитию;

-стереотипность в поведении, связанная с напряженным стремлением сохранить постоянные, привычные условия жизни; сопротивление малейшим изменениям в обстановке, порядке жизни, страх перед ними; поглощенность однообразными действиями – моторными и речевыми;

-особая характерная задержка и нарушение развития речи, прежде всего – ее коммуникативной функции;

-часто наблюдается асинхронность в развитии, когда при общей задержке и нарушении один из параметров развития может быть выше возрастного показателя.

При работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья (ОВЗ), применяются особые коррекционно - развивающие педагогические технологии, позволяющие добиваться положительной динамики. Узкий специалист в одиночку не может полноценно помочь в решении коррекционно-развивающих задач. Только тесное взаимодействие специалистов способно комплексно решить задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя наиболее эффективные технологии.

На смену традиционным методам приходят активные методы обучения и воспитания, направленные на стимулирование познавательного развития ребенка. В этих изменяющихся условиях педагогу необходимо уметь ориентироваться в многообразии интегрированных подходов к развитию детей, в широком спектре современных технологий. В дошкольном образовании использование игровых технологий в работе с детьми - это система игр, направленная на решение конкретной цели. Понятие «игровые педагогические технологии» включает достаточно обширную группу методов и приемов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр. В отличие от игр вообще педагогическая игра обладает существенным признаком - четко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованы, выделены в явном виде и характеризуются учебно-познавательной направленностью.

В первую очередь следует разделить игры по виду деятельности как физические (двигательные), интеллектуальные (умственные), трудовые, социальные и психологические. Игровая форма создается на занятиях при помощи игровых приемов и ситуаций. Необходимо учитывать следующие требования к игре:

- выступает как средство побуждения, стимулирования воспитанников к обучающей деятельности;
- соотносится возрасту ребенка или его актуальному уровню развития, и структуре дефекта;
- соответствует коррекционной цели занятия;
- учитывает принцип смены видов деятельности;
- связь содержания игры с системой знаний ребенка;
- подбор игрового материала с постепенным усложнением;
- использование ярких, озвученных игрушек и пособий;
- соответствие игрушек и пособий гигиеническим требованиям, безопасность.

Технологии, применяемые при работе с детьми с ОВЗ

1. Технология разноуровневого обучения
2. Коррекционно - развивающие технологии
3. Технология проблемного обучения
4. Проектная деятельность
5. Игровые технологии
6. Информационно-коммуникационные технологии

7. Здоровьесберегающие технологии

Остановимся на игровых технологиях, которые используются в работе с дошкольниками. Игровые технологии выполняют такие функции:

- развлекательную (это основная функция игры - развлечь, доставить удовольствие, воодушевить, пробудить интерес);
- коммуникативную: освоение диалектики общения;
- самореализации в игре как полигоне человеческой практики;
- игротерапевтическую: преодоление различных трудностей, возникающих в других видах жизнедеятельности;
- диагностическую: выявление отклонений от нормативного поведения, самопознание в процессе игры;
- функцию коррекции: внесение позитивных изменений в структуру личностных показателей;
- межнациональной коммуникации: усвоение единых для всех людей социально-культурных ценностей;
- социализации: включение в систему общественных отношений, усвоение норм человеческого общежития.

В структуру игры как процесса входят:

- а) роли, взятые на себя играющими;
- б) игровые действия как средство реализации этих ролей;
- в) игровое употребление предметов, т.е. замещение реальных вещей игровыми, условными;
- г) реальные отношения между играющими;
- д) сюжет (содержание) - область действительности, условно воспроизводимая в игре.

В игровой деятельности следует учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка. В начале каждого учебного года проводится диагностика детей, в том числе с целью выявления интересов воспитанников. В дальнейшем планируется тематика видов деятельности (бесед, консультаций, игр, экскурсий на стадион), мероприятий, что помогает при составлении плана воспитательной работы. Часто проводятся занятия в нетрадиционной форме (занятие-игра, ролевые игры, виртуальная экскурсия, викторины). «Учить - играя», - оспаривать эту заповедь не станет никто. Наши воспитанники с большим желанием выполняют предложенные задания. Игра ставит их в условия поиска, пробуждает интерес к победе, и как следствие стремление быть быстрым, собранным, уметь четко выполнять задания, соблюдать правила игры. Наш коллектив всегда находит отклик у родителей. Представленные игры с нестандартным оборудованием сделаны руками мам и пап малышей и несут их энергетику. Знакомые игрушки помогают ребенку легче адаптироваться в незнакомом для них месте. Пособие, сделанное руками матери, и является тем «ключиком», который поможет со временем открыть внутренний мир ребенка. Ведь наш детский сад посещают дети и с нарушениями интеллекта, генетическими заболеваниями, аутизмом. Многие нуждаются в индивидуальных занятиях.

Остановимся подробнее на работе с детьми, имеющими особенности аутистического спектра. Чтобы «вести» ребенка во фронтальные занятия, нужна предварительная работа – ребенок должен принять вас. Лучше начать с **игр с движениями и тактильными ощущениями**.

Прикосновения могут оказаться для аутичного ребенка неприятными, поэтому поначалу старайтесь не дотрагиваться до него. Ребенок должен первым проявить инициативу. Будьте тактичны и терпеливы. Это может произойти по-разному: вот ребенок впервые забрался к вам на колени или вдруг во время занятия в первый раз надолго остановил взгляд на вашем лице, а затем протянул руку и стал ощупывать ваши нос, щеки, лоб (надо обязательно предоставить ему эту возможность). Он может снять кофточку и словами «Больно, болит!», выразить просьбу, погладить ему спинку. Будьте внимательны и

не пропустите этот важный шаг ребенка в вашу сторону. Если это произошло, то в занятиях становится возможным проведение таких игр:

«Кутерьма»

Как правило, игра происходит на полу или диване. Ребенок является инициатором этой игры. Во время подобных игр можно валяться, обниматься, толкаться, кататься, щекотаться и т. п.

«Догоню-догоню, поймаю-поймаю»

Делаете вид, что пытаетесь поймать ребенка, а он убегает. Предложите ему вариант игры наоборот – пускай он попробует догнать вас. Однако этот вариант очень сложен для аутичного ребенка, т. к. требует от него большей активности и произвольности действий.

«Веселая змейка»

Держим ленточку (скакалку, веревку) на уровне глаз ребенка и, делая колебательные движения рукой, отходите от ребенка, предлагая ему поймать змею: «Уползает, уползает змейка! Скорее догони!» Дайте ребенку возможность победно наступить на хвост змейки ногами.

«Вертолетики»

Кружим ребенка в воздухе – «Полетели, полетели!», затем опускаем на диван или на пол – «Приземлились...»

Игры с кубиками, деталями конструктора и коробками

Во время занятия ребенок может вдруг подбежать к коробке с мячами и опрокинуть ее или подбросить коробку с мелкими деталями конструктора. При этом он с явным удовольствием вслушивается в раздавшийся грохот. В этом случае следующие игры помогут придать социально-приемлемый смысл действиям ребенка.

«Фейерверк»

Подбрасывайте вместе с ребенком мелкие детали конструктора или шарики, бусины. Затем собирайте их в коробку и, если ребенок захочет, возобновите игру – «салют продолжается».

«Землетрясение»

Если ребенок начинает подбрасывать более крупные предметы и детали – кубики, крупный конструктор, коробочки, – пусть это будет «землетрясение». При этом страхуйте ребенка, следите, чтобы подбрасывались только легкие, безопасные предметы. Если степень возбуждения ребенка превышает допустимые границы, и он начинает бросать предметы, применяя силу, не глядя, – переключите его на стереотипную игру.

«Мусоровоз»

Возьмите картонную коробку больших размеров и сбрасывайте в нее разнообразные ненужные предметы – коробочки, пластиковые бутылочки, тряпочки – со словами: «выбрасываем мусор!» При этом следует «выбрасывать» только безопасные (неострые, небьющиеся) предметы.

Игры с полотенцами, веревками, небольшими подушками, коробками (перетягивание, подбрасывание, легкие удары)

У детей с аутистическим спектром есть следующая особенность: они часто наносят себе удары по голове. Причина таких действий – либо самоагрессия, как проявление недовольства, либо самостимуляция. Во время таких вспышек необходимо переключить ребенка с таких действий на игру. Обычно дети сразу включаются в возможность контролировать силу ударов, тем более, если она уже знакома по прошлым занятиям. Взрослый получает возможность контролировать ситуацию.

«Силач»

В этой игре взрослый предлагает ребенку взяться за конец веревки и начинает тянуть за другой конец со словами: «Отдай! Отдай!». Ребенок включается в игру, тянет веревку на себя. Можно использовать также подушку или полотенце.

«Колотушечки»

Маленькими мягкими подушки кидайтесь друг в друга, издавая победные кличи. Можно «поколотить» друг друга подушками, стараясь попадать по различным частям тела. (Выбиваем пыль)

«Детский футбол»

Дети любят бросать вещи на пол и бить по ним ногами. Постарайтесь дать ребенку представление о том, что нельзя поступать так со всеми вещами подряд. Например, недопустимо бить ногой обувь, сумочки или вентилятор, стоящий на полу. Объясняйте это и словами, и на практике. Сказав: «Это нельзя!», если ребенок схватил неподходящую вещь, тут же предложите ему более адекватный заменитель (подушку, пластиковую бутылку, или пустую коробку из-под сока).

«Падающий кран»

Из больших и маленьких подушек строится подъемный кран, на который ребенок с криками запрыгивает. Кран строится такой высоты, чтобы прыжок был безопасен для ребенка.

«Крепость»

Из подушек, одеял, пустых коробок строим «крепость», собирая все предметы в одну кучу. Затем с криками: «Бабах! Стреляем по крепости!» бросаем в «крепость» мячи. Игра продолжается, пока куча не разлетится на куски.

«Полет птиц»

Подброшенные в воздух журнал или газета издают своеобразный шелестящий звук и детям интересно наблюдать за их «полетом». Можно взять в каждую руку по листу газеты и поноситься по комнате, взмахивая руками, изображая летящую птицу.

«Артобстрел»

Приготовьте «снаряды» – скомкайте страницы ненужных газет или журналов. Битва начинается: с криками: «вот тебе!» бросайте друг в друга комки бумаги. В конце такой игры соберите «снаряды» в коробку или пакет.

«Листопад»

В этой игре можно порвать страницы газет и журналов на куски, а затем подбрасывать охапки бумаги вверх со словами: «Листья кружатся и падают!» В конце игры обязательно организуйте «уборку листьев».

Все вышеописанные игры являются этапом перехода от аутостимуляции (защиты ребенка) к получению положительных эмоций от контакта, новой сенсорной информации, новых игровых смыслов и к постепенному освоению мира.

Использование игровой технологии с детьми с расстройствами аутистического спектра дает следующие результаты:

1. Установление контакта с ребенком.
2. Выплеск и снижение негативных эмоций, психического напряжения.
3. Уменьшение негативных проявлений в поведении.
4. Формирование базы для работы по коррекции непродуктивных аутистических стереотипов поведения и выработке социально-приемлемого поведения.

Таким образом, спонтанная психическая активность, благодаря целенаправленному игровому взаимодействию с взрослым обретает черты и формы социально-приемлемого поведения.

Литература:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Глава 1, статья 5; глава 4, статья 34, пункт 1; статья 44 пункт 1.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Глава 1, статья 2, пункт 1б.
3. Янушко Е.А. Игры с аутичным ребенком. М.: Теревинф, 2016. 136с.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ И ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Бахнова Т.В., к.п.н., доцент,
Алексеева В.А., магистрант

ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»
Россия, г. Волгоград

Аннотация: В статье раскрыты и теоретически обоснованы особенности функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей с задержкой психического развития. Приведены результаты измерений. Дана сравнительная характеристика измеряемых показателей здоровых детей и детей с задержкой психического развития.

Ключевые слова: задержка психического развития, дети с задержкой психического развития, опорно-двигательный аппарат, функциональное состояние, сравнительная характеристика.

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE INDICATORS OF THE FUNCTIONAL STATE OF THE SUPPORT-MOVING SYSTEM FOR HEALTHY CHILDREN AND CHILDREN WITH THE DELAY OF MENTAL DEVELOPMENT

Bahnova T. V., Ph. D., docent,
Alekseeva V. A., student of master graduate
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture»
Russia, Volgograd

Annotation: The article reveals and theoretically substantiates the features of the functional state of the support-moving system of children with a delay in mental development. The results of measurements are presented. The comparative characteristic of measured parameters of healthy children and children with a delay of mental development is given.

Keywords: mental retardation, children with mental retardation, musculoskeletal system, functional condition, comparative characteristics.

На сегодняшний день прослеживается тенденция в сторону увеличения численности детей, отстающих в развитии [1, С. 4-5; 5, С. 3].

Довольно часто встречаются учащиеся начальной школы, имеющие задержку психического развития. Такая патология составляет примерно 20% от количества всех нозологий [4, С. 3].

Задержанное психическое развитие (ЗПР) – особый вид аномалии, проявляющийся в нарушении нормального темпа психического развития ребенка. В отечественной коррекционной педагогике понятие «задержка психического развития» является психолого-педагогическим и характеризует, прежде всего, отставание в развитии психической деятельности ребенка. Задержка психического развития является одной из наиболее распространенных форм психической патологии детского возраста. Она выявляется с началом обучения ребенка в подготовительной группе детского сада или в начальной школе, так как этот возрастной период обеспечивает большие диагностические возможности [6, С.236].

Моторная сфера данной категории школьников имеет ряд отличий, проявляющихся в расстройстве произвольной регуляции и нечетком выполнении движений; недостаточной автоматизации и координированности [2, С.3].

Отдельное внимание следует уделить нарушению функционирования опорно-двигательного аппарата детей данного возраста с задержкой психического развития. Ведь он составляет, своего рода «каркас» для органов и систем организма ребенка. Но детям данной категории присуща недоразвитость и слабость мышц спины, груди и брюшного пресса, а также нарушения мышечного тонуса. Последнее заключается в гипотонии тех или иных мышц в состоянии покоя и одновременном их чрезмерном напряжении в момент волевых усилий. Все эти факторы приводят к возникновению патологических поз и неверному выполнению моторных актов ребенком; нарушениям в функционировании дыхательной системы детей [3, С. 85-88; 6, С. 108].

С целью определения показателей функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей с задержкой психического развития проводились соответствующие измерения на базе научно-практического центра адаптивной физической культуры для детей с ограниченными возможностями здоровья «БЕЗ ГРАНИЦ» Волгоградской государственной академии физической культуры и на базе МБОУ ГСШ № 3 Волгоградской области для измерений показателей здоровых детей.

Измерение показателей проводилось у мальчиков 6-7 лет с задержкой психического развития, занимающихся в центре «БЕЗ ГРАНИЦ» ФГБОУ ВО «ВГАФК», а также у мальчиков, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, обучающихся в МБОУ ГСОШ № 3 (1 класс).

Для определения функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей оценивались: сила мышц брюшного пресса (подъем туловища из исходного положения лежа на спине); гибкость позвоночника (наклон вперед из исходного положения сидя); функциональная сила мышц-разгибателей позвоночника («гиперэкстензия»); силовая выносливость мышц спины (удержание туловища на весу из исходного положения лежа на животе с опорой на гимнастическую скамейку); состояние осанки (измерение ромба В. Н. Машковой).

Также проводилось определение физического развития детей (фиксация соматометрических показателей: рост стоя, вес, окружность грудной клетки).

Полученные в ходе измерений данные подвергались статистической обработке. Статистическими методами находились среднее арифметическое значение показателя и ошибка средней.

Значения показателей физического развития здоровых детей и детей с задержкой психического развития отражены в таблице 1.

Таблица 1.

Значения показателей физического развития детей

| № п/п | Группы Показатели | Здоровые дети | Дети с ЗПР |
|-------|----------------------|---------------|------------|
| | | n=10 | n=10 |
| 1 | Рост стоя (см) | 123,4±0,3 | 121,2±0,2 |
| 2 | Вес (кг) | 23,3±0,3 | 19,5±0,4 |
| 3 | ОКГ (см) | 59±0,2 | 55,4±0,2 |

Тестирование позволило установить, что значения показателей физического развития здоровых детей находятся в пределах нормы. Одновременно с этим, было установлено, что дети с задержкой психического развития отстают по показателям физического развития от здоровых сверстников.

Тестирование позволило установить, что у здоровых детей показатели силы мышц брюшного пресса находятся в пределах нормы; показателей гибкости – в верхней границе нормы. Результаты тестирования, направленные на выявление функциональной силы мышц-разгибателей позвоночника здоровых детей показывают, что значения показателей находятся в пределах нормы, незначительно ниже границы средних значений. Измерение ромба В. Н. Машковой позволило выявить, что у здоровых детей значения показателей состояния осанки находятся в пределах нормы.

Значения показателей функционального состояния опорно-двигательного аппарата здоровых детей и детей с задержкой психического развития отражены в таблице 2.

Таблица 2.

**Значения показателей
функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей**

| № п/п | Группы Показатели | Здоровые дети n=10 | Дети с ЗПР n=10 | Должные величины |
|-------|--|-----------------------|--------------------|---|
| 1 | Подъем туловища в положение сидя за 30 сек (раз) | 12,8±0,5 | 4,2±0,9 | 10-16 |
| 2 | Наклон вперед из положения сидя (см) | + 5±0,1 | - 15,2±1 | + 3-5 |
| 3 | Удержание положения лежа на животе (сек) | 57,3±1 | 5±1 | 60 |
| 4 | Удержание туловища на весу (сек) | 21±0,6 | 4,1±1,2 | 20 |
| 5 | Ромб В.Н. Машковой (см) | 0,1±0,05; 0,1±0,05 | 1±0,03; 1,3±0,4 | 0-0,3 – норма 0,4-0,7 – ум. откл. >0,8 – выраж. откл. |

Тестирование детей с задержкой психического развития позволило установить, что значения всех показателей находятся ниже нормы. Значения показателей силы мышц брюшного пресса и гибкости оказались в 3 раза ниже должной величины. Результаты тестирования, направленные на выявление функциональной силы мышц-разгибателей позвоночника детей с задержкой психического развития показывают, что значения показателей в 10 раз меньше должных величин. Это говорит о том, что дети с данной патологией практически не способны выполнить данное упражнение. Данный факт свидетельствует о слабости мышц-разгибателей позвоночника детей с задержкой психического развития исследуемой группы. Измерение ромба В. Н. Машковой позволило установить, что значения показателей состояния осанки детей находятся за пределами верхней границы нормы. Это говорит о том, что у детей исследуемой группы с задержкой психического развития имеются выраженные отклонения в состоянии осанки.

Таким образом, проведенный сравнительный анализ позволяет установить, что значения показателей функционального состояния опорно-двигательного аппарата детей с задержкой психического развития находятся ниже границ нормативных значений данных показателей. У детей наблюдается слабость мышц спины и брюшного пресса; недостаточная гибкость позвоночника; нарушения осанки. Можно сказать, что дети с задержкой психического развития имеют выраженные отклонения в функционировании опорно-двигательного аппарата. Данная ситуация требует дополнительных исследований опорно-двигательного аппарата детей с задержкой психического развития и коррекции выявленных нарушений. Этому будет посвящена наша дальнейшая опытно-экспериментальная работа.

Литература:

1. Веневцев С. И., Дмитриев А. А. Оздоровление и коррекция психофизического развития детей с нарушением интеллекта средствами адаптивной физической культуры [Текст]: учебник / С. И. Веневцев, А. А. Дмитриев. – М.: Советский спорт, 2004. – 104 с.

2. Заббарова, Л. Х. Совершенствование психомоторных способностей у младших школьников с задержкой психического развития [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л. Х. Заббарова. – Сиб.ГАФК. – Омск, 2003. – 23 с.

3. Кротова, В. Ю. Использование метода биологической обратной связи в профилактике нарушений осанки у детей дошкольного возраста [Текст] / В. Ю. Кротова, Ю. С. Молодых // Физическая культура и здоровье. –2015. – № 1(52). – С. 85-88.

4. Максимова С. Ю. Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста с задержкой психического развития на основе музыкально-двигательной деятельности [Текст]: монография / С. Ю. Максимова. - Саратов, 2013. – 298 с.

5. Мальцева И. С. Содержание и методика рекреативных занятий по адаптивному физическому воспитанию детей с задержкой психического развития [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Мальцева Ирина Сергеевна. – Малаховка: МГАФК, 2011. – 22 с.

6. Шапкова, Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры [Текст]: учеб. пособие / Л. В. Шапкова. - М.: Советский спорт, 2007. - 464 с.: ил.

НАПРАВЛЕНИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЦЕНТРА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И КОРРЕКЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА «ЛОГОРИТМ»

**Ботяев В.Л. д.п.н., доцент; Ревякина О.В., магистр
БУВО «Сургутский государственный педагогический университет», Россия, г.
Сургут**

Аннотация: В статье рассматриваются направления и результаты деятельности центра дополнительного образования и коррекции «Логоритм». Созданный на общественных началах, центр выполняет большой объем реабилитационной и коррекционной работы. В центре оказывают услуги в рамках трех направлений: психолого-педагогическое, сенсомоторное интеграционное и нейроинновационное направление. Каждое из направлений представлено современными методиками и высококвалифицированными специалистами, что позволяет восстанавливать саморегуляторную, сенсорно-моторную функции и нервную систему детей и подростков до возрастной нормы.

Ключевые слова: логоритм, дополнительное образование, коррекция, нейроинновации, сенсорно-моторные функции.

DIRECTIONS AND RESULTS OF ACTIVITIES OF THE CENTER FOR ADDITIONAL EDUCATION AND CORRECTION OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE "LOGORTIM"

**Revyakina O.V. Ph. D. associate Professor,
Botyaev V.L. master,
BUVO "Surgut State Pedagogical University", Russia, Surgut**

Annotation: The article examines the directions and results of the activity of the center of additional education and correction "Logorithm". Created on a voluntary basis, the center performs a large volume of rehabilitation and correctional work. The center provides services in three areas: psychological-pedagogical, sensorimotor integration and neuroinnovation. Each of the directions is represented by modern methods and highly qualified specialists, which allows to restore the self-regulating, sensory-motor functions and the nervous system of children and adolescents up to the age norm.

Keywords: logarithm, additional education, correction, neuroinnovations, sensory-motor functions.

Созданный в 2014 году, педагогом-новатором Токаревой И.И., центр коррекции и психофизического развития детей и подростков, на данный момент, оказывает услуги в области реабилитации, социальной адаптации и дополнительного образования для детей с расстройством аутистического спектра, нарушениями речи, детей инвалидов и детей с другими ментальными проблемами. В центре создается реабилитационная среда, опирающаяся на здоровый образ жизни, становление личности, обеспечивая тем самым психическое и физическое здоровье ребенка, вне зависимости от выявленных у него проблем и его индивидуальных способностей.

Вот уже четыре года центр помогает детям развиваться до соответствия возрастной нормы и преодолевать самые серьезные недуги. За время существования коррекционного центра, в нем прошли обследование и получили коррекционное воздействие более 1000 детей, большинство из которых, практически полностью восстановили свои психофизиологические функции и сумели интегрироваться в современный социум. Они учатся в обычных общеобразовательных школах и ничем не отличаются от своих сверстников.

На начальном этапе создания центра, был проведен мониторинг всех проблем, с которыми родители, чаще всего, обращаются в центр:

1. Задержка речевого развития, бедный словарный запас, не понимание обратной связи - 60%
2. Особенности поведения и внимания, гиперактивность, сложности при запоминании информации - 30%
3. Сложности в обучении. Снижена познавательная активность, низкая успеваемость - 45%
4. Полное отсутствие речи, не умение играть с детьми, фантазировать, воображать - 70% детей до 3 лет

Такое распределение связано с тем, что большинство посетителей центра имеют сразу несколько проблем, которые очень тесно взаимосвязаны между собой. Проведенный руководством центра анализ позволил не только определить наиболее востребованные направления деятельности центра, но и конкретизировать сегмент нарушений и коррекционную деятельность персонала:

1. Задержка речевого развития
2. Алалия (неврологическое отсутствие речи, нарушение восприятия информации)
3. Дизартрия (неврологическое нарушение работы речевого аппарата)
4. Заикание
5. Общее недоразвитие речи
6. Расстройство аутистического спектра
7. Синдром дефицита внимания и гиперактивность
8. Синдромы (Дауна, Рета, Аспергера, Мартина-Белла)
9. ДЦП
10. Задержка психического развития
11. Трудности в обучении (дисграфия, дислексия, дискалькулия)
12. Эпилепсия

Все выше перечисленные сегменты нарушений позволили концентрировать деятельность центра в рамках трех направлений:

1. Психолого-педагогическое – данное направление реализуется в методах коррекции речи, поведения и проблем обучения. Специалист логопед осуществляет консультирование, проводит диагностику и определяет степень развития речи, на основании чего, в дальнейшем, выстраивается вся программа и ее формирование. Данное направление рекомендуется детям от 1,5 лет.

Авторы О.И. Ефимов, В.Л. Ефимова, В.П. Рожков [2] считают, что проблемы поведения и обучения носят чрезвычайно острый характер, они требуют комплексного

подхода, когда с детьми должна работать целая группа узких специалистов. Специалист дефектолог осуществляет консультирование, проводит диагностику, определяет направления коррекции и формирования высших психических функций (памяти, мышления, логики, восприятия). В том числе, дефектолог проводит продуктивные занятия с ребёнком на формирование восприятия и взаимодействия с миром с помощью творчества и карточек (пэкс-терапия). Рекомендуются детям от 1 года. Проблемами запущенного поведения детей занимается узкий специалист «аба-терапевт». Он корректирует нежелательные поступки ребёнка, формирует познавательные, социально-бытовые и другие необходимые для жизни навыки. Данная терапия показана детям в возрасте от 1,5 лет.

Специалист психолог работает в комплексе с логопедом или дефектологом, а так же «аба-терапевтом». Он диагностирует состояние ребёнка в игровой форме (метод флуртайм), консультирует и опрашивает родителей, формирует определённое поведение на занятии, использует телесно-ориентированные практики и корректирует фобии, неврозы, ментальные нарушения. Занятия с психологом показаны в возрасте от 1,5 лет.

2. Сенсомоторное интеграционное направление представлено в большей мере эмпирическими методиками, которые направлены на совершенствование общей моторики, психической деятельности, развитие мыслительных операций и правильной обработки информации. Перечисленные задачи решаются следующими методами коррекции:

Система Салинг - металлическая конструкция со шкивами, тросами, грузами и поясами для растяжения мышц. Обеспечивает динамичную и вертикальную подвеску ребёнка и удержание его в пространстве. Упражнения в этой системе выполняются для улучшения функциональных навыков приседания, стояния, ходьбы, удержания баланса, улучшения координации движений. Основной целью занятий является улучшение и изменение проприорецептивной чувствительности (суставов, связок, мышц), уменьшение патологических рефлексов, восстановление координации движений. Метод показан детям от 1 года.

Следующий метод – метод *мозжечковой стимуляции*. Это современный метод коррекции различных нарушений в речевом, психофизическом и интеллектуальном развитии. Мозжечок содержит самую высокую концентрацию нервных клеток, в отличие от других отделов мозга, поддерживает связь с лобными долями, следовательно, контролирует координацию движений и сенсорное восприятие. Мозжечковой стимуляцией можно заниматься с 3 лет.

Кинезитерапия - метод лечения движением, а так же запуск естественных механизмов работы активных глубоких мышц тела. Показан детям от 1 года.

3. Нейроинновационное направление - представлено программными методами, практическими методами с использованием музыкальных инструментов. Это направление взаимодействует полностью с нервной системой и головным мозгом ребёнка. Развивает синхронизированное взаимодействие между разными областями мозга, стимулирует чувство ритма и такта, стабилизирует поведенческие реакции, улучшает темп речи. Решение этих задач обеспечивают новые нейроинновационные методики, прошедшие апробацию в различных реабилитационных и коррекционных центрах:

InTime (Интайм) - метод аудио-тренировок, который влияет на производительность и гармонизацию работы головного мозга. Индивидуальные занятия проходят на основе прослушивания музыкального материала, ритмических упражнений в игровой форме (особенно нравятся детям), с использованием тела, игры на барабане и голоса. Метод сочетает в себе два важных аспекта направленных на развитие мозга: стимуляция звуками разных частот, а также стимуляция при помощи ритма. Целесообразно использовать с детьми от 2 лет.

Томатис - программа для нейростимуляции и улучшения переработки мозгом аудиоинформации. Это система высокочастотных слуховых тренировок на аналоговом оборудовании для коррекции центрального нервного уха, отвечающего за обработку

информации, посредством процесса «перепрограммирования» процесса слушания и формирования новых нейронных связей. Для детей от 3 лет.

FastForWord (Фаст) - инновационная методика для улучшения скорости мышления, способностей к обучаемости, концентрации внимания, памяти, фонематического слуха. Специальная компьютерная программа тренирует языковые центры коры головного мозга, оптимизирует подкорковые проводящие пути, улучшает внимание и развивает память. Программа устроена как компьютерная игра. Ребенок слушает звуки через наушники и выполняет задания персонажей. Сначала мозг ребенка тренируется на замедленных звуках, затем программа постепенно увеличивает их скорость, приближая к скорости обычной речи. Методика показана детям старше 3 лет.

Интерактивный метроном – это развивающая методика, по мнению В.Л. Ефимовой [1] она целенаправленно воздействует на процессы совершенствования чувства ритма, времени, способности к упорядочиванию движений и информации. Преодолевает нарушение речи, внимания, поведения, связанных с расчетом времени и планированием действий. Любая целенаправленная деятельность требует упорядочивания движений и предвидения результата. Это называется моторное планирование. Некоторым детям трудно концентрироваться на выполнении заданий, запоминать и выполнять инструкции, состоящие из нескольких частей, и организовывать свою деятельность. Упражнения выполняются с помощью сенсорной перчатки или сенсорного коврика. Ребенок слышит через наушники ритмичные удары и пытается синхронизировать с ними свои движения: хлопает в ладоши или топает ногой. Интерактивный метроном объективно оценивает способность соотносить движения с ритмом ударов. Рекомендуется детям в возрасте от 3 лет.

В настоящее время центр освоил еще одно востребованное направление реабилитации – гидрореабилитация. Педагогический смысл гидрореабилитации и методика ее реализации хорошо раскрыта в трудах Д.Ф. Мосунов [4]. По его мнению, гидрореабилитация - это обучение и воспитание человека в условиях водной среды и средствами водной среды, с целью формирования качественно нового более высокого от исходного уровня его двигательной и общественной активности.

Все перечисленные выше методики позволяют, в полной мере, восстанавливать саморегуляторную, сенсорно-моторную функции и нервную систему детей и подростков. Почти 60% детей посещающих центр, восстанавливают свои функции, у оставшихся 40% отмечается положительная динамика восстановления психофизиологических функций, им рекомендуется повторный курс коррекции и реабилитации. Автор Н.В. Иванова [3] оценивая деятельность таких центров говорит, что они осуществляют интеграцию, в современное социальное пространство, детей с нарушениями и особенностями психофизического развития.

Литература:

1. Ефимова, В. Л. Перспективы использования методики Interactive Metronome в школе // Инновации и инвестиции : научно-аналитический журнал ВАК / М. – 2014, №4, с. 145-147.
2. Ефимов, О. И., Ефимова, В. Л., Рожков, В. П. Нарушение скорости проведения слуховой информации в структурах ствола мозга у детей с расстройствами развития речи и трудностями в обучении. // Сенсорные системы: научный журнал ВАК – М. – 2014, том 28, №3, с. 36-44.
3. Иванова, Н. В. Интеграция в социальное пространство ДООУ детей с особенностями в развитии [Текст] / // Воспитатель дошкольного образовательного учреждения. – 2010. - №11. – С.ю 58-66.
4. Мосунов, Д. Ф. Гидрореабилитация / Д. Ф. Мосунов // Новые медицинские технологии : 1 международный конгресс. 8-12.07.2001. – СПб., 2001. – С. 240.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕСТАНДАРТНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБОРУДОВАНИЯ В ИНКЛЮЗИВНОМ ОБРАЗОВАНИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Владимиrowa O.Б., Zinchenko E.Е., Fomenko L.A.,
МОУ «Детский сад № 220 Тракторозаводского района Волгограда»
Россия, г. Волгоград

Аннотация: в статье приводятся данные по инклюзивному образованию детей дошкольного возраста. Авторы приводят методические разработки. Они касаются нестандартного физкультурного оборудования.

Ключевые слова: инклюзивное образование, дети дошкольного возраста.

THE USE OF NON-STANDARD PHYSICAL EDUCATION EQUIPMENT IN THE INCLUSIVE EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN

Vladimirowa O.B., Zinchenko E.E., Fomenko L.A.
MOU "Kindergarten № 220 Traktorozavodskogo district of Volgograd»
Russia, Volgograd

Abstract: The article presents data on inclusive education of preschool children. The authors cite methodological developments. They concern non-standard physical culture equipment.

Keywords: inclusive education, preschool children.

Образование в современном мире является приоритетной сферой, от которой зависит развитие человека, способного самостоятельно и сознательно строить свою жизнь в духе общечеловеческих ценностей, с учетом традиций своего народа. С введением ФГОС в сфере образования особый интерес представляет дошкольное детство, как первая ступень системы непрерывного образования. Дошкольный возраст – важнейший период становления личности, в связи с этим его ведущими целевыми установками является не только формирование определенной суммы знаний, но и развитие базовых способностей личности, ее социальных и культурных навыков, здорового образа жизни [1,2]. Но неблагоприятные экологические, политические и социальные факторы негативно сказываются на физическом, духовном, психологическом и эмоциональном здоровье наших детей [3].

С каждым годом увеличивается число детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). И если для родителей, нормально развивающегося ребенка, детский сад - это место, где он может пообщаться, поиграть с другими детьми, интересно провести время, узнать что-то новое, то для семей, воспитывающих детей с ОВЗ, дошкольное учреждение выполняет совсем другие функции. Здесь их ребенок может полноценно развиваться, адаптироваться и приспосабливаться к жизни, так как построение коррекционно-развивающей программы в ДОУ обеспечивает социальную направленность педагогических воздействий и социализацию ребенка с ОВЗ.

Дети с ограниченными возможностями здоровья – физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий. Статус и ведущие целевые установки коррекционно-педагогического сопровождения ребенка с ОВЗ определяется именно этой комиссией.

К детям с ограниченными возможностями здоровья относятся:

- дети с нарушениями слуха (глухие; слабослышащие; позднооглохшие);
- дети с нарушениями зрения (незрячие, слабовидящие, функциональными нарушениями зрения);
- дети с тяжелыми нарушениями речи;

- дети с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата;
- дети с задержкой психического развития
- лица с нарушением интеллекта (умственно отсталые);
- лица с нарушениями эмоционально-волевой сферы;
- лица со сложными недостатками развития.

Имеющиеся у детей отклонения физического, интеллектуального и эмоционально-волевого плана обуславливают трудность социальной адаптации, развитие познавательной деятельности, трудности в обучении. В тоже время практика показывает, что проблемы в развитии ребенка с ОВЗ обусловлены не только биологическими факторами. Большую роль здесь играет отсутствие педагогических составляющих: ограничено общение детей, деформирована система их коллективных отношений (прежде всего со сверстниками), отсутствует или сужена социальная активность воспитанников.

Дети с ОВЗ в некотором плане находятся в несколько «оторванном» или отчужденном от основного коллектива мире. Многие дети с отклонениями в развитии, несмотря на большую коррекционно-педагогическую работу, усилия семьи, все-таки оказываются неподготовленными к включению в социально-экономическую жизнь. Поэтому успешно «включить» их в социум, подарить обществу полноправного члена и призвано инклюзивное образование здоровья.

Под инклюзивным образованием (фр. Inklusif - включающий в себя, лат. include- заключаю, включаю) понимают совместное обучение детей с ОВЗ с их полноценно развивающимися сверстниками. В основе этой педагогики исключена дискриминация детей с ОВЗ, культивируется равное отношение ко всем детям, не зависимо от их возможностей и здоровья.

В некоторой степени инклюзивное образование можно рассматривать как отдельную ступень развития педагогики в целом. Оно контролируется Конституцией Российской Федерации, федеральными законами «Об образовании», «О социальной защите инвалидов в РФ».

Целевые установки инклюзивного образования делятся на:

- коррекционные (исправление имеющихся у детей отклонений в развитии);
- профилактические (предупреждение и нивелирование отклонений и трудностей в развитии);
- развивающие (стимулирование развития детей, обогащение их развития).

Инклюзивное образование строится на таких принципах как:

- принцип индивидуального подхода;
- принцип поддержки самостоятельной активности ребенка;
- принцип активного включения в образовательный процесс всех его участников;
- принцип междисциплинарного подхода;
- принцип вариативности в организации процессов обучения и воспитания;
- принцип партнерского взаимодействия с семьей;
- принцип динамического развития образовательной модели детского сада.

Преимуществами инклюзивного образования являются такие положительные моменты как более высокий уровень социальной активности детей с ОВЗ, улучшение навыков их коммуникации, возможность обучаться по более насыщенным программам, возможность быть с полноценно развивающимися сверстниками большое количество времени.

Необходимость обеспечения данных педагогических условий касается всех образовательных областей, в том числе и физического воспитания. Организация двигательной деятельности детей в различных формах физического воспитания в рамках инклюзивного образования требует дополнительных методических разработок.

Необходимы новые формы работы с дошкольниками, способствующие стимуляции активности и самостоятельности в двигательной деятельности ребёнка, которые, действуя на мотивационно-эмоциональную сферу, создадут стойкий интерес к физической культуре

деятельности и положительно повлияют на оптимальное развитие ребёнка, улучшат его физическую подготовку.

На базе МОУ д/с № 220 были разработаны методические рекомендации к использованию авторского нестандартного оборудования «Лабиринт Тимоша» для детей с аутическими расстройствами.

Цель оборудования: создание условий, способствующих стимуляции активности и самостоятельности в двигательной деятельности ребёнка.

Задачи:

- развитие интереса детей к различным видам двигательной активности;
- формирование двигательных умений и навыков в основных видах движений; (ходьба, ползание, прыжки и т.п.);
- повышение эмоционального настроения у детей при выполнении физических упражнений;
- формирование потребности в самостоятельной двигательной деятельности;
- развитие физических качеств (ловкость, гибкость, координация движений)

Краткое описание пособия.

Оборудование изготовлено из винилискожи зеленого цвета, размером 1,40 × 1,80м, и представляет собой полотно, на которое пришиты бортики из поролона по краям и в середине, образуя «лабиринт». В комплект «лабиринта» входит мордочка медвежонка (сделанная из картонной коробки), клюшка, шайба, цветочки из фетра двух - трех цветов, мяч, шапки для Тимошки двух – трех цветов.

Физкультурное оборудование «Лабиринт Тимошка» яркое, эстетичное безопасное, малогабаритное, достаточно универсальное, просто в изготовлении, легко обрабатывается. Оно трансформируется при минимальных затратах времени. Способствует созданию у детей благоприятного эмоционального настроения. Его можно использовать как в условиях помещений, так и на улице.

Данное оборудование предназначено для совместной и самостоятельной деятельности детей дошкольного возраста и может быть рекомендовано к использованию педагогами, физкультурными инструкторами дошкольных образовательных учреждений, а также родителями в индивидуально-групповой работе с детьми.

Ниже приведены варианты использования разработанного пособия.

Вариант 1

«Познакомимся с Тимошкой»

Цель: учить ходить по лабиринту, развивать координацию движений

Задание: ребенку предлагается пройти по лабиринту, не наступая на бортики.

Вариант 2

«Короткая дорожка к Тимошке»

Цель: учить детей ходьбе с перешагиванием через препятствия, развивать умение сохранять координацию.

Задание: ребенку предлагается пройти по «дорожке» перешагивая через бортики.

Вариант 3

«К Тимошке через препятствия»

Цель: учить детей прыжкам на двух ногах с продвижением вперед через бортики, мягко приземляясь на обе ноги, развивать координацию движений, ловкость, укреплять костно – мышечный аппарат ног.

Задание: ребенку предлагается перепрыгнуть через бортики, не наступая на них.

Вариант 4

«Проползи на четвереньках по лабиринту»

Цель: учить ползать на четвереньках, огибая бортики лабиринта, развивать ловкость

Задание: ребенку предлагается проползти на четвереньках от начала до конца лабиринта, не задевая бортики.

Вариант 5

«Пройди как мишка»

Цель: учить детей ходить боком приставным шагом по заданному направлению, развивать координацию движений, внимание.

Задание: ребенку предлагается пройти по лабиринту боком приставным шагом.

Вариант 6

«Подари Тимошке мяч»

Цель: учить детей прокатывать мяч рукой по заданному направлению, развивать координацию, моторику рук, внимание.

Задание: ребенку предлагается прокатить рукой мяч до конца лабиринта и «подарить» его Тимошке.

Вариант 7

«Угости Тимошку медом»

Цель: учить детей правильно держать клюшку в руках и вести шайбу (баночка с медом) по определенному направлению до цели, развивать точность, координацию движений, терпение.

Задание: ребенку предлагается провести баночку с медом (шайбу) по лабиринту и угостить Тимошку медом.

Вариант 8

«Собери букет для Тимошки»

Цель: упражнять в умении детей соотносить цвета, развивать двигательную активность, мышление,

Задание: ребенку предлагается собрать цветы для мишки такого цвета, какого цвета шапка у Тимошки.

Таким образом, применение нестандартного оборудования вносит разнообразие, объединяют физкультуру с игрой, развивает у детей интерес к двигательным действиям, формирует двигательные умения, укрепляет здоровье, создает условия для наиболее полного самовыражения ребёнка в двигательной деятельности.

Литература:

1. Максимова, С.Ю. Научно-практическая деятельность по проблемам адаптивного физического воспитания на базе Волгоградской государственной академии физической культуры / С.Ю. Максимова // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2017. - № 3 (152). – С. 53-57.
2. Максимова, С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / С.Ю. Максимова, Н.А. Фомина // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 2017. - № 1. С. 63-65.
3. Фомина Н.А. Музыкально-двигательное направление физического воспитания детей дошкольного возраста/ Фомина Н.А., Максимова С.Ю. // Теория и практика физической культуры, 2015. № 7. С. 57-58.

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОЦЕССА АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ И СПЕЦИАЛЬНЫХ КОРРЕКЦИОННЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Глазкова Е.И.,

**ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»,
Россия, г. Волгоград**

Аннотация: В статье рассмотрены современные подходы применения новых образовательных технологий, позволяющих совершенствовать процесс адаптивного физического

воспитания учащихся в общеобразовательных и специальных коррекционных учреждениях.

Ключевые слова: образовательные технологии, адаптивное физическое воспитание, школьный возраст.

MODERN APPROACHES OF IMPROVING THE PROCESS OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN THE GENERAL EDUCATIONAL AND SPECIAL CORRECTION INSTITUTIONS

**Glazkova E.I.,
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture»
Russia, Volgograd**

Annotation: The article considers modern approaches to the application of new educational technologies that allow improving the process of adaptive physical education of students in general and special correctional institutions.

Keywords: educational technologies, adaptive physical education, school age.

На сегодняшний день, проблема адаптивного физического воспитания в школах особенно актуальна и нерешена в достаточной мере не только в России, но и в мире.

Исследования S. Sharma и S. Bhatt (2017) показали, что в большинстве школ концепция дифференцированного обучения и преподавания еще не разработана, как и не сенсублизована концепция равенства. Повышение осведомленности об адаптивном физическом воспитании приведет к изменению подхода к предоставлению о физическом воспитании; от подхода, основанного на тренировке, к подходу, основанному на образовании. Повышение осведомленности об адаптивном физическом воспитании также приведет к повышению общей культуры физического воспитания. Авторы разработали и внедрили образовательную технологию, основанную на подходе «FIVE KEY STAGES», который позволяет планировать учебный план на пяти ключевых этапах: ключевой этап 1 - мы работаем над поведением ученика и готовим его к реагированию и работе в классе; ключевой этап 2 - мы ориентируемся на то, что учащиеся учатся принимать физическое воспитание в качестве части отдыха, а игровой фактор служит мотиватором для их участия в плане физического воспитания; ключевой этап 3 - мы фокусируемся на индивидуальном потенциале ребенка и его навыках для конкретной игры (или общих навыков, связанных с физическим воспитанием); ключевой этап 4 - мы ориентированы на инклюзивные занятия, в которых учащийся не только использует навыки, которые он изучил на третьем этапе, но и способен практиковать свои социальные навыки; Основной этап 5 - мы ориентируемся исключительно на конкуренцию в обществе [3].

Ученые T. Sato и J.A. Naegele (2017) исследовали опыт профессионального обучения в адаптивном физическом воспитании профессиональных учителей физического воспитания с помощью профессионального обучения в сети Интернет во время и после онлайн-обучения курсов по Программе «Введение адаптивного физического воспитания в практику адаптивного физического воспитания». Внедрение онлайн-обучения в процесс профессионального обучения учителей физической культуры позволил решить ряд существенных проблем, таких как: преодоление значительной и постоянной нехватки кадров в области адаптивного физического воспитания; восприятие преимуществ и недостатков обучения онлайн-преподавателей адаптивного физического воспитания; подготовка учителей физического воспитания для работы в инклюзивных классах и эффективность интернет-профессионального обучения для сельских педагогов. Из полученных выводов в результате внедрения онлайн-обучения возникли три взаимосвязанные темы. Первая тема – ролевая трансформация педагога. Вторая тема – профессиональное развитие сообщества – наставничество. Последняя тема – понимающая нынешний статус физического воспитания [2].

Статья V. Ray (2017) содержит подробную информацию о том, как создать сенсорную комнату для вашей собственной группы детей различных нозологических групп или

инклюзивного класса в школе на примере государственных школ в Коннектикуте. В частности, в начальных школах Мериден и Ганновера, которые предоставляют занятия для учеников с широким спектром специальных потребностей сенсорная комната оказала положительное влияние на детей, которые стали лучше следовать указаниям и тратить больше времени на выполнение задач, а также снизилось негативное поведение и дети стали очень мотивированы, они хотят заниматься в сенсорной комнате. Сенсорная комната – терапевтическое пространство с разнообразным оборудованием, которое предоставляется школьникам с особыми потребностями и с персонализированными сенсорными расстройствами, помогает этим детям спокойно сосредоточиться, чтобы они могли быть лучше подготовлены к обучению и взаимодействию с другими. Сенсорная комната в Ганновере оснащена оборудованием, которое призвано дать детям разнообразные сенсорные ощущения. Например: белая доска с магнитными буквами развивает мелкую моторику рук; фитбол-мячи используются для учащихся с проприоцептивными и вестибулярными проблемами, помогают им осознать, как двигаются их тела и как они могут контролировать свои движения; стена света помогает успокоить свое тело и чувствовать себя более ориентированными в пространстве. Дети могут заниматься индивидуально или парами использовать тяжелые красные шары и толстые канаты, чтобы попасть в точку света на стене; зеркальная стена позволяет учащимся использовать визуальную обратную связь во время игры, дети могут писать или рисовать на зеркале, что дает возможность успокаивать тактильные ощущения; стена Lego – построение предметов это отличный способ организовать ребенка и обеспечить успокаивающую деятельность; световая лампа с пузырьками расслабляет обстановку и успокаивает с помощью визуальных эффектов и звуков; носки для тела это костюмы большого размера, которые обеспечивают детям чувство защищенности и успокаивают их; гребцы - ученики работают на веслах на гребной машине, они получают безопасную физическую нагрузку, которая улучшает их направленность и ориентацию и помогает им успокоить свои тела; перемещение платформы – качели обеспечивают определенные вестибулярные движения, необходимые для успокоения и улучшения чувства равновесия ученика [1].

Современный процесс обучения физическому воспитанию может быть сложным по ряду причин. Некоторые учителя обращаются к новым технологиям, гаджетам и мобильным приложениям для создания более динамичных классов. Вот несколько примеров актуальных способов их использования в классах: фитнес-браслет и шагомер – один из самых простых способов измерения физической активности. Они могут использоваться в самых разных возрастных и нозологических группах, при различных задачах, например, при выполнении домашних заданий, но следует помнить, что показатели будут различны для детей с разными способностями и уровнями активности; фитнес-браслет и монитор сердечного ритма – используются для измерения сердечного ритма для измерения пульса учащегося во время занятий. Это устройство позволяет учителям и учащимся ориентироваться на индивидуальный целевой сердечный ритм; мобильные приложения – с внедрением мобильных технологий у учителей физической культуры есть множество инструментов, например, приложения MapMyFitness и MyFitnessPal позволяют отслеживать движения, а также помочь в питании. Учащиеся могут сравнить то, что они делают с инструкциями приложения и анализировать результат. В приложении Pinterest есть много полезной информации, тематических рубрик, практических методик, игр и т.д., для преподавателей и учеников, а также для всестороннего развития в различных областях знаний; видеоматериалы – такие сайты, как YouTube и Vimeo предлагают широкий спектр инструментов – практических видеороликов для преподавателей. Кроме того, некоторые учителя создают видеопроекты, в которых учащиеся создают учебное видео, чтобы преподавать что-то остальному классу; игры – существует устойчивый рынок «игр-симуляторов», таких как Wii Sports и Dance Dance Revolution. Чтобы использовать их для целого класса, необходимо назначить несколько учеников как игроков, а остальные – контролеры. Эти игры проецируются на стену или экран, что позволяет видеть всему классу, что происходит в данный момент.

Адаптация к новым технологиям может быть сложной задачей для преподавателей и инструкторов адаптивного физического воспитания. Иногда преподаватели по физическому воспитанию могут думать, что современные технологии не относятся к их предмету. Однако, включая новые технологии в свои занятия, преподаватели создают более разнообразный и динамичный урок, а также могут обращаться к интересам многих учащихся и к их способностям. Использование новых технологий для обучения физическому воспитанию детей различных нозологических групп позволяет педагогам создавать интерактивные занятия и показывать насколько важны их цели.

Литература:

1. Ray B. (2017), "Sensory Room 101", Learning environments, No. 6, available at: www.edutopia.org/article/sensory-room-101-betty-ray.

2. Sato T., Haegele J.A. (2017), "Professional development in adapted physical education with graduate web-based professional learning", Physical Education and Sport Pedagogy, No. 6, available at:

3. Sharma S., Bhatt S. (2017), "The relevance of adapted physical education in schools", Healthy living, No. 7, available at: www.patientsengage.com/healthy-living/relevance-adapted-physical-education-schools.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ГИДРОРЕАБИЛИТАЦИЕЙ ШКОЛЬНИКОВ С ДЦП В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПЕЦИАЛЬНОГО (КОРРЕКЦИОННОГО) ОБРАЗОВАНИЯ

**Дробышева С.А. к.п.н., доцент, Ушакова М.Ю. к.п.н., доцент,
Пугач К.В. студентка 4 курса,**

**ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»,
Россия, г. Волгоград**

Аннотация: в современных условиях для детей-инвалидов школьного возраста и детей с ограниченными возможностями здоровья создаются предпосылки обучения в условиях инклюзивного образования. Занятия адаптивной физической культурой, гидрореабилитацией являются важными факторами повышения эффективности реабилитационных программ, освоения содержания школьных учебных дисциплин. Методическими основами усиления гидротерапевтического воздействия плавания на организм школьников со сложной структурой заболеваний является совершенствование дыхательной функции путём выполнения специальных упражнений в воде и на суше по системам Б.Толкачёва, А. Стрельниковой, применения простых тренажёрных устройств.

Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание, образование школьников с диагнозом ДЦП, реабилитация средствами гидрореабилитации, сложная структура дефекта, совершенствование дыхательной функции, специальные дыхательные упражнения в воде и на суше по системе Б.Толкачёва и А. Стрельниковой.

METHODICAL SUPPORT OF CLASSES HYDROREHABILITATION STUDENTS WITH CEREBRAL PALSY IN MODERN CONDITIONS IMPROVEMENT OF SPECIAL (CORRECTIONAL) EDUCATION

Drobysheva, S. A., Ph. D., associate Professor, Ushakov M. Y. Ph. D., associate Professor, Pugach, K. V., 4th year student

Volgograd state Academy of physical culture, Volgograd, RUSSIA

Abstract: in modern conditions for children with disabilities of school age and children with disabilities are the prerequisites for learning in an inclusive education. Classes adaptive physical

culture, hydro rehabilitation are important factors in improving the effectiveness of rehabilitation programs, the development of the content of school subjects. Methodical bases of strengthening of hydrotherapy influence of swimming on an organism of school students with difficult structure of diseases is improvement of respiratory function by performance of special exercises in water and on land on systems B. Tolkacheva, A. Strelnikova, applications of simple training devices.

Keywords: adaptive physical education, education of schoolchildren with cerebral palsy diagnosis, rehabilitation by means of hydro-rehabilitation, complex defect structure, improvement of respiratory function. Special breathing exercises in water and on land on the system B. Tolkacheva and A. Strelnikova.

Федеральный закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29.12.12 впервые закрепил положение об инклюзивном - совместном обучении и воспитании детей с ограниченными возможностями здоровья. Закон также ввел понятие «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья».

Занятия адаптивной физической культурой, гидрореабилитацией являются важными факторами повышения эффективности реабилитационных программ, освоения содержания школьных учебных дисциплин для такого контингента школьников. Методическими основами усиления гидротерапевтического воздействия плавания на организм школьников со сложной структурой заболеваний является, как считают специалисты, является совершенствование дыхательной функции.

Среди перечня нозологических групп, особое место занимает детский церебральный паралич – ДЦП. Реабилитация детей с детским церебральным параличом ввиду тяжести последствий и высокого уровня инвалидизации данного заболевания является одной из актуальных проблем современной восстановительной медицины. При этом исследователи акцентируют внимание на том, что формирование новых двигательных навыков наиболее перспективно в детском возрасте, исходя из того, что функциональные системы в данный период наиболее пластичны и обладают большими резервными возможностями.

Базовыми в реабилитации двигательных нарушений при ДЦП остаются: лечебная гимнастика, массаж, физиотерапевтические методы, фармакотерапия, ортопедохирургия, нейрохирургические вмешательства и многие другие методы, использование которых, может перестраивать патологический двигательный стереотип и в той или иной мере формировать новый. Однако из-за сложности организации системы реабилитационных мероприятий, немалых экономических затрат и многих других факторов, исследователей не удовлетворяет эффект от уже имеющихся методов реабилитации больных с ДЦП (Ш.А. Булекбаева, 2010; Н.Н. Омельченко, 2010). Это и является предпосылкой к поиску новых методов, оптимально сочетающих доступность и эффективность в процессе реабилитации нарушенных функций организма детей с ДЦП. Среди последних особый интерес вызывает метод применения лечебного плавания (С.Б. Нарзулаев, В.И. Павлухина, 2010; Т.Е. Сими́на, 2010; Н.Ж. Булгакова с соавт., 2014).

Исследования последних десятилетий убедительно доказывают, что для детей с ДЦП водная среда является обязательным компонентом современной реабилитации. Однако фрагментарность данных исследований (различный контингент испытуемых, разные методы исследования и т.д.) не дает полной информации о влиянии лечебного плавания на организм детей с ДЦП.

В настоящее время в области теории и практики спортивного плавания, оздоровительного плавания, адаптивной физической культуры, гидрореабилитации, лечебной физической культуры происходит активный поиск и разработка новых средств и методов обучения двигательным действиям, совершенствование имеющихся. Определяющим критерием разработки эффективных средств и методов является их доступность и посильность усвоения в соответствии возрастным периодам развития и физической подготовленности ребенка. Необходим особый учет в выборе дидактических средств для организации и проведения занятий с детьми-инвалидами, имеющими различные

отклонения в состоянии здоровья, проявляющиеся в двигательных действиях, в том числе в водной среде, несущую потенциальную опасность для их жизни и здоровья.

Своевременность и важность разработки проблемы обучения плаванию детей-инвалидов дошкольного и школьного возрастов обоснована, с одной стороны, многолетней практикой педагогов в процессе формирования и совершенствования двигательных действий в условиях водной среды и на этой основе повышения эффективности развития физических, интеллектуальных и психических качеств ребенка (Н.Ж. Булгакова, З.П. Фирсов, В.К. Бальсевич, А.И. Погребной); с другой стороны, результатами научных разработок специалистов в которых отмечается ухудшение состояния здоровья детей, увеличение детской инвалидности, особенно с неврологическими заболеваниями, в том числе детским церебральным параличом (К.А. Семенова, Л.О. Бадалян).

Особая важность решения проблемы обучения плаванию тяжело больных детей обусловлена оздоровительным, экологически чистым, без медикаментозным воздействием водной среды на развивающийся организм, активизирующим способности ребенка.

При всех формах ДЦП помимо двигательных нарушений наблюдаются отклонения со стороны дыхательной системы, речевая патология.

В литературных источниках имеются разработки по применению различных комплексов упражнений в воде с целью коррекции двигательных нарушений, однако недостаточно освещены вопросы, касающиеся формированию навыков правильного дыхания в воде.

Важным разделом реабилитационной работы при ДЦП является развитие дыхания и коррекция его нарушений. Имеются исследования ряда авторов, в которых предлагаются комплексы дыхательных упражнений для детей с ДЦП, направленных на формирование акта правильного дыхания, речевого дыхания и дыхания с целью расслабления. В большинстве случаев данные упражнения применяются методистами на суше.

Целью данного исследования является адаптация современных дыхательных практик к применению в водной среде для детей с ДЦП. Среди многообразия существующих дыхательных технологий нами были выбраны дыхательная гимнастика Б.С. Толкачева, А.Н. Стрельниковой и комплексы упражнений с дыхательными тренажерами.

Коррекция нарушений дыхания у детей с ДЦП начинается с общих дыхательных упражнений, целью которых является увеличение объема, силы, и глубины вдыхаемого и выдыхаемого воздуха и нормализация ритма дыхания.

Выработка навыков правильного дыхания проводится в разных положениях ребенка: лежа на спине, стоя. С детьми дошкольного и младшего школьного возраста, имеющих тяжелые двигательные нарушения дыхательные упражнения необходимо проводить в положении лежа на спине - в «рефлекс - запрещающих позициях».

В зависимости от возраста и функциональных возможностей длина вдоха и выдоха устанавливается индивидуально. При выполнении любого пассивного движения желательно проводить афферентную стимуляцию различных анализаторов (слухового, зрительного, кинестетического). Активизируя деятельность ребенка, необходимо сосредоточить его внимание на выполнении упражнения. Ребенок должен не только ощутить движение, но и услышать речевую инструкцию к нему и, по возможности, увидеть его выполнение.

Для работы по овладению произвольным дыханием, при котором ребенок может менять его ритм, удерживать вдох и удлинять выдох, требуется длительная тренировка, основанная на произвольных дыхательных движениях.

Для формирования произвольного направленного выдоха через рот большое значение имеют специальные игры-упражнения: выдувание пузырей в воду через трубочку, сдувание с поверхности воды мелких предметов (теннисный шарик). Каждое дыхательное упражнение выполняется в игровой форме и подбирается дифференцированно в зависимости от возраста и характера нарушения дыхания.

Ротовой выдох можно поддержать ощущением струи воздуха на поверхности воды и на ладони. Позже, в момент ротового выдоха, педагог произносит различные голосовые

звуки, стимулируя ребенка подражать ему. С целью увеличения длины ротового выдоха ребенок произносит постепенно удлиняющиеся цепочки гласных на одном выдохе, при этом выполняя двигательные задания.

При проведении дыхательной гимнастики нельзя переутомлять детей. Необходимо следить за тем, чтобы они не напрягали шею, плечи, не принимали неверную позу. Следует концентрировать внимание ребенка на ощущениях движений движений диафрагмы, межреберных мышц, продолжительности произвольного вдоха и выдоха. Нужно следить за плавностью и ритмичностью дыхательных движений. Продолжительность дыхательных упражнений не должна превышать 5-7 минут всего времени занятия. При повышенном тоне работу с детьми следует начинать с расслабляющих дыхательных, физических упражнений, при пониженном следует активизировать мышечный тонус.

Предварительное апробирование данных методических положений на группе школьников с диагнозом ДЦП, показало её доступность и эффективность.

Литература:

1. Булгакова, Н.Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. Н.Ж. Булгаковой. - М.: Издательский центр «Академия», 2005. - 432 с.

2. Кравцевич, П.В. Сравнительная характеристика влияния различных средств восстановления на функцию внешнего дыхания у детей с детским церебральным параличом / П.В. Кравцевич, А.А. Бруйков, А.В. Гулин, А.И. Петкевич // Вестник Тамбовского университета - Тамбов. - 2013. - Т. 18. - Выпуск 4. -С. 1362-1364.

3. Кравцевич, П.В. Влияние оздоровительного плавания на функциональные резервы организма детей со спастическими формами детского церебрального паралича. – автореф. дисс. канд. кед. наук: 13.00.04 /Петр Владимирович Кравцевич. – Москва, 2015. – 24с.

4. Нарзулаев, С.Б. Плавание для детей с ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие /С.Б. Нарзулаев, В.И. Павлухина. -Томск, 2010.

5. Адаптивное плавание. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://bibliofond.ru/view.aspx?id=511634>

6. Особенности физического развития детей с ДЦП. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.souzserdec.com/metodika-lechebnogo-plavaniya-dlya-detej-s-dcp-pervyx-dvux-let-zhizni/>

ИССЛЕДОВАНИЕ РЕАКЦИИ ОРГАНИЗМА ДЕТЕЙ С АУТИЗМОМ НА ФИЗИЧЕСКУЮ НАГРУЗКУ

**Дужак О.И.,
Центр детско-юношеского творчества,
Украина, Киев**

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы физического воспитания детей с аутистическим синдромом. По мнению большинства специалистов, период от рождения и до поступления в школу является возрастом, когда наиболее стремительно развивается физическая и психическая сфера ребёнка, происходит формирование физических и психических качеств, необходимых человеку в течение всей последующей жизни. В этом возрасте идет формирование общего развития, которое является основой для приобретения в дальнейшем специальных знаний и навыков для необходимых видов деятельности. Вместе с тем, неуклонно растёт количество детей, имеющих ограниченные возможности здоровья. Отдельную нозологическую группу составляют дети с аутизмом. Аутизм – общее расстройство развития, сопровождающееся максимальным дефицитом сферы общения и эмоций. Дети с таким заболеванием никогда не направляют свою энергию во внешний мир.

Любая их деятельность не имеет социального значения. Чаще всего диагноз ставится в дошкольном возрасте. Лишь в единичных случаях при легкой форме аутизм может быть диагностирован у школьников.

Ключевые слова: дети с аутизмом, реакция организма на физическую нагрузку, адаптивное физическое воспитание.

RESEARCH OF THE REACTION OF THE ORGANISM OF CHILDREN WITH AUTISM ON PHYSICAL ACTIVITY

Duzhak O.I.,
Center for Children and Youth Creativity,
Ukraine, Kiev

Annotation: The article deals with the issues of physical education of children with the autistic syndrome. According to the majority of specialists, the period from birth to admission to school is the age when the physical and mental sphere of the child develops most rapidly, the physical and mental qualities necessary for a person throughout the subsequent life develop. At this age, a common development is basical for acquiring further special knowledge and skills for the necessary activities. At the same time, the number of children with limited health opportunities is growing steadily. A separate nosological group consists of children with autism. Autism is a general developmental disorder accompanied by a maximum deficit in the sphere of communication and emotions. Children with such a disease never direct their energy into the external world. Any of their activities have no social significance. Most often, the diagnosis is made at preschool age. Only in isolated cases with a mild form autism can be diagnosed in schoolchildren.

Keywords: children with autism, the body's response to physical stress, adaptive physical education.

В большинстве случаев дети с аутизмом физически здоровы, у них не наблюдается видимых внешних недостатков. Период вынашивания проходит без осложнений. Строение структуры мозга детей - аутистов практически не отличается от среднестатистической нормы. Отмечается даже внешняя привлекательность лица у детей с таким диагнозом.

В настоящее время наукой доказано, что ребенку с аутизмом помимо медицинской помощи необходима физическая нагрузка. Физическое воспитание необходимо детям дошкольного возраста, так как оно стимулирует интеллект, а также эмоциональную и другие сферы развития личности [1.2].

Адаптивное физическое воспитание направлено на формирование у детей-аутистов большого спектра необходимых знаний, а также специальных двигательных умений и навыков; на комплексное формирование основных физических качеств и функциональных возможностей ребенка; на более полную реализацию его генетической программы и, наконец, на сохранение и использование оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств ребенка [2].

Главная задача адаптивного физического воспитания состоит в том, чтобы научить детей-аутистов осознанно относиться к своим силам, иметь в них твердую уверенность, быть готовым к смелым и решительным поступкам, уметь преодолевать необходимые физические нагрузки, а также в формировании потребности регулярных, систематических занятиях физическими упражнениями [3].

Организация исследования. В рамках нашей исследовательской работы, мы выясняли реакцию организма детей с аутизмом на физическую нагрузку. Для этого нами был использован метод «пульсометрия». В течение комплексного физкультурного занятия регистрировались результаты ЧСС. Показатели снимались:

- за пять минут до начала занятия;
- в начале занятия;

- после проведения подготовительной части;
- в основной части занятия, и по ее окончанию;
- в конце заключительной части занятия.

Во время занятия дети выполняли ритмические упражнения под музыку, сложно координационную полосу препятствий, а также упражнения для формирования физических качеств.

Результаты исследования. При выполнении упражнений во время проведения занятия, наблюдается зависимость линейного характера между частотой сердечных сокращений и интенсивностью работы в пределах 60-80% от возможно-переносимых максимальных физических нагрузок. При выполнении физической нагрузки легкого характера частота сердечных сокращений сначала значительно резко увеличивается, а затем наблюдается постепенное снижение до уровня, который продолжает сохраняться в течение всего периода выполнения стабильной работы. По окончании работы пульсовое значение возвращается до границ исходного значения, которые были зарегистрированы в начале занятия (рис 1).

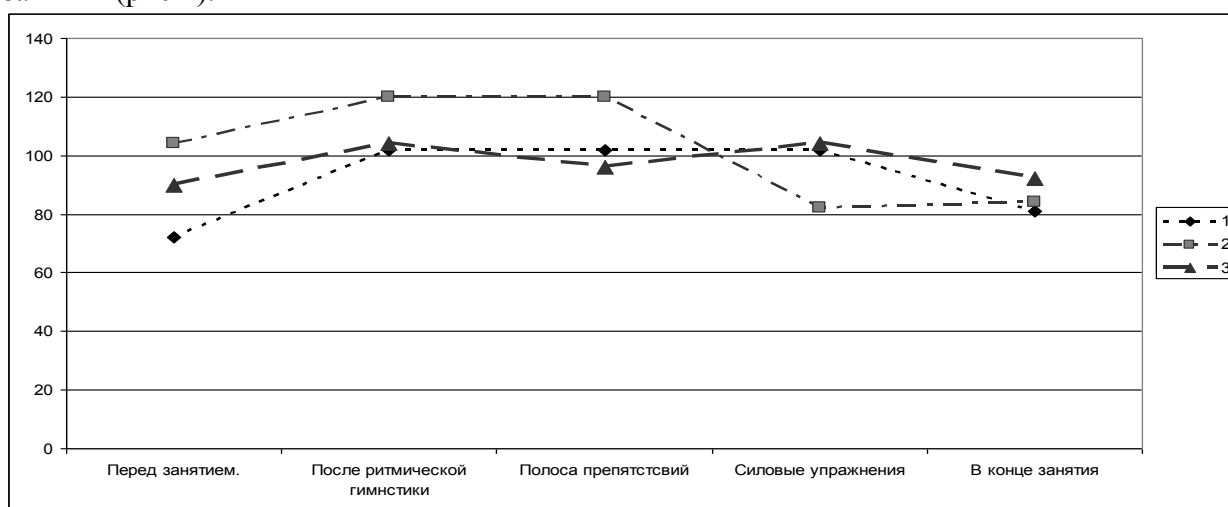


Рис. 1 Результаты пульсового значения

При выполнении более длительных нагрузок, а также с увеличением интенсивности наблюдается тенденция к увеличению частоты сердечных сокращений, при этом происходит пропорциональное повышение относительно величины мышечной работы. При уровне нагрузки приближенной к субмаксимальной ЧСС достигало значений в 160-170 уд/мин, по мере дальнейшего увеличения нагрузки сердечные сокращения повышались более умеренно и плавно достигали максимальной величины. Дальнейшее повышение нагрузки уже не сопровождалось повышением ЧСС. Необходимо иметь ввиду, что при очень большой частоте сокращений работа сердца становится менее эффективной, так как в этот момент значительно сокращается время наполнения желудочков кровью и уменьшается ударный объем.

Литература:

1. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры. Том 2 учебное пособие. – М.,2005.
2. Максимова, С. Ю. Коррекционные возможности ритмической гимнастики в адаптивном физическом воспитании дошкольников с задержкой психического развития / С. Ю. Максимова // Адаптивная физическая культура. – 2011. – № 2 (46). – С. 15-16.
3. Максимова, С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / С.Ю. Максимова, Н.А. Фомина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. - № 1. С. 63-65.

РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ИННОВАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОБОСНОВАНИЮ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ НА ОСНОВЕ КИНЕЗИТЕРАПИИ

Евсикова Н.Ю.,
МОУ «Детский сад № 220 Тракторозаводского района Волгограда»,
Россия, г. Волгоград

Аннотация. В тексте статьи подводятся итоги экспериментальной работы. Она была реализована в формате региональной инновационной площадки. Автор указывает на организацию деятельности, полученные результаты.

Ключевые слова: кинезитерапия, ограниченные возможности здоровья

RESULTS OF IMPLEMENTATION OF INNOVATIVE ACTIVITY ON THE SUBSTANTIATION OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN WITH RESTRICTED HEALTHY OPPORTUNITIES ON THE BASIS OF KINESITHERAPY

Evsikova N.Yu.,
MOU "Kindergarten No. 220 Traktorozavodsky district of Volgograd",
Russia, Volgograd

Annotation. The text of the article summarizes the results of experimental work. It was implemented in the format of a regional innovation platform. The author indicates the organization of activities, the results obtained.

Key words: kinesitherapy, limited health possibilities.

По признанию специалистов всего мира, период от рождения ребёнка до его поступления в школу является возрастом наиболее стремительного физического и психического развития человека, первоначального формирования качеств, необходимых в течение всей последующей жизни. В связи с этим в стране ведётся широко масштабная работа по поиску средств и методов улучшения психофизического состояния детей, повышения их адаптационных возможностей [1,3].

Динамика состояния здоровья детей в дошкольных учреждениях в последнем десятилетии далека от оптимистичной. Так в соответствии с данными научных исследований заболеваемость дошкольников в последнее десятилетие увеличилась вдвое. К сожалению, становится привычной информация, основанная на официальных данных о системном ухудшении состояния здоровья, снижении уровня физической и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста [2,4].

На базе МОУ «детский сад № 220 Тракторозаводского района Волгограда» была проведена научно-исследовательская работа по обоснованию адаптивного физического воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата на основе кинезитерапии. Группу испытуемых составили воспитанники, имеющие такие варианты отклонений как плоскостопие, плосковальгусная постановка стоп, поясничный лордоз, грудной кифоз, миотонический синдром, детский церебральный паралич. С целью обеспечения наиболее благоприятных условий коррекционно-оздоровительной работы с ними и была организована исследовательская деятельность.

В качестве ведущего средства педагогического воздействия ими была взята кинезитерапия. Аналитическая работа по конкретизации данного понятия в различных предметных областях позволила выявить тот факт, что в большинстве случаев под нею понимается использование физических упражнений с целью воздействия на психофизическое состояние человека. Так в медицине под нею понимается лечебная

физическая культура, оказывающая лечебно-профилактический эффект воздействия на организм человека. В психологии под кинезитерапией понимается способ воздействия специальными упражнениями на психическую сферу человека. В педагогике кинезитерапия является составной частью артпедагогики и позволяет с помощью специальных упражнений воздействовать на психофизическое состояние детей и взрослых. В рамках нашей работы мы использовали все выше указанные функциональные направления и кинезитерапия позволяла целенаправленно воздействовать на имеющиеся у детей нарушения двигательного характера, отклонения моторной сферы и профилактику нарушений психической сферы. В рамках исследовательской работы средства кинезитерапии составили: корригирующая и лечебно-профилактическая гимнастика, дыхательные упражнения, ритмическая гимнастика, психогимнастика, стретчинг, упражнения на специальном коррекционном комплексе тренажеров, физические упражнения на развитие общей выносливости организма.



Рис. 1. Структура экспериментальной методики

Вся исследовательская работа была разбита нами на три больших этапа, каждый из которых являлся отдельным исследовательским периодом. Так в рамках первого периода

нами обосновывалась возможность развития функциональных способностей дыхательной системы детей. Наряду с решением общих задач, направленных на развитие двигательной сферы детей и коррекцию нарушений их двигательной сферы, мы работали на целенаправленное укрепление их дыхательной системы. В рамках второго периода нами была проделана аналогичная работа по обоснованию возможности целенаправленного укрепления функциональных способностей сердечно-сосудистой системы детей. И третий этап исследовательской деятельности позволил экспериментально обосновать возможность целенаправленного обеспечения коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата детей. Каждый исследовательский год представлял собой педагогический эксперимент, в рамках которого было задействовано не менее 40 воспитанников – детей массовых и специализированных образовательных учреждений города Волгограда.

Необходимо отметить, что в результате реализации региональной инновационной деятельности нами был обоснован целостный педагогический процесс адаптивного физического воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата на основе кинезитерапии. Он характеризуется как комплекс взаимосвязанных целевых, содержательных, организационно-методических компонентов (рисунок 1). Специфику разработанной инновации составили средства педагогического воздействия, куда наряду с общепринятыми, были добавлены упражнения кинезитерапии. Так же для обеспечения высокого коррекционно-педагогического эффекта, в рамках разработанного процесса, были оптимизированы формы педагогического взаимодействия с родителями воспитанников.

Результаты экспериментального апробирования разработанной инновации в педагогической практике позволили констатировать высокий эффект воздействия. К окончанию исследования воспитанники экспериментальных групп демонстрировали высокие темпы прироста параметров морфофункциональной сферы, физических качеств, положительные сдвиги в отклонениях опорно-двигательного аппарата.

Важным моментом является то, что в рамках реализации инновационной деятельности коллективом дошкольного учреждения был выполнен дополнительный объем работ. Ими явились: проведение мастер-классов для специалистов дошкольных образовательных учреждений и студентов академии физической культуры, участие в организации и проведении конференций Всероссийского уровня, публичное освещение результатов исследований в рамках международных и Всероссийских конференций, журналов, рецензируемых ВАК РФ, участие в региональных конкурсах и выставках.

Подведение итогов реализации региональной инновационной деятельности позволяет констатировать решение поставленных исследовательских задач и выполнение запланированного объема работ.

Литература:

1. Максимова С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 1. С. 63-65.
2. Максимова С.Ю. Теоретико-методологическое обоснование интеграционных возможностей физического воспитания / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 5. С. 53-54.
3. Фомина Н.А. Музыкально-двигательное направление физического воспитания детей дошкольного возраста / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова // Теория и практика физической культуры. – 2015. - № 5. – С. 57-58.
4. Фомина Н.А. Интеллектуальное развитие ребенка в процессе музыкально-двигательной деятельности / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова // Теория и практика физической культуры. – 2016. - № 10. – С. 62-65.

**ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РИТМИКА КАК СРЕДСТВО АДАПТИВНОГО
ФИЗИЧЕСКОГО ВОПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ 5-6 ЛЕТ
С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**

**Завьялова Т.П., канд. пед. наук, доцент,
Важенина Т.В., инструктор по ФК НШ,
ДС для детей с ОВЗ № 82,
Седавных А.М. – студентка 3 курса ИФК,
ФГАОУ «Тюменский Государственный университет»,
Институт физической культуры,
Россия, г. Тюмень**

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы возможности использования танцевальной ритмики в адаптивном физическом воспитании детей 5-6 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание, детский церебральный паралич, нарушения опорно-двигательного аппарата, танцевальная ритмика, дошкольники 5-6 лет.

**DANCE RHYTHMICS AS ADAPTIVE PHYSICAL PUPILS
5-6 PRESCHOOL YEARS WITH MUSCULOSKELETAL DISORDERS**

**Zavyalova T.P., cand. ped. professor,
Vazhenina T.V., instructor FC НШ,
BO for kids with musculoskeletal disorders no 82,
Sedavnyx A.M.- student course 3,
FGAOU "Tyumen State University", Institute of physical culture,
Russia, Tyumen**

Abstract: the article deals with the questions of the possibility of using dance rhythmic in Adaptive physical education of children 5-6 years of age with musculoskeletal disorders

Keywords: Adaptive physical education, infant cerebral palsy, violations of locomotorium, dance rhythms, preschool children 5-6 years.

Развитие и совершенствование средств адаптивной физической культуры, всех её направлений – адаптивного физического воспитания, спорта, рекреации, реабилитации связано с осмыслением возможностей их применения в физкультурно-оздоровительной работе всех возрастных категорий, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (НОДА), в том числе и в работе с дошкольниками. В России проживают более 2 миллионов детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), 8% из которых, входит в состав детской популяции, из них около семисот тысяч детей с инвалидностью [2;5;7].

Эти дети нуждаются в специальном образовании, которое отвечает за их особые потребности. По этой причине поиск различных средств помощи таким детям в настоящее время особенно важен. Для этого применяются различные физкультурно-оздоровительные средства: тренажер Гросса, комплекс «сенсорная комната», иппотерапия, дельфинотерапия, Су-Джок акупунктура, цветотерапия и др. Среди различных средств большое значение придаётся физической культуре. Специалисты продолжают активный поиск современных и более эффективных технологий для коррекции и улучшения состояния здоровья детей с различными нарушениями психомоторного развития, к ним относят: шахматы, художественную гимнастику, в том числе и танцевальную ритмику [1;3].

Проблема оздоровления детей с ОВЗ, в том числе и детей с НОДА решается во многих городах и регионах нашей страны, а также в городе Тюмени. Изучение

практического опыта, педагогические наблюдения показывают, что организация адаптивного физического воспитания, является одной из наиболее сложных и актуальных задач [4].

Новые подходы в процессе коррекции детей с детским церебральным параличом, подтверждают, что физическая нагрузка является эффективной технологией физического, психического и социального развития, самореализации и социализации людей с ограниченными возможностями здоровья. И такими возможностями, по мнению специалистов, обладает танцевальная ритмика [6;7]. Но, исследований, касающихся эффективности танцевальной ритмики в работе с тюменскими дошкольниками 5-6 лет, имеющих НОДА, нами не обнаружено, поэтому проведение исследования можно считать *своевременным и важным*.

На данном этапе исследования мы поставили *целью* выявление возможностей применения танцевальной ритмики в работе с дошкольниками 5-6 лет с НОДА. Для достижения цели были поставлены следующие *задачи*:

1. Проанализировать литературные источники, касающиеся организации адаптивного физического воспитания детей диагнозом ДЦП.

2. Разработать основные структурные компоненты программы по танцевальной ритмике для детей 5-6 лет с НОДА.

3. Изучить показатели физической подготовленности дошкольников 5-6 лет с диагнозом ДЦП, занимающихся танцевальной ритмикой

Исследование проводилось на базе МБОУ начальная школа-детский сад № 82 города Тюмени в период с сентября 2016 по настоящее время. В нём приняло участие 14 человек из них 7 мальчиков, 7 девочек с различными двигательными нарушениями.

Мы предположили, что разработанная нами в дальнейших исследованиях программа по танцевальной ритмике даст положительный результат в индивидуальных показателях психо-физического развития и физической подготовленности дошкольников 5-6 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Изучив имеющиеся программные документы, было выявлено, что при занятиях танцевальной ритмикой, музыкальное сопровождение повышает эмоциональный настрой детей, увеличивает их мотивацию в обучении, формируются творческие качества личности ребёнка, а также психические функции, такие как восприятие, воображение [2;4;8]. Установлено, что главной методической особенностью в танцевальной ритмике является сюжетно-ролевая основа, в которой не используется счёт. В танцевальной ритмике используется разнообразный инвентарь (воздушные шары, гимнастические ленты, зонты, флажки и др.), с помощью которого разрабатывается мелкая и крупная моторика, стимулируется развитие силовых качеств, включается внимание и интерес ребёнка к выполнению упражнений. Благодаря этому у детей не проявляется быстрое утомление, а также и появляются большие возможности для моторной обучаемости.

Таким образом, танцевальная ритмика, является новой направленностью в адаптивной физической культуре и имеет новый путь решения адаптивного физического воспитания в работе с детьми с НОДА.

Решая задачу по выявлению коррекционных функций при занятиях танцевальной ритмикой, было выявлено, что она выполняет образовательные, воспитательные и оздоровительные функции.

Работа по программе проводилась в разнообразных *формах*, к ним относятся: танцевальная репетиция, игра, беседа, активный отдых. *Средствами* танцевальной ритмики явились: хлопки, ходьба, притопы, приседы, прыжки, различные двигательные манипуляции с инвентарём (зонты, ленты, мячи и др.). *Планирование занятий*: ежедневное проведение утренней гимнастики в танцевальных ритмах, разученных на занятиях танцевальной ритмики. Занятия проводятся два раза в неделю в процессе физкультурных занятий. Кроме того, предусматривается проведение двух занятий в системе дополнительного образования в форме кружковой работы. Продолжительность одного занятия составляет 25-30 минут.

Краткое содержание указанных функций представлено в таблице 1.

**Коррекционные функции при занятиях танцевальной ритмикой
с детьми, имеющими НОДА**

| Образовательные функции | Воспитательные функции | Оздоровительные функции |
|---|---|--|
| -развитие физических качеств и общих координационных способностей -эффективное воздействие на формирование основных видов движений | -побуждение детей к импровизации двигательных действий -развитие психических функций (зрительное, слуховое восприятие, память, моторно-двигательная память внимание) | -укрепление костно-мышечной системы; -уменьшение спастичности, ригидность и дистонии мышц, с помощью грузов (от 500грамм до 2кг); увеличение пластической подвижности |

Программа начала реализовываться с октября 2016 года. Для проверки эффективности занятий был проведён первоначальный педагогический контроль с использованием традиционных контрольных тестов, принятых в работе со здоровыми детьми (таблица 2).

Табличные данные позволили увидеть, что в начале года не справились с тестом «прыжок в длину с места» все дошкольники. Большие трудности испытывали дети при выполнении теста в беге на 30м., а также в метании предмета правой рукой. Это связано с тем, что двигательные нарушения у детей с ДЦП не позволяют выполнять эти тесты в полной мере. По данным, представленным в конце учебного года видно, что большая часть детей справилась с предложенными тестами по физической подготовленности. Мы считаем, что это произошло за счёт комплексной реабилитации, в которую входят плановые физкультурные занятия, занятия ЛФК. Немаловажную роль в увеличении количества детей, выполнивших контрольные тесты, сыграла и танцевальная ритмика. Но для доказательства эффективности танцевальной ритмики нужны дополнительные исследования.

Следующие этапы исследования будут предусматривать разработку более полного содержания программы «Танцевальная ритмика для детей 6-7лет с НОДА» в комплексе с другими видами реабилитации. Особое внимание будет обращено на врачебный контроль в адаптивном физическом воспитании, диагностику физического развития, физической подготовленности и развития психического состояния детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, занимающихся танцевальной ритмикой.

Таблица 2

Показатели физической подготовленности детей 5-6 лет с нарушением опорно-двигательного аппарата в период 2016 - 17 учебный год (количество детей в %)

| Контрольные упражнения (к/у) | Кол-во детей, не выполнивших к/у (сент. 2016) | Кол-во детей, выполнивших к/у (сент. 2016) | Кол-во детей, не выполнивших к/у (май 2017) | Кол-во детей, выполнивших к/у (май 2017) |
|------------------------------|---|--|---|--|
| Бег 30м (с) | 35,7 | 64,3 | 21,4 | 78,6 |
| Челночный бег 3x10 | 42,8 | 57,2 | 28,8 | 71,2 |
| Бег 200 м (мин) | 50 | 50 | 42,8 | 57,2 |
| Прыжок в длину с места (см) | 100 | 0 | 50 | 50 |
| Метание правой рукой (м) | 33,5 | 66,5 | 28,5 | 71,5 |
| Метание левой рукой (м) | 42,3 | 57,7 | 35,7 | 64,3 |

Литература:

1. Вернер, Д. Что такое детский церебральный паралич / Д.Вернер. – М.: Дидактика Плюс, 2003. 519 с.
2. Гросс Н.А. Современные комплексные методики физической реабилитации детей с нарушением опорно-двигательного аппарата / Н.А. Гросс – М. Советский спорт, 2005. – 235 с.
3. Демидова, А. Первый детский чемпионат по танцам на колясках / А. Демидова // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. - 2008. - № 1. - С. 50-51.
4. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова — М: Советский спорт, 2000. – 464 с.
5. Комплексная реабилитация детей с детским церебральным параличом (методические рекомендации). — СПб.: Питер, 2005. – 285 с.
6. Межман И. Ф. Актуальные вопросы адаптивной физической культуры // Молодой ученый / И. Ф. Межман, Н. В. Ухина.- 2015. - №18. -С. 427-429.
Электронные ресурсы
7. Федеральная служба государственной статистики. Положение инвалидов. Режим доступа: http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/population/disabilities/#. Дата обращения: 10.10.2017.
8. С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова ФИЗИНСТРУКТОР.РУ «СА-ФИ-ДАНСЕ» Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных учреждений / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. Режим доступа: <http://fizinstruktor.ru/>. Дата обращения: 10.10.2017.

ИЗМЕНЕНИЕ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ У ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ НАГРУЗКИ

**Козлова Н.В., Давыдова И.В., Гвоздева Н.И.,
ГАПОУ ВО «Колледж олимпийского резерва
имени дважды Героя Советского Союза А.И. Родимцева»,
Россия, г. Волгоград**

Аннотация: В статье рассматриваются проблемы физического воспитания детей с синдромом Дауна. Дети с синдромом Дауна развиваются несколько иначе, в отличие от их сверстников, не страдающих этим заболеванием. Их двигательное развитие идет медленнее, с более долгими сроками формирования двигательных умений и навыков. Также специфические особенности, обусловленные наличием этого генетического состояния, тоже оказывают влияние, на общий ход двигательного развития. При наблюдении за детьми с синдромом Дауна в возрасте двух-трех лет, можно заметить, что они двигаются не достаточно уверенно, часто кажутся неловкими, оступаются, их походка имеет характерные особенности. Многолетние исследования позволяют утверждать, что малыши с синдромом Дауна не просто отстают в сроках своего физического развития, но имеют присущий только им порядок и профиль развития моторных навыков. В раннем возрасте, детям с синдромом Дауна особенно важна семья, которая оказывает для них всестороннюю поддержку и помогает обеспечивать процесс познания окружающей действительности, приобщения к навыкам работы и культурным ценностям.

Ключевые слова: дети с синдромом Дауна, реакция организма на физическую нагрузку, сердечно-сосудистая система (ССС), частота сердечных сокращений (ЧСС).

CHANGE OF FREQUENCY OF HEART RATE IN CHILDREN WITH DOWN SYNDROME PERFORMING PHYSICAL EXERCISES

**Kozlova N.V., Davydova I.V., Gvozdeva N.I.,
GAPOU V «College of the Olympic reserve
name twice Hero of the Soviet Union A.I. Rodimtsev»
Russia, Volgograd**

Annotation: The article deals with the problems of physical education of children with Down syndrome. Children with Down syndrome develop somewhat differently, in contrast to their peers who do not suffer from this disease. Their motor development is slower, with longer terms for the formation of motor skills and skills. Also, specific features due to the presence of this genetic state also have an effect on the general course of motor development. When observing children with Down syndrome at the age of two or three years, you can see that they do not move confidently enough, often seem awkward, stumble, their gait has characteristic features. Long-term studies allow us to assert that babies with Down's syndrome do not just lag behind in their physical development, but have an inherent order and a profile of development of motor skills. At an early age, family is extremely important for children with Down syndrome, which provides them with comprehensive support and helps to ensure the process of learning about the reality, familiarizing with work skills and cultural values.

Keywords: children with Down's syndrome, the body's response to physical activity, cardiovascular system (CVS), heart rate (heart rate).

При занятиях адаптивной физической культурой происходит стимулирование позитивных реакций и функций организма. Правильная организация занятий, с учетом особенностей развития, позволяет избежать формирования у ребенка стойких статичных и симметричных образцов движения [2]. В противном случае дальнейшее развитие движений будет тормозиться существованием неправильных («патологических») двигательных образцов, вместо того чтобы эта промежуточная стадия переросла в качественные и разнообразные движения, которые позволят ребенку максимально реализовать его двигательный потенциал [1].

Известно, что при выполнении физической нагрузки, немаловажную роль играет сердечно-сосудистая система (ССС) [3]. С целью выявления реакции сердечно-сосудистой системы у детей с синдромом Дауна на выполняемую ими физическую нагрузку нами было проведено исследование.

Цель исследования. Основной задачей была регистрация ЧСС, в различных частях тренировочного занятия. Для этого нами использовался метод пульсометрии.

Результаты исследования. В ходе проведения исследования нами было установлено, что в начале занятия дети имели различные показатели ЧСС, который не всегда соответствовал норме. После проведения подготовительной части урока показатели ЧСС возрастали относительно нормы, это свидетельствует о существенном воздействии нагрузки на организм ребенка во время выполнения упражнений. Также отмечается снижение показателей ЧСС, если в начале занятия исходное состояние было выше нормы. Отмечено также, что у детей с сильно выраженными специфическими проявлениями показатели ЧСС были достаточно высокие (рис 1).

Одной из задач при проведении занятий реабилитационного характера является определение значения допустимой физической нагрузки, так как постоянно имеется риск физического перенапряжения. Разработанных критериев оценки степени физической нагрузки еще не существует. В основном они имеют рекомендательный характер.

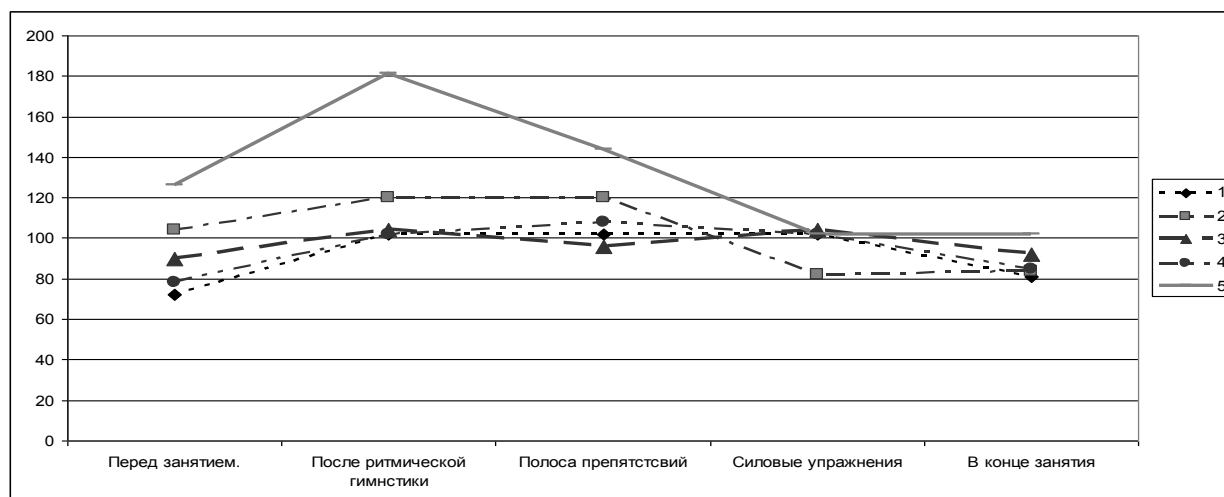


Рисунок 1. Показатели реакции сердечно-сосудистой системы детей с синдромом Дауна на физическую нагрузку

При анализе динамики ЧСС отслеживается момент, когда частота пульса на стандартную нагрузку постепенно снижается. Это свидетельствует об адаптации организма к выполняемой нагрузке, с возможностью ее дальнейшего увеличения по сложности. Таким образом, при регулировании физической нагрузки соблюдается принцип постепенности и индивидуальности. При этом полученные результаты могут быть выражены как в улучшении координации движений, так и в увеличении количественных показателей. Отмечено, что если ребенок, по разным причинам, начинал занятие с более высоким пульсом относительно нормы, то при дальнейшем выполнении упражнений ЧСС снижалась до уровня, который соответствует функциональному значению выполняемой нагрузки.

Наблюдение за частотой сердечных сокращений при проведении занятий по адаптивной физической культуре является важным моментом позволяющим предотвратить риск возникновения физического перенапряжения, а также выступает критерием оценки эффективности занятия с учетом индивидуально-специфических особенностей занимающихся.

Выводы. В результате проведенного исследования можно говорить о том, что использование игровой формы занятий с детьми с синдромом Дауна способствует формированию не только координационной подготовленности, но и укреплению сердечно-сосудистой системы, которые имеют разную степень ограничений в движении.

Литература:

1. Максимова, С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / С.Ю. Максимова, Н.А. Фомина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. - № 1. С. 63-65.
2. Максимова, С.Ю. Развитие морфофункциональных возможностей у детей 5-6 лет с задержкой психического развития средствами музыкально-двигательного воспитания / С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова, А.А. Мартынов // Ж.: Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012.- № 6 (88). – С. 76-80.
3. Черкашин, В.П. Методика повышения функциональных возможностей организма детей дошкольного возраста с задержкой психического развития / В.П. Черкашин, Е.П. Прописнова, А.А. Мартынов // Ж.: Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013.- № 1 (95). – С. 123-128.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ХАТХА-ЙОГИ В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Космачева А.В.

ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», Россия, г. Волгоград

Аннотация: В данной статье рассматривается необходимость применения элементов гимнастики хатха-йога в адаптивном физическом воспитании старших дошкольников с задержкой психического развития.

Ключевые слова: дети старшего дошкольного возраста, задержка психического развития, хатха-йога.

USING HATHA YOGA IN ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

Kosmacheva A.V.,

Volgograd state Academy of physical culture, Russia, Volgograd

Annotation: This article discusses the need to use elements of gymnastics, Hatha yoga, adaptive physical education of senior preschool children with delay of mental development.

Keywords: Older preschool children, mental retardation, Hatha yoga.

На сегодняшний день неуклонно растет число детей с задержкой психического развития. Специалисты относят их состояние к пограничному между нормой и патологией. При своевременном профилактическом педагогическом воздействии и мерах коррекции существует возможность восстановить физическое и психическое здоровье этих детей. При отсутствии необходимых профилактических и коррекционных мер происходят серьезные необратимые нарушения в состоянии здоровья [5].

В физическом воспитании детей дошкольного возраста главную роль играет обучение двигательным действиям. Двигательные функции составляют фундамент развития познавательной активности ребенка. Качество обучения зависит от правильного подбора методов и приемов обучения. Программа адаптивного физического воспитания детей с задержкой психического развития строится исходя из возрастных, индивидуальных и психофизических особенностей дошкольника.

Двигательная сфера детей с ЗПР имеет ряд особенностей. Расстройство двигательного развития и психомоторики проявляется особенностями в поведении. Наблюдается вялость, пассивность или наоборот двигательное беспокойство. Движения у таких детей не достаточно скоординированы, возникают трудности с переключением вида движений. Имеется преобладание крупных движений над мелкими и точными.

Неполноценность двигательной сферы нарушение в формировании двигательных навыков, которые образуют фундамент двигательной активности, приводят к проблемам в физическом и психическом развитии [8].

В период детства двигательную активность составляют физическое воспитание, общественно трудовая деятельность, а также свободное времяпровождение. Эти составляющие являются единым звеном [3]. Многие исследователи отмечают, что для детей с задержкой психического развития характерно нарушение в работе ЦНС, возникают трудности в концентрации и удержании внимания, воображение и познавательная деятельность развиты слабо, проявляется чрезмерная активность и импульсивность в поведении. Вместе с этим слабо развит опорно-двигательный аппарат. Совокупность всех этих нарушений в первую очередь сказывается на костно-мышечной системе [2,6]. На

разных возрастных этапах для детей характерна своя игровая деятельность. Старшие дошкольники с ЗПР отстают в становлении игровой деятельности от здоровых сверстников, сюжетно ролевая игра находится на уровне младшего дошкольного возраста [11]. Нарушения в развитии физическом и психическом, нарушение регуляции произвольных движений, неполноценность двигательных качеств, это определяет значимость адаптивного физического воспитания для детей с данными аномалиями в развитии [2]. В настоящее время в практике адаптивного физического воспитания беспрестанно возникает необходимость обеспечения условий для коррекции и полноценного развития двигательных навыков у детей с ЗПР. Центральными задачами методик адаптивного физического воспитания является укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, полноценное формирование двигательной базы [9]. В связи с вышесказанным возникает необходимость включения в содержание адаптивного физического воспитания современных методик, которые будут направлены на решение главных задач адаптивного физического воспитания. Одной из современных эффективных и доступных методик является сюжетно-ролевая гимнастика с элементами хатха-йоги. Для детей в возрасте 6-10 лет используют не всю методику хатха-йоги, а только ее элементы, учитывая возрастные особенности [7].

В реабилитационных центрах применяется такая гимнастика для детей с детским церебральным параличом и дает положительные результаты. Для детей с задержкой психического развития была разработана методика, сочетающая в себе сюжетно – ролевую гимнастику и хатха – йогу в виде сказок. Сказочная йога благоприятствует формированию психических функций и правильному физическому развитию.

Хатха-йога это гимнастика, сочетающая в себе упражнения на расслабление, статические и, дыхательные практики. Доступность этой системы в том, что она не требует специальных снарядов, и в полной мере реализует индивидуальный подход [4].

Оздоровительный эффект от практических занятий по данной методике – многогранен. Устойчивые и физиологичные асаны способствуют психической уравновешенности, и стимулирует мозговую деятельность, повышает тонус и эластичность мышц. Мышцы, внутренние органы не могут работать без постоянной иннервации через нервную систему и сигналы по этой системе поступают из головного мозга. Разные отделы спинного мозга отвечают за иннервацию различных органов. Систематические практики благоприятствуют формированию симметричного мышечного корсета, служат замечательным средством профилактики многочисленных заболеваний опорно-двигательного аппарата, а также заболеваний внутренних органов [1].

Необычность и образность этих поз вызывает у дошкольников стойкий интерес и желание выполнять их и на занятии и в свободное время. Хорошим стимулом для совершенствования качества выполнения этих упражнений является их сложность. Ведь не каждый ребенок с первого занятия может выполнить предложенные ему позы Хатха – йоги и удерживать их длительное время [12]. При обучении детей с ЗПР элементы постепенно усложняются, сюжет сказок меняется в соответствии с тематикой занятия.

В процессе выполнения упражнений приобретает ловкость, улучшаются показатели координации, силовой выносливости и возрастают адаптационные возможности организма. Выполнение асан требует спокойных плавных, осмысленных движений в медленном темпе, оказывает на организм умеренную нагрузку [10]. Ключевым звеном в экспериментальной методике будет являться повышение функционального состояния кардиореспираторной системы, нормализация функционального состояния опорно-двигательного аппарата, и нервной системы, а также гармоничное развитие физических качеств. В данной методике реализуется индивидуальный подход к обучению воспитанников. Ведущими средствами педагогического воздействия являются физические упражнения на основе хатха-йоги.

Ведущими методами выступают: игровой, соревновательный и строго регламентированного упражнения. Педагогический процесс подчиняется как

общепедагогическим, так и специфическим принципам адаптивного физического воспитания.

Практической значимостью данного исследования является то, что полученные знания и результаты экспериментальной методики могут быть использованы педагогами дошкольных учреждений для работы со старшими дошкольниками с задержкой психического развития, а также использованы для переподготовки и повышения квалификации работников ДОУ, и обучения студентов кафедр адаптивного физического воспитания.

Литература:

1. Алексеева И.В. Образовательная программа по реализации дополнительных общеобразовательных программ, дополнительных общеразвивающих программ Детская хатха – йога. Гармония. Развитие. Радость. Ухта– 2014.– с. 34, С.1–5.

2. Бернатовичене Е.Н. Методика коррекции осанки у детей 7–8 лет с задержкой психического развития. Выпускная квалификационная работа по специальности 032102. "Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)". Бернатовичене Елена Николаевна. ФГОУ ВПО Сибирский Государственный Университет Физической Культуры и спорта. Омск 2008. с. 70 , С.– 5.

3. Голубева Г.Н. Взаимосвязь уровня двигательной активности, типа подвижности и адаптации детей дошкольного возраста / Г.Н. Голубева //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.– 2006.–№ 2. – С. 51–52.

4. Казанцева Т.Н. Хатха–йога– не традиционный метод оздоровления дошкольников.– 2014– [электронный ресурс] Международный образовательный портал. URL <http://www.maam.ru/detskijsad/hatha-ioga-netradicionyi-metod-ozdorovlenija-doshkolnikov.html> (дата обращения 11.12.2016)

5. Кошелева М. В. Формирование ритмичности двигательных действий в процессе адаптивного физического воспитания детей 6–7 лет с задержкой психического развития: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Кошелева Мария Викторовна. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 24 с. – Библиогр.: с. 22–23 (12 назв.).

6. Ларионова О.А. Коррекция проявлений гиперактивности у детей с задержкой психического развития средствами арттерапии дис. канд псих. наук: 19.00.10 / Ларионова Ольга Анатольевна .– Санкт –Петербург: ВАК, 2010,– 324 с.

7. Максимова С.Н. Хатха – Йога для дошкольников.// Картотека (старшая группа). – 2014.– № 10 с. 3 . С–1.

8. Максимова С. Ю. Методика коррекции и развития двигательных навыков у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития / С. Ю. Максимова, Е. П. Прописнова, Н. И. Иванась // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 4 (122). – С. 113–117. – Библиогр.: с. 117.

9. Максимова С. Ю. Средства развития силовых качеств у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития / С. Ю. Максимова, Е. П. Прописнова, М. Н. Завадская // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. – № 1 (107). – С. 106–109. – Библиогр.: с. 109

10. Сорокина Л.Н. Веселая йога для дошкольников// Инструктор по физической культуре ДОУ. –2011.– № 5.–С. 100–104.

11. Ткачева И.А. Формирование игровой деятельности дошкольников – сирот с задержкой психического развития: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.03// Ткачева Ирина Александровна: Москва– МГПУ, 2008,– 26 с.

12. Шуваева Н.Ф. Нетрадиционная форма воспитания дошкольников <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2010/12/14/khatkha-yoga>,

АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА

Ковалева Т.И., Пашкова С.Д.,
МОУ «Детский сад № 13 Кировского района Волгограда»
Россия, г. Волгоград

Аннотация. Содержание статьи затрагивает вопросы адаптивного физического воспитания детей с синдромом Дауна. Авторы приводят методические рекомендации по стимуляции двигательной деятельности детей. Они позволяют оптимизировать педагогический процесс.

Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание, дети с синдромом Дауна.

ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN WITH DOWN SYNDROME

Kovaleva T.I., Pashkova S.D.,
MOU "Kindergarten № 13 of the Kirovsky district of Volgograd"
Russia, Volgograd

Annotation. The content of the article touches upon the issues of adaptive physical education of children with Down syndrome. The authors give methodological recommendations for stimulating the motor activity of children. They allow to optimize the pedagogical process.

Keywords: adaptive physical education, children with Down syndrome.

В развитии ребенка с синдромом Дауна большую роль играет уровень его физической подготовленности. Поэтому двигательная активность должна являться одним из важнейших факторов воспитания, поскольку она стимулирует развитие всех систем и функций организма, обеспечивает коррекцию, компенсацию и профилактику двигательных и психических нарушений [4,5,6].

Педагоги-практики отмечают, что потенциальные возможности детей с синдромом Дауна чрезвычайно велики и необходимо лишь научиться приемам стимуляции их деятельности [1,2,3]. Сферой, в рамках которой коррекционно-компенсаторные сдвиги будут наиболее заметны, будет моторная. Хотя малыш освоит моторные навыки медленнее, чем другие дети, он, тем не менее, научится сидеть, ходить, бегать, прыгать, кататься на трехколесном велосипеде. Педагогическая практика подчеркивает, что при должном коррекционно-педагогическом воздействии он научится и более сложным локомоторным действиям – сможет танцевать, плавать, ездить верхом, выполнять приемы каратэ, бегать трусцой и т.д. [6]. У большинства детей с синдромом Дауна физическое и двигательное развитие может, определенно, стать одной из самых сильных сторон их формирования. Детишки с синдромом Дауна смогут учиться новому так же, как и другие дети, и совершенствовать уже сформированные двигательные навыки в течение всей жизни. Другое дело, что темпы обучения и воспитания детей этой нозологической группы замедленные, для них характерны определенные физические особенности, а часто и заболевания, которые могут стать причиной задержки в развитии тех или иных навыков крупной моторики.

Для успешного развития моторных навыков, физических качеств ребенку с синдромом Дауна необходима помощь, направленная на стимуляцию двигательной активности. Задача коррекционно-оздоровительной помощи – обеспечить ему тот минимум помощи, который необходим для успешного выполнения задания самостоятельно.

Нам видится, что успешными в данном отношении будут такие методические приемы как:

- обеспечение условий для игр ребенка в различных положениях тела. Так, лежа на животе, тренируется мускулатура спины и шеи, лежа на спине – упражняются мышцы

брюшного пресса и ног, сидя – развивается вестибулярный аппарат, манипуляции с игрушками, играя с игрушками – развивают мышцы рук и ног;

- стимуляция смены положения тела. Переходные позиции увеличивают самостоятельность. Ребенку с синдромом Дауна труднее освоить переходные позиции, потому что при перемене позы нарушается равновесное положение тела и ему приходится прилагать усилия, чтобы, выполнив необходимую последовательность движений, принять новую равновесную позу;

- стимуляция произвольной регуляции двигательных действий, планирования моторной деятельности. Детям с синдромом Дауна из-за гипотонии и нарушения познавательных способностей с трудом дается естественное планирование моторных действий. В рамках двигательной активности должны использоваться приемы, побуждающие детей выполнять сложные двигательные задачи;

- создание условий для последовательного и поэтапного освоения двигательных действий. Если малышу не удастся совершить сложное действие, то оно разбивается на несколько легко преодолимых частей. Ребенок осваивает эти маленькие части, а затем соединяет их вместе;

- обязательная похвала. В рамках двигательной деятельности детей с синдромом Дауна необходимо их постоянно хвалить не только за результат, но и за старания, которые он приложил, пытаясь выполнить очередную задачу;

- обеспечение страховки и помощи детям при выполнении упражнений. Необходимая физическая помощь взрослого заключается в том, чтобы побудить ребенка выполнить новое, пока еще трудное для него задание и предоставить ему информацию как это делается. Очень важно не оказывать чрезмерной физической поддержки и не торопить малыша;

- наглядная демонстрация разучиваемого материала, побуждающая детей к подражанию. Для детей с синдромом Дауна указанный метод обучения очень эффективен, поскольку, они обладают достаточно хорошей способностью к подражанию. Необходим качественный показ того разучиваемого материала;

- многократное повторение разучиваемого материала в различных условиях. Очень важно сделать так, чтобы малышу не надоело повторять одно и то же движение. С этой целью необходимо обновлять старые задания и делать их интересными, применять их в разных бытовых и игровых ситуациях;

- использование положительного эмоционального фона на занятиях. Педагогу постоянно необходимо строить систему работы таким образом, чтобы коррекционно-оздоровительные мероприятия проводились на фоне положительных эмоций, приносили ребенку радость и удовлетворение, а достичь это возможно, когда применяется самый распространенный и эффективный метод в педагогике – игровой. Внедрение нестандартного физкультурного оборудования эффективно влияет на достижение положительных результатов;

- использование разнообразных атрибутов и спортивных снарядов. Более высокая работоспособность и стремление к дальнейшему овладению двигательными навыками проявляются при использовании разнообразных предметов, игрушек, пособий. Формирование двигательной активности в значительной степени зависит от взрослых, от умения создавать все необходимые условия для своевременного усвоения детьми движений, без которых невозможно их физическое развитие.

В рамках реализации адаптивного физического воспитания детей с синдромом Дауна на базе МОУ «Детский сад № 13 Кировского района Волгограда» мы, стремясь повысить интерес детей к движениям, дополнили набор оборудования и атрибутов, изготовили:

- в необходимом количестве тренажеры «малыши-силачи»;
- утяжелители для нижних и верхних конечностей для развития силовых качеств;
- ленты, султанчики, флажки, косички – веревочки;

- сшили тряпичные утяжелённые маленькие мячи, гимнастические палки, канаты из киндер-сюрпризов и т.д.;
- обновили и пополнили картотеку подвижных игр и упражнений.

Один из приемов повышения эффективности физкультурного оборудования – новизна, которая создается за счет внесения нового нестандартного оборудования, смены переносного оборудования разных пособий в своеобразные комплексы (полосы препятствий, домики, животные и т.д.). Дети всех возрастов выполняют упражнения с нестандартным физкультурным оборудованием с большим удовольствием и достигают хороших результатов. Эффективно использовать физкультурное оборудование – это значит обеспечить оптимальную продолжительность его применения в течение всего дня в разных формах и видах деятельности с тем, чтобы добиться овладения детьми всеми видами физкультурных упражнений, их двигательного творчества на уровне возрастных и индивидуальных возможностей. Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физкультурные занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения, варьировать задания. Нестандартное оборудование объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску. Проведение физкультурных занятий с использованием нестандартного физкультурного оборудования показывает, что увеличение двигательной активности детей возможно, как за счет качественного улучшения методики занятий, повышения их моторной плотности, так и за счет применения нестандартного физкультурного оборудования, его эффективного использования, что позволяет быстро и качественно формировать двигательные умения и навыки.

Литература:

1. Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю., Физическое развитие, «Игры и занятия с детьми раннего возраста». - М.: «Мозаика-Синтез», 2007.
2. Жиянова П.Л. «Социальная адаптация детей раннего возраста с синдромом Дауна». - М.: 2002.
3. Маленькие ступени. Навыки общей моторики. Программа ранней педагогической помощи детям с отклонениями в развитии. – М.: 2001.
4. Максимова, С.Ю. Научно-практическая деятельность по проблемам адаптивного физического воспитания на базе Волгоградской государственной академии физической культуры № 3 (152). – С. 53-57.
5. Максимова С.Ю. Организация адаптивного физического воспитания детей с синдромом Дауна / С.Ю. Максимова, Д.С. Федорова // Теория и практика физической культуры. – 2018. № 4. С. 56.
6. Фомина Н.А. К вопросу использования сюжетно-ролевой ритмической гимнастики в адаптивном физическом воспитании детей с синдромом Дауна / Н.А. Фомина // Физическое воспитание и спортивная тренировка, 2017. № 2(20). С. 52-58.

РАЗРАБОТКА ТЕХНОЛОГИИ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, НАПРАВЛЕННОЙ НА КОРРЕКЦИЮ ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

**Максимова С.Ю. д.п.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»,
Россия, Волгоград**

Аннотация: в тексте статьи приводятся результаты научной деятельности. Ее целью

являлось разработка технологии, обеспечивающей коррекцию нарушений у детей с задержкой психического развития. Автор приводит краткое содержание разработанной технологии.

Ключевые слова: технология адаптивного физического воспитания, дети с задержкой психического развития.

DEVELOPMENT OF TECHNOLOGY OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION AIMED AT THE CORRECTION OF PSYCHOPHYSICAL SPHERE CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

**Maksimova S. Yu., Ph. D., associate Professor,
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture»
Russia, Volgograd**

Abstract: the article presents the results of scientific activity. Its goal was to develop a technology that provides correction of disorders in children with mental retardation. The author gives a summary of the developed technology.

Keywords: technology of adaptive physical education, children with mental retardation.

Специфические образовательные запросы детей с ограниченными возможностями здоровья заключаются в необходимости обеспечения не только их обучения и воспитания, но и коррекции имеющихся у них отклонений в развитии. При воспитании и обучении детей с задержкой психического развития эти условия необходимо выполнить в обязательном порядке. Пограничность характеристик их психофизического состояния диктует необходимость создания условий для коррекции имеющихся отклонений и обязательного выведения их на уровень возрастной нормы.

Обеспечение этих условий касается и адаптивного физического воспитания. Решение задач его педагогического воздействия должно создавать условия для физического, морфофункционального, двигательного развития детей, а так же коррекции нарушений их психофизической сферы. Необходимо отметить, что возможности оптимизации двигательного и физического развития детей с ЗПР имеют достаточный уровень научного и методического обоснования. Научно обоснованные методики стимулирования психического развития детей так же имеются в области адаптивного физического воспитания. Однако их анализ показал, что прежде всего их ведущей целевой установкой является создание условий для полноценного физического развития воспитанников. Как правило, решение задач коррекционного плана в них отводится на второй план.

А вместе с этим ведущие положения общей педагогики, теории и методики физического воспитания [1,2,4] указывают нам на то, что педагогический процесс должен создавать условия для реализации всех стоящих перед ним задач. А концептуальные идеи теории и методики адаптивного физического воспитания, специальной педагогики и психологии указывают нам на то, что общее развитие ребенка с ограниченными возможностями здоровья должно осуществляться через коррекцию имеющихся у него отклонений [3].

Однако, научно-методический инструментарий адаптивного физического воспитания детей с ЗПР, обосновывающий функционирование его педагогического процесса на основе технологии коррекции имеющихся у них отклонений психофизической сферы, требует дополнительного обоснования.

В соответствии с приказом Минспорта России № 1032 от 17 декабря 2014 г. по выполнению прикладных научных исследований в области физической культуры и спорта для подведомственных Министерству спорта Российской Федерации научно-исследовательских институтов и вузов, на 2015-2017 годы ФГБОУ ВО «Волгоградская

государственная академия физической культуры» была проведена научно-исследовательская работа.

В процессе работы проходила теоретическая разработка технологии коррекции психофизической сферы детей с дошкольного возраста с задержкой психического развития, а так же ее экспериментальное апробирование в практике адаптивного физического воспитания. В процессе обобщения данных научно-исследовательской литературы были определены ведущие подходы к структуре педагогической технологии, содержанию ее ведущих компонентов, их взаимосвязи и взаимном дополнении. Экспериментальное апробирование разработанной инновации в педагогической практике адаптивного физического воспитания позволило выявить высокий эффект ее применения.

Ведущей концептуальной идеей такого педагогического процесса должна стать идея коррекции рушений психофизической сферы детей дошкольного возраста с ЗПР через двигательную деятельность.

Теоретико-методологическую платформу такому педагогическому процессу задает общепhilosophический, общенаучный и частнонаучный уровни. Все они в равной мере обосновывают необходимость обеспечения наиболее эффективного педагогического процесса двигательной деятельности для детей с ЗПР, построенного на основе учета их потребности в движении, эмоциональном обогащении, игровой деятельности.

Концептуальная идея обуславливает единство структурных компонентов разработанной технологии. В ее состав входят ценности физической культуры, игротерапия и музыкотерапия. Взаимосвязь таких структурных компонентов технологии как педагогическое взаимодействие, принципы, средства, методы и формы порождают целостный педагогический процесс. В рамках разработанной технологии он имеет свой алгоритм проектирования и реализации. Эффект коррекционно-педагогического воздействия возникает на основе интеграции технологий коррекционной технологий и физического воспитания. Это взаимное дополнение обуславливает двигательную игротерапию и музыкально-двигательное воспитание психокоррекционной направленности. Ведущим средством их двигательного воспроизведения являются упражнения координационного характера. В рамках разработанной технологии коррекционный эффект воздействия обеспечивается именно единством упражнений координационного характера, музыкального сопровождения и игровой основой организации деятельности.

Экспериментальное апробирование разработанной технологии в практике адаптивного физического воспитания позволило констатировать положительный эффект воздействия. В рамках такого педагогического процесса у детей с ЗПР происходит выравнивание показателей психической сферы, психомоторных проявлений, координации движений, морфофункциональных показателей.

Литература:

1. Евсеев, С. П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / С. П. Евсеев, О. Э. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2013. – 388 с.

2. Кожухова, Н. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Схемы и таблицы / Н. Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 192 с.

3. Медведева, Е. А. Воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика: учебное издание / Е. А. Медведева, Л. Н. Комисарова, Г. Р. Шишкина, О. Л. Сергеева – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 157 с.

4. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник / Л. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 1991. – 256 с.

РЕЗУЛЬТАТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕГИОНАЛЬНОЙ ИННОВАЦИОННОЙ ПЛОЩАДКИ ПО ПРОБЛЕМАМ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Манина Н.А., Корж Е.А., Свиридова О.Г.
МОУ «Детский сад № 254 Тракторозаводского района Волгограда»
Россия, г. Волгоград

Аннотация. В тексте статьи приводятся результаты деятельности региональной инновационной площадки на базе дошкольного учреждения. Описан объем работ по каждому этапу и приведены результаты.

Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание, задержка психического развития.

RESULTS OF THE ACTIVITIES OF THE REGIONAL INNOVATION SITE FOR ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN WITH THE DELAY OF MENTAL DEVELOPMENT

Manina N.A., Korz E.A., Swiridowa O.G.
MOU "Kindergarten № 254 Traktorozavodsky district of Volgograd"

Annotation. The text of the article presents the results of the activities of the regional innovation site on the basis of a pre-school institution. The scope of work for each stage is described and the results are shown.

Keywords: adaptive physical education, retardation of mental development.

Коренное улучшение качества обучения и воспитания подрастающего поколения неразрывно связано с преодолением единообразия унифицированной существующей системы образования. Правильное и эффективное обучение занимает в этой системе существенное место и в этом отношении одной из важных проблем является ранняя диагностика и своевременная организация коррекционной работы с детьми, имеющими задержку в психическом развитии (ЗПР) [2,4].

Изучение существующих программ обучения и воспитания для детей, имеющих ЗПР, свидетельствует о неоднородности взглядов на роль физического воспитания, имеющего огромные возможности для формирования всесторонне развитой, гармоничной личности [1,3].

На базе МОУ «Детский сад № 254 Тракторозаводского района Волгограда» с 2015 года функционирует региональная инновационная площадка. Ее темой является – «Система адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой психического развития на основе ритмической гимнастики».

Деятельность инновационной площадки осуществляется на основе программы исследовательской работы, включающей в себя организационно-диагностический, формирующий и теоретико-обобщающий этапы. Каждый из этапов содержит свои исследовательские задачи и критерии оценки, характеризующие результативность инновационной деятельности.

В ходе ее организационно-диагностического этапа были выполнены следующие виды работ:

- 1) Заключен договор о научном сотрудничестве с ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры».
- 2) Разработан пакет диагностических методик, позволяющий комплексно оценить особенности развития детей дошкольного возраста с ЗПР.
- 3) Проведен диагностирующий эксперимент, заключающийся в изучении таких параметров развития детей дошкольного возраста как физическое, двигательное и психическое.

4) Получены научные данные, дающие комплексную характеристику особенностей развития детей дошкольного возраста с ЗПР.

5) На основе анализа констатирующих экспериментов, научной, методической литературы выявлена необходимость модернизации процесса адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с ЗПР. В ходе обобщения научных данных обоснована актуальность активизации этого процесса средствами музыкально-двигательного воспитания, а именно ритмической гимнастикой.

В ходе ее формирующего этапа проделаны следующие виды работ:

1) На основе анализа и обобщения научных данных философии, гносеологии, специальной педагогики, адаптивной физической культуры, теории и методики дошкольного физического воспитания выявлены и теоретически обоснованы подходы к построению процесса физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.

2) Для реализации формирующего этапа экспериментальной деятельности на базе дошкольного учреждения создана и функционирует бригада педагогов-исследователей. В ее состав вошли: работающие с детьми с ЗПР педагоги-воспитатели, педагоги – дефектологи, педагоги-логопеды, физкультурный и музыкальный руководитель; психолог; медицинский работник; заместитель заведующего; заведующий детским садом.

3) Проведена серия поисковых экспериментов, а так же формирующий эксперимент, обосновывающий наиболее эффективные физические упражнения, обеспечивающие комплексное воздействие на психофизическое состояние детей дошкольного возраста с ЗПР. Отдельная серия экспериментов доказала необходимость музыкального сопровождения двигательной деятельности детей с ЗПР. И в рамках отдельной поисковой деятельности была доказана эффективность организации двигательной деятельности воспитанников на основе игровой деятельности. В ходе экспериментов было обследовано более двухсот детей дошкольного возраста, воспитанников массовых и специализированных дошкольных образовательных учреждений.

4) Осуществлено публичное освещение результатов научно-исследовательской деятельности на Всероссийских и международных конференциях и конгрессах, в сборниках научных статей, журналах, реферированных ВАК РФ.

На сегодняшний момент заканчивается теоретико-обобщающий этап и в его рамках происходит обобщение и систематизация полученных данных, их оформление в виде научного отчета и вариативной программы по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Анализ и обобщение полученных данных позволяют увидеть, что стоящие перед региональной инновационной площадкой исследовательские задачи выполнены и программа эксперимента подходит к концу.

Литература:

1. Максимова С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 1. С. 63-65.

2. Максимова С.Ю. Теоретико-методологическое обоснование интеграционных возможностей физического воспитания / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 5. С. 53-54.

3. Фомина Н.А. Интеллектуальное развитие ребенка в процессе музыкально-двигательной деятельности / Фомина Н.А., Максимова С.Ю., Прописнова Е.П. // Теория и практика физической культуры, 2016. № 10. С. 62-65.

4. Фомина Н.А. К вопросу использования сюжетно-ролевой ритмической гимнастики в адаптивном физическом воспитании детей с синдромом Дауна / Н.А. Фомина // Физическое воспитание и спортивная тренировка, 2017. № 2(20). С. 52-58.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ГРУППАХ КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА

**Мамакова М.П., Смоленцева М.А.
МОУ «Детский сад № 176 Дзержинского района Волгограда»
Россия, Волгоград**

Аннотация: В статье приведены результаты методического обеспечения физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья. Нарботки представлены для группы комбинированного вида. Авторы приводят перечень необходимого оборудования, должностные обязанности специалистов.

Ключевые слова: физическое воспитание, дети с ограниченными возможностями здоровья.

PHYSICAL EDUCATION FOR CHILDREN WITH DISABILITIES IN TERMS OF GROUPS OF COMBINED TYPE

**Mamakova M. P., M. A. Smolentseva M.A.
MOU "Kindergarten № 176 of Dzerzhinsky district of Volgograd»
Russia, Volgograd**

Abstract: the article presents the results of methodological support of physical education of children with disabilities. Developments are presented for a group of combined type. The authors provide a list of the necessary equipment, job responsibilities of specialists.

Keywords: physical education, children with disabilities.

Всем известно, что физическое развитие ребёнка является важной и ответственной задачей дошкольного учреждения, т.к. все дети, должны расти здоровыми, крепкими, гармонически развитыми и пр. Не вызывает вопросов и актуальность физического развития для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья, ведь при работе с ними это не просто важная, а первостепенная задача любого педагога, работающего с таким ребенком.

Несколько лет в нашем детском саду функционирует группа комбинированного вида, которую посещают воспитанники с ограниченными возможностями здоровья. Комплектование воспитанниками и определение периода их пребывания в МОУ осуществляется на основании решения городской медико-психолого-педагогической комиссии. Это дети имеют определённые проблемы в физическом развитии (различной степени в зависимости от тяжести заболевания), имеющие статус ребенок-инвалид, с диагнозом ДЦП.

В детском саду при участии воспитателей, медицинских работников, специалистов: учителя-логопеда, педагога-психолога, инструкторов по физической культуре, музыкального руководителя обеспечивается коррекция физического, психического и речевого развития детей с учетом индивидуальных особенностей развития каждого воспитанника. Образовательная деятельность по коррекции физических нарушений проводится в форме групповой, подгрупповой и индивидуальной работы. Продолжительность индивидуальной и подгрупповой работы зависит от диагноза, возраста, индивидуальных и психофизических особенностей развития ребёнка.

В нашем детском саду созданы необходимые условия для работы с ребёнком ДЦП:

1. В помещениях группы комбинированного вида, спортивного и музыкального залов, кабинетов педагога-психолога и учителя-логопеда создана развивающая предметно – пространственная среда (безопасная, комфортная, соответствующая возрастным особенностям развития и интересам детей, вариативная, информативная, учитывающая особые потребности воспитанников с ОВЗ).

2. Дети дошкольного возраста успешно копируют толерантное отношение к детям с особенностями в развитии.

3. Имеет значение высокая квалификация и тесное взаимодействие в работе всех специалистов и воспитателей.

В физическом развитии идет тесное взаимодействие всех специалистов детского сада и на каждого возлагаются определённые функции:

Воспитатель группы комбинированного вида осуществляет обеспечение гибкого оздоровительного режима; наблюдение за динамикой развития детей; поддержка задач коррекционно-воспитательной работы; использование оздоровительных технологий; развитие общей и мелкой моторики; ориентировки в пространстве.

Инструктор по физической культуре: работает над развитием мелкой и общей моторики детей, формирует у них правильное дыхание, проводит коррекционную гимнастику по развитию умения напрягать или расслаблять мышечный аппарат, развивает у дошкольников координацию движений. Таким образом, данный специалист решает базовые задачи сохранения и укрепления общего физического здоровья дошкольников, обеспечивает формирование кинетической и кинестетической основы движения, создает необходимые условия для нормализации мышечного тонуса ребенка.

Инструктор по физической культуре (плавание) проводит занятия с целью поддержания необходимого уровня развития двигательных качеств и способностей. Проводимые им занятия на воде повышают устойчивость организма занимающихся, закаляют его, снимают психоэмоциональное напряжение. Занятия плаванием для детей с ДЦП – это обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к воспитаннику с учетом его здоровья, физического развития. У детей отмечается слабость мышечной системы, задержка в развитии двигательных навыков и способностей, сопутствующие заболевания, снижающие уровень физического развития. В начале обучения из-за боязни воды воспитанники чувствуют себя в ней некомфортно: выполняют движения с большими усилиями, поэтому быстро утомляются. В этот период инструктор находится с детьми в воде. По мере того как воспитанники начинают уверенно выполнять осваиваемые ими двигательные действия, метод стандартно-повторного упражнения заменяется методом вариативного упражнения, который сочетают с широким применением игрового метода. Это повышает нагрузку на все мышцы тела. Применение разносторонних упражнений на суше и в воде хорошо влияет на постановку правильного дыхания в воде, улучшение координации других двигательных способностей, увеличение силы и тонуса мышц, улучшение сердечно-сосудистой и дыхательной систем, что в свою очередь вызывает рост и укрепление опорно-двигательного аппарата воспитанника

Формы физического воспитания разнообразны и многогранны, например, такие как:

- Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей в группе и на прогулке
- Физкультурные занятия (в том числе плавание)
- Подвижные игры
- Беседа, рассказы, чтение, рассматривание тематических картин.
- Контрольно-диагностическая деятельность
- Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера
- Утренняя гимнастика
- Спортивные игры, развлечения, праздники
- Музыкальные занятия
- Физкультминутки
- Закаливающие процедуры
- Гимнастика после сна
- Физкультурно-спортивные праздники

Система занятий по физическому воспитанию для дошкольников с нарушением опорно-двигательного аппарата разрабатывается индивидуально инструктором по

физической культуре с учетом рекомендаций медицинского персонала и медицинской документации.

Одним из обязательных условий инклюзивного образования детей с ОВЗ, является взаимодействие с другими детьми в малых группах, что способствует формированию социальных навыков общения и взаимодействия. Поэтому занятия по физическому развитию с детьми (с диагнозом ДЦП) проводятся как в группе детского сада, так и на занятиях по физической культуре в спортивном зале. Форма проведения занятия – групповая, подгрупповая, индивидуальная

В занятия по физической культуре включены упражнения: построение в шеренгу, в колонну друг за другом, ходьба, прыжки, метание, общеразвивающие упражнения, на координацию движений, на развитие равновесия и другие. Проводятся подвижные игры различной степени подвижности, в которых ребенок с ОВЗ принимает участие, в силу своих возможностей.

В комплекс физических упражнений включаются пассивные движения, направленные на тренировку отдельных элементов целостного двигательного акта. Пассивные упражнения повторяются многократно, фиксируя внимание ребенка на их выполнении. Как только ребенок способен совершить хотя бы часть движения, происходит переход к пассивно-активной деятельности.

Ребенок совместно со всеми детьми выполняет упражнения, предлагаемые инструктором по физической культуре. Упражнения выполняются либо с помощью взрослого, либо самостоятельно ребенком в облегченном виде. Более сложные упражнения, которые ребенок не может выполнить даже с помощью, заменяются на другие, более простые упражнения. Например, бег может быть заменен ходьбой, прыжки в длину – прыжками на месте и т.д.

Освоив технику выполнения упражнений у детей с диагнозом ДЦП появляется чувство уверенности в себе. Повышается интерес к занятиям по физической культуре. Ребенок хочет научиться выполнять новые упражнения без помощи взрослого.

Для успешной коррекционно-воспитательной работы в группе необходим комплекс мероприятий, включающий средства физического воспитания. Но физические упражнения быстро надоедают ребенку, дети теряют интерес к занятиям, и просто не хотят заниматься. Как сделать занятия интересными для детей? С помощью использования разнообразного нетрадиционного оборудования.

Для воплощения этой идеи в группе комбинированного вида, был создан Центр двигательной активности. Центр создавался с учетом федеральных государственных образовательных стандартов, занимает половину группы; оборудован гимнастической стенкой и зеркалами, чтоб дети могли следить за своей осанкой и правильностью выполнения упражнений. Все оборудование и материалы доступны, в том числе и для детей с ограниченными возможностями здоровья.

У детей группы комбинированного вида очень насыщенный двигательный режим, и чтобы задействовать разные группы мышц, и не потерять интерес детей к занятиям, было изготовлено много разного нетрадиционного оборудования, которое используется и на занятиях, и в самостоятельной деятельности детей.

Нетрадиционное физкультурное оборудование, изготовленное совместно с родителями:

- Небольшие мячи - мякиши, разработано несколько специальных занятий с мякишами, так же они используются в заключительной части занятия;
- Мешочки для бросания в цель, на расстояние, для развития равновесия;
- Самодельные гантели, частично наполненные песком, на 0,5 и 1 кг, наглухо закрытые;
- Яркие гимнастические палки на каждого ребенка;
- Различные ребристые и массажные дорожки;
- Доска с ребристой поверхностью, устанавливается под разным углом наклона;
- Две лесенки, также устанавливаются с разным углом наклона;

- Скамейка с массажной поверхностью;
- Индивидуальные коврики для профилактики плоскостопия;
- Индивидуальные двусторонние накидки на стульчики по типу аппликатора Кузнецова, с разной степенью жесткости;
- Разные виды круп в мешочках и в небольших контейнерах с мелкими игрушками для развития мелкой моторики рук, и для работы пальцами ног;
- Система обручей для подлезания детей;
- Система подвесных ленточек;
- Система подвесных небольших разноцветных пластмассовых шариков;
- Большое количество крышечек, используются для тренировки всех мышц стопы: крышки разные по размеру и фактуре, мягкости-твердости и др.

Крупные тренажеры:

- Многофункциональный коврик для профилактики и коррекции плоскостопия «Полянка друзей», где придуманная нами игра-сказка сочетается с движениями, так игровая ситуация помогает превратить занятие в увлекательную игру;
- Тренажер «Солнечный круг», в интересной форме с авторскими стихами дети выполняют задания на профилактику плоскостопия, равновесие, прыжки;
- Тренажер-балансир «Следки» для развития равновесия, который с огромным удовольствием используют все дети, хотя изначально изготавливался для детей с ограниченными возможностями здоровья;
- Тренажер-сетка, которую закрепляя на разной высоте укрепляем опорно-двигательный аппарат воспитанников;
- Тренажер для прыжков, лазания, подлезания с регулируемой высотой.

Педагогами изготовлены плакаты, которые помогают детям понять, как правильно двигаться, держать осанку, делать точечный массаж и гимнастику для глаз.

Поддерживая инициативу и самостоятельность детей в выборе физкультурных занятий, воспитатель помогает выбрать нужное оборудование. Например, для тренировки бросков использовать традиционную сетку, которая легко крепится на любой высоте, или использовать легкий и красивый модуль, который можно легко перенести в любое место, а также вынести на улицу. Для разнообразия можно использовать специальный кольцеброс.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов. Чего же мы добились в результате своей работы по физическому развитию воспитанников группы комбинированного вида? Отсутствие плоскостопия и нарушений осанки у здоровых детей и ремиссии у детей с ДЦП. Повышение уровня физического, психического здоровья детей. Снижение количества дней, пропущенных одним ребенком по болезни. При регулярном посещении детского сада, наши дети с диагнозом ДЦП, стали более раскрепощенными, у них повысилась и познавательная активность, и интерес к совместной деятельности не только со взрослыми, но и со сверстниками.

Литература:

1. Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия, ДЕТСТВО-ПРЕСС,2013.
2. Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников, ДЕТСТВО-ПРЕСС,2013.
3. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушениях опорно – двигательного аппарата) – Просвещение, 2006.
4. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ, ДЕТСТВО-ПРЕСС,2012.
5. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников (разработки по коррекции движений) – Речь, 2009.

ПОСТРОЕНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА ОСНОВЕ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЦЕНТРА «МАЛЕНЬКИЕ ЧЕМПИОНЫ»

Пономарева Н.П., Бондаренко И.В., Кочетова Н.Ю.,
МОУ «Детский сад № 220 Тракторозаводского района Волгограда»
Россия, Волгоград

Аннотация: В статье актуализирован процесс создания и организации специальной предметно-пространственной среды. Авторы представляют игровой дидактический материал, направленный на решение образовательных и коррекционных задач. Описаны тематические дидактические игры двигательного характера.

Ключевые слова: инклюзивное образование, предметно-пространственная среда, дети дошкольного возраста, нарушения опорно-двигательного аппарата, тематические игры «футбол».

CREATING THE CORRECTIVE AND DEVELOPMENT ENABLING ENVIRONMENT: AN EXAMPLE OF THE GYMNASIAC CENTER “LITTLE CHAMPIONS”

Ponomareva N.P., Bondarenko I.V., Kotchetova N.Yu.,
Municipal educational institution “Nursery school #220,
Traktorozavodsky District, Volgograd”, Russia, Volgograd

Annotation: The article describes the creation of a specific physical and spatial environment. The authors introduce a number of didactic games designed to reach certain educational and corrective goals. The article describes the games based on physical activity.

Keywords: inclusive education, physical and spatial environment, pre-school children, musculoskeletal disorders, thematic games “football”.

«Образование детей с особыми потребностями является одной из основных задач для страны. Это необходимое условие создания действительно инклюзивного общества, где каждый сможет чувствовать причастность и востребованность своих действий. Мы обязаны дать возможность каждому ребенку, независимо от его потребностей и других обстоятельств, полностью реализовать свой потенциал, приносить пользу обществу и стать полноценным его членом» [7. С. 39].

Выход ФГОС дошкольного образования изменил концепцию педагогического процесса. Ребёнок становится субъектом образования наравне с педагогом, что предполагает построение образовательного процесса с учётом интересов ребёнка

Государственный стандарт ставит перед педагогами задачи:

- обеспечить равный доступ к знаниям вне зависимости от возможностей здоровья, региона и вида образовательной организации;
- сформировать условия для развития личности ребёнка, которые определяются возрастом и творческим потенциалом дошкольников;
- построить содержательно разнообразную программу, которая соответствует образовательным потребностям детей;
- поддерживать семью ребёнка и помогать советом в вопросах обучения и воспитания детей.

Инклюзивное обучение нацелено на формирование доступной среды для получения знаний и навыков. Содержание инклюзивного обучения включается в программу, если

предполагается освоение программы дошкольниками с особыми образовательными потребностями. Инклюзивные группы неоднородны, потому что в них входят дошкольники с разными возможностями здоровья: с нарушениями слуха, зрения и речи, опорно-двигательной системы, задержкой психического развития и комплексными нарушениями развития. Задача воспитателя – помочь дошкольникам с ОВЗ осознать, что они могут наравне со всей группой расти и одерживать новые победы. Образование в условиях инклюзии подразумевает организацию процесса обучения с учётом возрастных и психофизических способностей дошкольников [1,2].

Воспитанники с нарушением слуха невнимательны и замыкаются в себе, не проявляют активность в общении. В процессе обучения и воспитания с глухими и слабослышащими дошкольниками применяются макеты, игрушки, иллюстрации, учебные фильмы, демонстрация действий, воспроизведение наглядных ситуаций и другие приёмы наглядности.

При отборе материала для дошкольников с нарушениями зрения учитываются величина предмета и контрастность цветов. Для слепых и слабовидящих детей проводятся занятия по ориентированию в пространстве, мимике и пантомимике.

Дети с ЗПР с трудом концентрируются и самостоятельно делают задания. Для таких дошкольников постепенно усложняют задания [4,5].

У детей с повреждениями опорно-двигательной системы встречаются нарушения слуха и зрения, интеллекта и речи и наблюдаются судорожные симптомы. При отборе обучающего материала предпочтение отдаётся предметам с выраженной тактильной поверхностью.

Группу дошкольников нашего образовательного учреждения наряду с обычными детьми, посещают дети с ограниченными возможностями здоровья, а именно с диагнозом «Детский церебральный паралич» (ДЦП).

ДЦП относится к разряду сложных заболеваний. Представляет собой комплекс двигательных нарушений, возникающих из-за патологий проводящих путей в головном мозге. Особенностью этого заболевания является то, что детям не только трудно выполнять те или иные движения, но и трудно их ощущать, поэтому у ребенка затрудняется формирование нужных представлений о движении.

У детей данной категории понижен мышечный тонус, замедлено развитие речи, имеются проблемы со слухом, зрением и моторикой, ориентировкой в пространстве, ограничен социальный опыт. У проблемного ребенка и слабое произвольное внимание, а привлечь внимание можно только яркими предметами, пособиями, движениями. И еще одно из главных педагогических требований - игровые пособия должны не только побуждать выполнять игровые действия, но и способствовать общению. Современные стандартные пособия, игры для двигательной активности имеют узкую направленность, не всегда их применение дают возможность увязать дидактический материал с воспитательными задачами [6].

В рамках подготовки и проведения в нашей стране Чемпионата мира по футболу, учитывая особенности возрастной группы детей и воспитанников с ограниченными возможностями здоровья, мы, педагоги МОУ Детского сада №220 разработали проект «Маленькие чемпионы». В рамках которого были созданы авторские дидактические игры, пособия, направленные на ознакомление детей со спортивной игрой в футбол. Использование данных игр и пособий в совместной с педагогом и самостоятельной деятельности детей помогают обеспечивать коррекционно-оздоровительную работу с детьми с данными нарушениями и позволяют:

- способствовать овладению определенными видами двигательно-моторной деятельности;
- исправлять речевые нарушения (речевое дыхание, расширять и обогащать словарный запас);
- развивать психические функции (зрительное, слуховое восприятие, память, внимание);
- формировать навыки ориентирования в пространстве;
- формировать ручную умелость;
- способствовать сохранению физического и психического здоровья детей.

«Воздушный футбол»

Задачи:

- повысить функциональные возможности дыхания у детей;
- способствовать преодолению возрастных недостатков речевого дыхания;
- обучать детей длительному непрерывному выдоху.

Описание: в игре принимают участие от 2х до 4х детей. Игроки, сидя друг против друга сильным длительным выдохом в коктейльную трубочку, должны переместить мяч (скомканная салфетка) на поле соперника и «забить» гол в ворота воздушной струей. Выигрывает тот, кто «забьет» больше мячей.

«Собери футбольную команду»

Задачи:

- Знакомить детей со странами и народами мира, их символикой.
- Расширить знания детей о составе футбольной команды, численности игроков.
- Развивать внимание, память, мышление (умение классифицировать)

Описание: в игре принимает участие от 2х до такого количества игроков, которое соответствует количеству футбольных команд. Каждому участнику предлагается собрать команду футболистов той страны, которая изображена на флаге, ориентируясь на цветовую гамму флага и форму футболистов. Победит тот игрок, который быстрее соберет всю команду(11 футболистов).

«Забей гол»

Задачи:

- Продолжать формировать знания детей о правилах игры в футбол.
- Познакомить с позицией вратаря, основной его миссией-защитой ворот.
- Развивать меткость, силу удара, координацию движений.
- Воспитывать умение адекватно реагировать на победу и поражение.

Описание: количество участников неограниченно. Детям предлагается забросить мяч в одно из круглых, сквозных отверстий, расположенных на «игровом поле» рядом с фигурой вратаря. Каждый игрок фиксирует количество забитых мячей с помощью фишек, выкладывая их на табло.

«Футбольные крестики – нолики»

Задачи:

- Развивать внимание.
- Логическое мышление.
- Координацию движений.
- Мелкую моторику

Описание: в игре принимают участие 2 ребенка. Игрокам предлагается по очереди выкладывать футбольные мячи определенного цвета на игровое поле в один ряд (по вертикали, по горизонтали, по диагонали). Победит тот, кто быстрее выложит футбольные мячи в один ряд.

«Футбольная сенсорная коробка»

Задачи:

- Формировать «тактильные ощущения».
- Способствовать снятию мышечного напряжения.

Описание: в игре принимают участие 1-2 ребенка. Игрокам предлагается отыскать футбольные мячи, запрятанные в коробке с наполнителем(окрашенная, пищевым красителем, крупа). Выиграет ребенок, отыскавший большее количество мячей.

«Зашнуруй футбольные кеды»

Задачи:

- Расширить знания детей о футболе, о характерных особенностях одежды футболиста.
- Развивать мелкую моторику, ручную умелость.

- Стимулировать речевое развитие путем тренировки пальцев рук.

Описание: в игре принимают участие два игрока: мальчик и девочка. Детям предлагается зашнуровать футбольные кеды. Выигрывает тот, кто первый зашнурует и завяжет бантик.

«Футбольный лабиринт с пуговичкой»

Задачи:

- Развивать навыки пространственного мышления.
- Логику.
- Мелкую моторику.
- Координацию движений.

Описание: ребенку предлагается провести пуговичку (футбольный мяч) по лабиринту к назначенной цели, в данном случае

«Футбол с прищепками» (кокер)

Задачи:

• Способствовать формированию умения анализировать ситуацию на игровом поле, быстро принимать решение.

- Развивать быстроту реакции, сноровку.
- Воспитывать дух здорового соперничества.

Описание: в игре могут принимать участие 2-4 ребенка. Детям предлагается, используя свои стержни (палочки для вращения) двигать своих игроков (футболисты-прищепки) для забивания мяча в ворота соперника. Победит команда, забившая больше голов.

«Играем в футбол всей семьей»

Задачи:

• Закрепить правила игры в футбол с помощью пальчиковых фигур футболистов.
• Развивать зрительно-моторную координацию.
• Способствовать развитию коммуникативных навыков, чувство сопереживания за команду.

Описание: количество игроков от 2х до 4х. Детям предлагается забить гол в ворота противника с помощью пальчиковых кукол-футболистов. В комплекте имеется семейная футбольная команда: мама, папа, девочка и мальчик, которые можно взять домой и разыграть матч дома, в семейном кругу.

«Футбол с башмачками»

Задачи:

- Развивать быстроту реакции.
- Сноровку.
- Мелкую моторику.
- Ориентировку в пространстве

Описание: в игре принимают участие два ребенка. Игроки, поместив средний и указательный пальчики в « футбольные башмачки-кеды», ведут мяч к воротам соперника. Победит игрок, забивший большее количество мячей сопернику.

Создание и использование авторских дидактических игр тематической направленности в специально организованной педагогом предметно-пространственной среде и самостоятельной деятельности детей способствовали решению комплексных задач образовательной, воспитательной и коррекционной направленности.

Литература:

1. 1.Архипова Е.Ф. Методы коррекции речевого и психофизического развития у детей с церебральным параличом в раннем возрасте: Кн. для логопеда, воспитателя, родителей детей с ДЦП. - М., 1997.

2. Калижнюк Э. С. Психические нарушения при детских центральных параличах. - Киев, 1987.
3. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технология обучения и воспитания детей с нарушениями опорно - двигательного аппарата. - М., 2001.
4. Максимова С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 1. С. 63-65.
5. Максимова С.Ю. Теоретико-методологическое обоснование интеграционных возможностей физического воспитания / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 5. С. 53-54.
6. Шипицина Л.М., И.И Мамайчук. Детский центральный паралич. - Санкт - Петербург: Издательство «Дидактика Плюс», Москва: Институт
7. Развитие инклюзивного образования: сборник материалов / Составители: Сергей Прушинский, Юлия Симонова.– М.РООИ «Перспектива», 2007.

МЕТОДИКА ИНКЛЮЗИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА

**Ржевский Э.Ю.,
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»,
Россия, г. Волгоград**

Аннотация: В рамках статьи автором затрагивается проблема оптимизации педагогического процесса инклюзивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе дифференцированного подхода. В ней представлена методика, где расписаны ее элементы и структура их взаимодействия.

Ключевые слова: инклюзивное физическое воспитание, дети дошкольного возраста, дифференцированный подход.

THE TECHNIQUE OF INCLUSIVE PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE ON THE BASIS OF A DIFFERENTIATED APPROACH

**Rzhevsky E. Y.
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture»
Russia, Volgograd**

Annotation: The author touches upon the problem of optimization of pedagogical process of inclusive physical education of preschool children on the basis of differentiated approach. It presents a technique, which painted its elements and the structure of their interaction.

Keywords: inclusive physical education, preschool children, differentiated approach.

Важнейшим периодом в жизни человека, когда формируется человеческая личность, закладываются психофизиологические и морфофункциональные компоненты здоровья, является дошкольный возраст [2, 3, 1].

У детей с ограниченными возможностями здоровья инклюзивное дошкольное образование играет особенно важную роль, так как, посещая детский сад с полноценно развивающимися сверстниками, они с самых ранних лет смогут чувствовать себя частью общества свободно общаться с другими детьми, взаимодействовать с ними, а также обладать всеми необходимыми поведенческими и коммуникативными функциями.

Инклюзивное образование направлено на разработку таких педагогических подходов, которые обеспечат гибкость образовательной деятельности для удовлетворения различных образовательных потребностей, тем самым повышая эффективность обучения и воспитания.

Таким образом, в настоящее время особенно актуальна проблема разработки инновационных программ и методик, направленных на оптимизацию совместного обучения и воспитания дошкольников с ограниченными возможностями здоровья и полноценно развивающихся детей.

Нами организована научная работа, в которой мы разработали методику инклюзивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе дифференцированного подхода, направленную на повышение эффективности педагогического процесса.

Результаты нашей научной деятельности показали, что в рамках инклюзивного физического воспитания при дифференциации физических нагрузок для детей с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата и дошкольников, не имеющих отклонений в развитии, эффективность педагогического процесса повышается.

Исходя из основополагающих позиций теории и методики физического воспитания (Л.П. Матвеев 1991), методика представляет собой комплекс ее интегрированных компонентов – целей, задач, средств, методов, форм педагогического процесса и принципов его осуществления, а также контроля его результативности.

Анализ научно-методической литературы и обобщение результатов предварительного эксперимента позволили заключить, что традиционный подход инклюзивного физического воспитания детей дошкольного возраста не позволяет значительно улучшить уровень здоровья, функционального развития и физической подготовленности у детей с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Полученные результаты позволили нам перейти к разработке экспериментальной методики. Ключевой идеей ее организации и осуществления явился дифференцированный подход. Его наличие просматривается в средствах, методах и формах организации педагогического процесса (рисунок 1).

Целью экспериментальной методики являлось повышение эффективности процесса инклюзивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе дифференцированного подхода, а также коррекция отклонений у дошкольников с нарушениями ОДА

Поставленная цель конкретизировалась в следующем ряде задач:

1. Способствовать формированию двигательной базы детей.
2. Развивать основные физические качества ребенка (сила, выносливость, быстрота, координационные способности).
3. Повышать функциональные возможности организма ребенка.
4. Способствовать профилактике простудных заболеваний и укреплению здоровья детей.
5. Содействовать коррекции отклонений у дошкольников с нарушениями ОДА.

Исходя из целей и задач методики, были определены средства, методы и формы педагогического воздействия.

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста нами применялись основные и дополнительные средства педагогического воздействия. Для детей с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата использовалась корригирующая гимнастика и ЛФК.

В качестве основного средства были использованы основные виды движений: ходьба, бег, прыжки, метание и броски мяча, лазанье по гимнастической стенке и ползание по скамейке, подчиненные дифференцированному подходу.

Для детей с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата, при выполнении физических упражнений параметры нагрузки уменьшались по объему и интенсивности, в зависимости от того, какое качество развивалось.

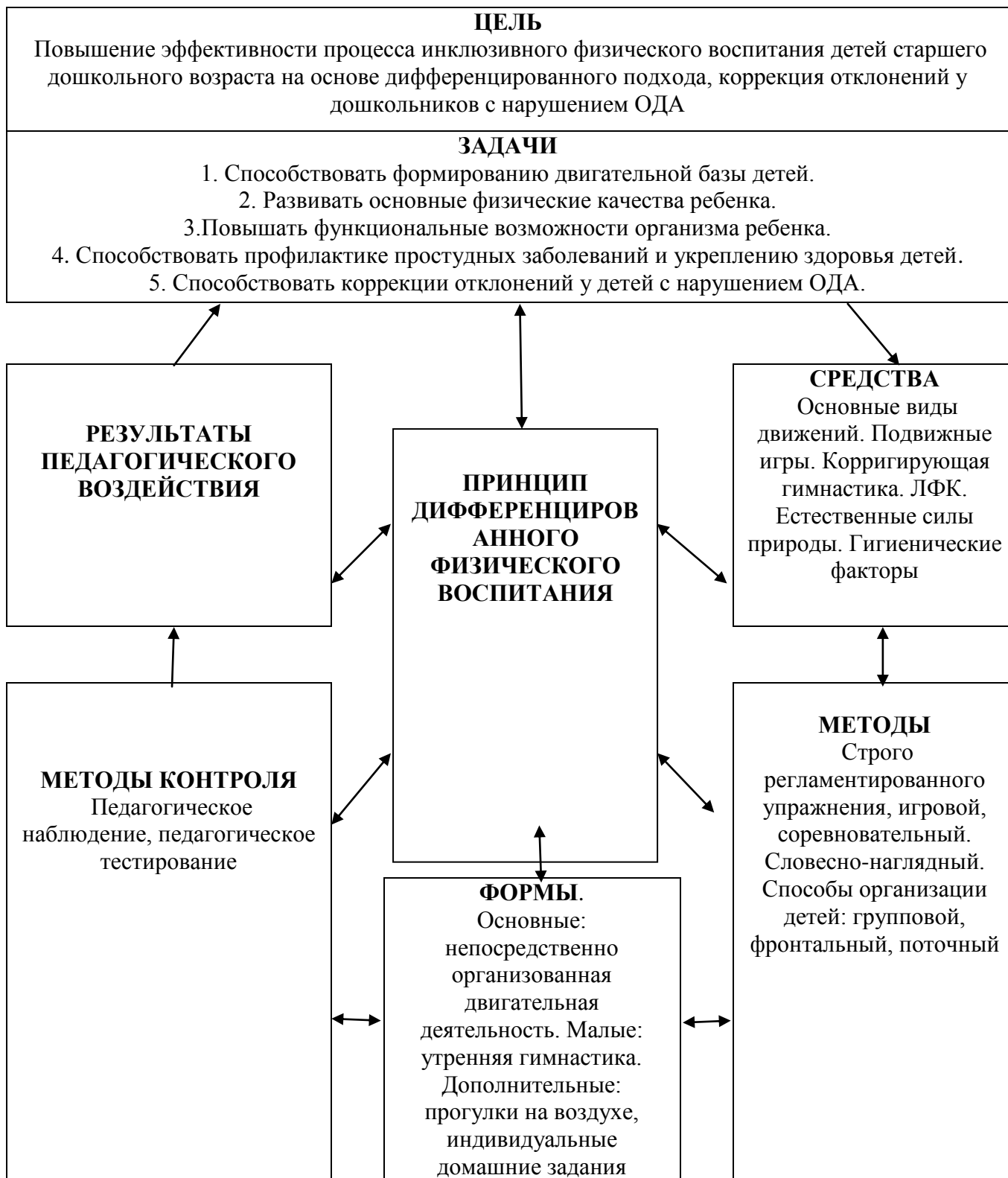


Рис. 1. Структура экспериментальной методики

Вторую группу средств составили подвижные игры, которые имели продолжительность 7-8 минут и предусматривали закрепление основных видов движений. Также подвижные игры использовались с учетом характера воздействия на те или иные физические качества.

В качестве дополнительных средств при проведении физкультурных занятий использовались естественные силы природы в сочетании с двигательными действиями. Также учитывались гигиенические факторы.

Нами применялись как специфические, так и общедидактические методы. Основными методами обучения двигательным действиям являлись показ и объяснение. При развитии физических качеств и освоении новых видов движений нами применялся специфический метод строго-регламентированного упражнения, подчиненный дифференцированному подходу.

Игровой метод имел место при проведении подвижных игр. Соревновательный метод применялся нами при проведении эстафет на физкультурных занятиях.

В качестве основной формы организации педагогического процесса использовались физкультурные занятия на основе дифференцированного подхода. В старшей возрастной группе занятия физкультурой проводились 3 раза в неделю продолжительностью 25-30 минут и состояли из подготовительной, основной и заключительной части.

Утренняя гимнастика, как малая форма организации педагогического процесса, проводилась ежедневно продолжительностью 10 – 15 минут. В качестве дополнительных форм организации двигательной активности нами использовались прогулки на свежем воздухе продолжительностью 25-30 минут и индивидуальные домашние задания.

Основополагающей закономерностью функционирования разработанной методики является принцип дифференцированного физического воспитания. Он основывается на дифференциации физических нагрузок для детей с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата и дошкольников, не имеющих отклонений в развитии.

Применение данного принципа обеспечивает положительное влияние на здоровье детей, показатели физической подготовленности и функциональное состояние детского организма, а также способствует коррекции отклонений у детей с нарушением ОДА.

Весь педагогический процесс заканчивается контрольно-оценочной процедурой, которая определяет эффективность процесса физического воспитания детей старшей возрастной группы и корректирует средства и методы в случае необходимости.

Анализ научно-методической литературы и обобщение собственных наработок позволили разработать методику инклюзивного физического воспитания для детей с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата и дошкольников, не имеющих отклонений в развитии на основе дифференцированного подхода.

Выше представленные наработки позволяют увидеть, что разработанный процесс характеризуется целостностью задач, средств, методов, форм и принципов его осуществления, а также контроля его результативности, взаимодействие которых позволит достичь поставленных целевых установок.

Специфической особенностью экспериментальной методики является возможность в рамках инклюзивного физического воспитания дифференциации физических нагрузок для детей с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата и их полноценно развивающихся сверстников.

Литература:

1. Максимова, С.Ю. Система адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой психического развития на основе музыкально-двигательной деятельности: автореф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.04/- Волгоград, 2014.- 46 с.

2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1991. — 543 с, ил.

3. Фомина, Н.А. Физическое воспитание детей дошкольного возраста на основе системы сюжетно-ролевой ритмической гимнастики: автореферат дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Адыг. гос. ун-т. - Майкоп, 2004. - 50 с.

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ ПРИКЛАДНОГО ПЛАВАНИЯ

**Сими́на Т.Е., к.п.н.,
ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г.В. Плеханова», Россия, г. Москва;
ГБОУ Школа № 1368 ОП № 3, Россия, г. Москва
Залы́гина Т.А.,
Почетный работник общего образования Российской Федерации,
Отличник народного просвещения,
ГБОУ Школа № 1368 ОП № 3, Россия, г. Москва**

Аннотация: в настоящее время наблюдается тенденция ухудшения состояния здоровья детей дошкольного возраста. Занятия плаванием обладают высоким оздоровительным эффектом и позволяют эффективно развивать основные физические качества и повышать уровень плавательной подготовленности. Реализация проектной деятельности с использованием элементов прикладного плавания позволяет сформировать навыки безопасного поведения на воде и у водоема у детей дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, нарушения опорно-двигательного аппарата, прикладное плавание, проектная деятельность

FORMATION OF BASICS OF SAFE LIFETIME IN CHILDREN WITH DISORDERS OF SUPPORT-MOVING APPARATUS ON THE BASIS OF USING APPLIED FLOATING ELEMENTS

**Simina T.E., Ph.D.,
Candidate of Pedagogical Sciences
FGBOU IN "RER them. G.V. Plekhanov, Russia, Moscow;
GBOU School № 1368 OP № 3, Russia, Moscow
Zalygina T.A.,
Honorary worker of general education of the Russian Federation,
Excellence in public education
GBOU School № 1368 OP № 3, Russia, Moscow**

Annotation: At present, there is a trend of deterioration in the health status of preschool children. Swimming classes have a high healing effect and allow the effective development of basic physical qualities and improve the level of swimming preparedness. The implementation of project activities using elements of applied navigation makes it possible to develop skills of safe behavior on the water and in the reservoir in pre-school children with disorders of the musculoskeletal system

Keywords: preschool children, disorders of the musculoskeletal system, applied swimming, project activity

В настоящее время в Российской Федерации наблюдается выраженная тенденция ухудшения состояния здоровья, снижения уровня физического развития и функциональных возможностей детей дошкольного возраста и учащейся молодежи [1].

Данные НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков свидетельствуют о том, что число практически здоровых и относительно нормально физически развитых детей дошкольного возраста в настоящее время не превышает 10% от общей выборки популяции [3]. Более чем у 70% детей отмечаются функциональные нарушения опорно-двигательного аппарата, которые в школьном возрасте из-за все более увеличивающейся статической

нагрузки на неокрепший позвоночный столб еще более усиливаются [1]. В связи с этим, проблема коррекции и профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного возраста сохраняет свою актуальность. Так же статистические данные свидетельствуют о том, что первый пик несчастных случаев на воде приходится именно на дошкольный и младший школьный возраст. Поэтому очень важно, чтобы дети дошкольного возраста не только умели плавать, но еще и владели приемами безопасного поведения на воде, умели бы предотвращать возникновение опасных ситуаций, а в случае их возникновения – умело из них выходить.

Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» установлены правовые, организационные, экономические и социальные основы деятельности государства в области развития и функционирования физической культуры и спорта в обществе. Данные правовые основы направляют развитие физической культуры на оздоровление и формирование здорового образа жизни населения, гармоническое воспитание здорового, физически крепкого подрастающего поколения [8].

Занятия физической культурой оказывают положительное влияние на процесс укрепления здоровья детей и на целостное развитие их личности. Среди различных форм двигательной активности занятия плаванием обладают высоким оздоровительным эффектом и позволяют эффективно решать задачи по развитию основных физических качеств у детей дошкольного возраста и повышению уровня плавательной подготовленности [2].

При плавании нагрузка на основные мышечные группы туловища, ног, рук распределяется равномерно. Это благотворно сказывается на развитии детского организма в целом. К тому же, занятия плаванием положительно сказываются на укреплении у детей дошкольного возраста центральной и периферической нервной системы, развитии адаптивных свойств и повышении функциональных возможностей основных систем организма.

В воде уменьшается статическое напряжение тела, в результате чего формируется правильная осанка, поэтому именно занятия плаванием рекомендуют всем детям с нарушениями осанки. Активные движения ногами в воде в безопорном положении укрепляют своды стоп и предупреждают развитие плоскостопия. При плавании происходит чередование напряжения и расслабления разных мышц, что положительно сказывается на развитии силовых качеств и повышении общей работоспособности.

Занятия плаванием оказывают благотворное влияние и на формирование личности ребенка. Одновременно с обучением плаванию дети осваивают гигиенические умения и навыки самообслуживания. Таким образом, занятия плаванием, а также выполняемые в воде различные физические упражнения способствуют гармоничному физическому развитию, стабилизации и эффективной коррекции функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата, имеющих у детей [5, с. 20].

Цель работы: сформировать навыки безопасного поведения на воде и у водоема у детей дошкольного возраста, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата.

С этой целью в дошкольной образовательной организации была реализована проектная деятельность на тему «Основы безопасного поведения на воде и у воды». Участниками ее являлись дети дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата (16 человек в возрасте 5 лет и 18 человек в возрасте 6 лет), воспитатель группы, инструктор по физической культуре (плавание), методист образовательной площадки. Дошкольники были ознакомлены с тем, что бездумное поведение и шалости на воде таят в себе определенную опасность для каждого человека, что требует от него особого поведения, обеспечивающего его безопасность.

Проектная деятельность была реализована в три этапа. На первом этапе был проведен комплекс занятий на тему «Формирование навыка использования подручных и вспомогательных плавательных средств у детей дошкольного возраста». Главной задачей на данном этапе являлось обучение детей навыкам по использованию подручных и вспомогательных плавательных средств (пустые бутылки-поплавки, бревна, широкие доски и т.п.) для преодоления водных преград в условиях похода. Также с детьми отрабатывались

умения и навыки транспортировки легких плавучих грузов и тяжелых предметов (5л бутылок с водой и т.п.) как самостоятельно, так и с использованием плавучих средств.

На втором этапе был реализован комплекс занятий на тему «Приемы оказания помощи и транспортировки «уставшего» на воде». На третьем этапе дошкольники осваивали «Основные приемы плавания в сложных ситуациях».

Занятия плаванием в дошкольной образовательной организации проводятся по авторской программе «Обучение плаванию детей от 3 до 7 лет с функциональными нарушениями опорно-двигательного аппарата» (автор Т.Е. Сими́на). Данной программой предусмотрено освоение воспитанниками всех способов плавания, а также различных элементов прикладного плавания [4, с. 102; 7, с. 280]. Помимо формирования навыка плавания, уже самого по себе являющегося прикладным и жизнесберегающим, дошкольники учатся основам поведения у водоема и в воде в различных сложных ситуациях, которые могут возникнуть, а также умению предотвращать их возникновение. С дошкольниками были проведены беседы на темы: «Правила поведения у водоема», «Правила безопасности на воде», «Правила оказания помощи «уставшему» на воде», «Правила поведения в сложных ситуациях».

В процессе занятий дети осваивали плавание на ногах без помощи рук, на руках без помощи ног, а также прорабатывали ситуации при возникновении «судороги в ноге» или «боли в руках», когда элементы такого плавания могут сохранить жизнь. Кроме того, дети учились проплыть и проныривать через «водоросли» и освободиться от них, под водой на глубокой части бассейна доставая при этом со дна тонущие предметы. Воспитанники учились плавать парами, тройками с использованием одного или двух поддерживающих средств, а также учились взаимодействовать в команде. Дошкольники осваивали плавание в одежде, учились освободиться от нее под водой, плавали с рюкзаком за спиной, транспортировали тонущие и плавучие грузы и предметы: бутылки с водой, «ценное письмо», коробок спичек, «факел». При выполнении данных упражнений, у детей в обязательном порядке учитывался характер имеющихся у них нарушений опорно-двигательного аппарата и обязательно чередовались нагрузки, выполняемые то одной, то другой рукой. Дети учились транспортировать «уставшего» на воде с помощью плавучих предметов и без них [6, с. 95]. Освоенные воспитанниками элементы прикладного плавания закреплялись при проведении практических тематических досугов «В поисках пиратских сокровищ», «Отправляемся в поход», «По заданиям Нептуна», а также на водно-спортивных праздниках.

В результате реализации данного проекта у 88% детей 5 лет и у всех детей 6 лет были сформированы навыки плавания с использованием вспомогательных и поддерживающих средств. Приемы транспортировки «уставшего» на воде освоили 56% детей 5-ти лет (с использованием поддерживающих средств) и 78% детей 6-ти лет без поддерживающих средств. Основы плавания в сложных условиях освоили 63% детей 5-ти лет и 89% - 6-ти лет.

Таким образом, проектная деятельность, проведенная с детьми 5-ти и 6-ти лет, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата, позволила сформировать у них основы безопасной жизнедеятельности при нахождении в воде и у водоема. Данный проект способствовал выработке у них чувства ответственности за свою жизнь и здоровье. Итогом проектной деятельности явилось то, что все дети дошкольного возраста повысили уровень плавательной подготовленности и приобрели необходимые навыки по сохранению своей жизни на воде.

Литература:

1. Безруких М.М. Здоровьеформирующее физическое развитие. Развивающие двигательные процессы для детей 5-6 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений / М.М. Безруких. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 190 с.
2. Нарский Г.И. Система профилактики и коррекции отклонений опорно-двигательного аппарата у детей дошкольного и школьного возраста средствами физического

воспитания: дис. ... д-ра пед. наук / Г.И. Нарский. – М., 2003. – С. 5.

3. О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения. (Письмо Управления дошкольным образованием Минобразования России от 14.03.2000, № 65/23-16). // Дошкольное воспитание. - 2000. - № 5. – С.145-149.

4. Сими́на Т.Е. Учим плавать детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата [Текст] / Т.Е. Сими́на // Дошкольное воспитание. – 2009. - № 2. – С. 101-112.

5. Сими́на Т.Е. Обучение плаванию детей 4-6 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата: автореф. дис. ... канд.пед.наук / Т.Е. Сими́на / Московский городской педагогический университет Комитета образования Правительства Москвы, Москва, 2010. – 24 с.

6. Сими́на Т.Е. Праздник на воде, посвященный Дню космонавтики. Для детей 5-8 лет [Текст] / Т.Е. Сими́на // Дошкольное воспитание. – 2017. - № 3. – С. 93-96.

7. Сими́на Т.Е. Инновационные технологии оздоровления детей дошкольного возраста с функциональными нарушениями опорно-двигательного аппарата при обучении плаванию / Т.Е. Сими́на // В сборнике: Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения: Материалы научно-практической конференции с международным участием. Московский городской педагогический университет, Педагогический институт физической культуры и спорта. – 2013. – С. 279-282.

8. Федеральный закон Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» «Российская газета» - Федеральный выпуск № 4539 от 8 декабря 2007 г.

КОРРЕКЦИЯ ПСИХОРЕЧЕВЫХ НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ПРОЦЕССЕ СПЕЦИАЛЬНО ОРГАНИЗОВАННОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Черных Г. Ю., Желудкова А. В.,
МОУ «Детский сад № 325 Кировского района Волгограда»,
Россия, Волгоград**

Аннотация: В тексте статьи рассматриваются вопросы психоречевой коррекции у детей с ограниченными возможностями здоровья через специально организованные формы двигательной деятельности. Авторами статьи приведены средства инновационных технологий психоречевой коррекции.

Ключевые слова: психоречевая коррекция, дети с ограниченными возможностями здоровья, игровая деятельность.

CORRECTION OF PSYCHO-SPEECH DISORDERS IN CHILDREN WITH DISABILITIES IN THE PROCESS OF SPECIALLY ORGANIZED MOTOR ACTIVITY

**Chernykh G. Yu., Zheludkova A.V.,
MOU "Kindergarten № 325 of the Kirovsky district of Volgograd"
Russia, Volgograd**

Annotation: The article deals with the issues of psycho-speech correction in children with disabilities through specially organized forms of motor activity. The authors of the article show the means of innovative technologies of psycho-speech correction.

Keywords: psycho-correction, children with disabilities, game activity.

В настоящее время все более актуальной становится проблема профилактики и медицинской, психолого-педагогической и социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями. Основной задачей их обучения и воспитания является социальная адаптация и интеграция в общество, включение в общественно-полезную деятельность [1].

При всем разнообразии врожденных и рано приобретенных заболеваний и повреждений у большинства больных детей наблюдаются сходные проблемы. Часто ведущим в клинической картине является двигательный дефект (задержка формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двигательных функций). У многих детей с нарушением движений имеются отклонения в развитии сенсорных функций, познавательной деятельности, что связано с органическим поражением нервной системы. Очень часто отмечаются речевые нарушения, которые имеют органическую природу и усугубляются дефицитом общения. Поэтому эти дети помимо лечебной и социальной помощи нуждаются также в психолого-педагогической и логопедической коррекции.

Коррекционная направленность занятий предполагает исправление двигательных, речевых, поведенческих расстройств, нарушений общения, недостаточности высших психических функций.

Помимо специально организованных занятий с дефектологом, логопедом, психологом, инструктором по физической культуре, музыкальным руководителем, коррекционная работа проводится и в свободной деятельности. Мы стараемся через систему игр и игровых упражнений корректировать нарушения двигательной сферы, речевые и коммуникативные расстройства.

Важное место в этом вопросе занимает организация коррекционного игрового пространства.

Так в игровой комнате был установлен спортивный комплекс с лесенкой, горкой, турником, канатом, мячами. Навыки ползания, общая координация движений и одновременно коррекция страхов темноты и замкнутого пространства отрабатывалась в играх со специальным матерчатым туннелем, сшитым из темной ткани и надетым на обруч. Легкие, но достаточно большие строительные блоки, обклеенные картонные коробки, покрывала, деревянные рамки, ширмы, мебель групповой комнаты позволили изменить границы и конфигурацию пространства группы. Все это переоборудовалось по желанию детей и обыгрывалось в играх («Корабль», «Крепость», «Замок» и др.). Специально изготовленные психологические норки и самостоятельно построенные детьми домики создавали не только ощущение защищенности, служили атрибутами для игры, но и позволяли реализовать творческую и речевую активность, ведь *строить дом для ребенка все равно, что строить самого себя.*

Разнообразные графические изображения на полу, стенах, подоконниках (волнообразные и зигзагообразные линии, традиционные классики, следы зверей и птиц, клавиши пианино и др.) стимулировали двигательную и игровую активность, показывали новые возможности движений и действий (так ходит медведь, это зайчик проскакал, а это змея проползла). Боксерская груша в группе, мягкие стенки, обитые толстым поролоном по росту ребенка, пластиковые бутылки с песком для пинания, не только тренировали мышцы ног и рук, но и помогали снять чрезмерное мышечное напряжение, выразить чувство гнева, враждебности.

В качестве нестандартной среды для игр мы использовали песок и воду. Песок и вода не имеют структуры и могут превратиться по желанию ребенка во что угодно: в поверхность луны, пляж, бассейн – возможности здесь безграничны. Не существует правильного или неправильного способа игры с песком и водой, поэтому ребенок всегда уверен в успехе. По нашим наблюдениям, это особенно полезно для детей с ограниченными возможностями, замкнутых, неуверенных в себе, не принимающих игр с игрушками, с несформированными игровыми действиями, непонимающих символизма игрового пространства. Подобное оборудование групповой комнаты позволило нам не только

активизировать двигательную, творческую и речевую активность детей, но и обеспечило постоянную физическую нагрузку, поддерживающую психофизический тонус, способствовало снятию мышечного и эмоционального напряжения.

Саша Д., с остаточными явлениями ДЦП, осваивал навыки хождения по лавочке, горке, прыгивания. Сначала он пытался прыгнуть с кубика очень маленькой высоты 10 – 15 сантиметров, после – со скамейки, судорожно сжимая руку взрослого, отходя и возвращаясь вновь и вновь, а затем уже прыгал с любых предметов, дающих такую возможность, с детского стульчика и даже со столика. При этом он издавал такие победные возгласы и призывал взрослых оценить его успех, что было видно: это его победа, преодоление своего страха. Очень популярны у ребят игры с матерчатым туннелем. Они проползали по нему туда и обратно бесчисленное количество раз, смеясь, толкаясь, демонстрируя самые разнообразные способы прохождения туннеля: на животе вперед головой, на спине вперед ногами, на корточках, сильно согнувшись. Кто-то с большой осторожностью, после нескольких заходов, а кто-то, получая удовольствие от сидения внутри туннеля. Игры с туннелем служили преодолению чувства страха перед замкнутым пространством или темным помещением, неизвестностью, новым объектом, способствовали развитию уверенности в себе, разрешению внутреннего конфликта «могу-не могу», преодолению себя.

Сонечка В. с явлениями детского аутизма, до этого избегающая всякого общения, впервые стала взаимодействовать с ребенком сидя в большой корзине, практически полностью скрывающей ее. Второй ребенок находился в такой же корзине, и, сдвинутые вместе, эти два ограниченных, замкнутых «мира» дали возможность преодолеть страх общения. Дети перебрасывали мячики из корзины в корзину, смеялись, глядя друг на друга. Тот, кто работал с аутичными детьми, знает, какой это скачок, прогресс в развитии, когда ребенок становится способным не только обращаться ко взрослому, но и взаимодействовать со своим сверстником, приняв игровую ситуацию, словесно отдавая инструкцию.

Пространство для дидактических и сюжетно-ролевых игр. В этом пространстве дети сами или с помощью педагогов могут организовать себе место, напоминающее им дом, больницу, пожарную часть и т. д., развернуть игру, проживая различные чувства: радость, тревогу, гнев, сопереживание. Они смогут строить отношения с другими детьми и взрослыми. Здесь есть мягкие игрушки, куски ткани, куклы, большие мягкие подушки, легкие, но достаточно большие кубы, строительные блоки для построек в полный рост ребенка.

Необходима организация пространств для подвижных и спортивных игр, различных видов игр с мячом, телом (борьба, бокс, фехтование, сухой бассейн, боксерская груша, надувные палицы, различные виды массажеров). Игры используются на любых видах занятий с целью переключения одного вида деятельности детей на другой. Они занимают короткий промежуток времени в начале и конце занятий. Дети легко и быстро запоминают правила и следуют им во время игр: нельзя делать больно себе и другому, нельзя ломать то, что построили другие. Все игры сопровождаются специально подобранным речевым материалом.

Наиболее востребованы у детей на занятиях такие игры, как «Бокс», «Борьба», «Фехтование». Они используются в ходе занятия, когда педагог замечает сильное эмоциональное возбуждение детей. Взрослый предлагает «Хотите бороться? Сколько времени вам надо на борьбу? Одну минуту? А как вы будете бороться? (Например, нельзя пинать ногами, нельзя бить по лицу и т.д.). Готовится место и по команде «Начали!» дети начинают борьбу.

Игры «Стена» и «Башня» пользуются большой популярностью у расторможенных, гиперактивных детей, так как помогают снять напряженность, выработать терпение, умение ждать, ограничивать свою импульсивность, умение работать по сигналу, соблюдать правила, помогают переформированию отрицательных эмоций в положительные, ставят детей в ситуацию успеха. «Стена строится из мягких модулей. Дети выстраиваются в

шеренгу за 4-5 метров от нее. Предварительно оговариваются правила, например: «Чем будем разрушать стену: руками, ногами, спиной, грудью, кулаками?». Вместе считаем до трех – это дает возможность детям контролировать свои действия, учит ждать и сдерживать свой порыв.

Раз, два, три, четыре, пять,
Стенку будем разрушать.
Нам преграда нипочем,
Стенку мы толкнем плечом.

Близко у стены не стой,
Разрушать будем спиной.
Упираемся руками,
Стену мы толкнем ногами.

После «разрушения» стены дети сами восстанавливают ее, игра повторяется. Нередко после этого приема возрастает речевая активность, повышается работоспособность.

В играх с мелкими предметами, мозаикой, конструкторами нормализуется состояние мелких мышц руки, развивается зрительно-моторная координация. Наряду с традиционными приемами – копирование, обводка, рисунки по опорным точкам, пальчиковые игры – мы широко используем нетрадиционные формы работы. Одна из них - пластилинотерапия, как элемент подготовительной работы для постановки звуков.

На первых занятиях каждого нового исправляемого звука учитель-логопед совместно с детьми лепит (моделирует) пластилиновый язычок и губы (разной формы, в зависимости от корректируемого звука). Использование данной технологии способствует развитию моторики, координации движений, гибкости и точности выполнения действий. Во время лепки у ребенка развивается мелкая моторика рук, совершенствуются мелкие движения пальцев, что, в свою очередь, влияет на развитие речи и мышления.

Выполняя модели из пластилина, дети стимулируют рецепторные зоны кистей обеих рук, а их регулярная тренировка (нажатие подушечек пальцев на пластилин) оказывает стимулирующее воздействие на развитие речи. При разминании пластилина рукам передаются его тепло и мягкость, эти ощущения переходят к мышцам языка (расслабление, подготовка к выполнению упражнений на развитие мышц артикуляционного аппарата). Родители активно включаются в изготовление аппликаторных слепков, которые дети используют в дальнейшем на занятиях, а значит, появляется еще одна возможность для речевого общения ребенка.

Таким образом, «чем лучше у ребенка развита моторика, тем лучше у него будет развита речь» (В.М. Бехтерев). В свою очередь, при повышении тонуса речевой зоны опосредованно возникает возбуждение в двигательной зоне коры, что благотворно влияет на двигательную активность детей.

Литература:

1.Максимова С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 1. С. 63-65.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ГИМНАСТИКИ ЦИГУН В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ С ДЕФИЦИТОМ ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ

**Чуфарнова Н.А., Пермякова М.А.,
МОУ «Детский сад № 235 Краснооктябрьского района Волгограда»
Россия, Волгоград**

Аннотация. В тексте статьи подводятся наработки, позволяющие использовать гимнастику цигун в практике работы с детьми с дефицитом внимания.

Ключевые слова: синдром дефицита внимания, гиперактивность, гимнастика цигун.

THE USE OF QIGONG EXERCISES IN THE PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN WITH ATTENTION DEFICIT AND HYPERACTIVITY

Chufarnov N. A. Permyakova, M. A.
MOU "Kindergarten № 235 of Krasnooktyabrsky district of Volgograd»
Russia, Volgograd

Annotation. The text of the article summarizes the developments that allow the use of gymnastics qigong in the practice of working with children with attention deficit.

Keywords: attention deficit disorder, hyperactivity, qi Gong.

Синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) – медицинский диагноз и особенности психики некоторых деток. К проявлению гиперактивности относят излишнюю импульсивность и повышенную активность. Дефицит внимания проявляется: невозможностью сосредоточиться, рассеянностью. Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми решениями. Эффективные результаты достигаются в сочетании медикаментозных, психологических и педагогических методов, один из которых упражнения. Особое внимание необходимо обратить на работу психологов и педагогов [1,2].

В работе с гиперактивными детьми неоценимую помощь оказывают расслабляющие упражнения. В своей работе по физическому воспитанию педагоги используют как традиционные, так и нетрадиционные, то есть не принятые, не распространенные в нашей стране виды физических упражнений расслабляющего характера [3].

Одной из такой методик является гимнастика «Цигун».

Гимнастика Цигун – это древнекитайская лечебная методика, оздоровительная система. Эта гимнастика учит правильному управлению дыханием, расслаблению, успокоению. Данная методика благотворно влияет на нервную систему. Это особо актуально, поскольку большинство заболеваний имеет неврологическую основу.

Упражнения Цигун – это одна составляющая часть, вторая составляющая – это дыхание.

Цигуном можно заниматься с самых малых лет. Необходимо отметить, что дыхание – это очень важно. Для этого педагог должен как можно громче вдыхать и выдыхать, чтобы дети могли все повторить. Так же необходимо объяснить, что дышать они должны спокойно. То есть необходимо детей научить правильно дышать: вдыхать носом с увеличением объема живота «надуваем животик», а выдыхаем ртом резко «сдуваем» животик.

В работе с детьми дошкольного возраста конечно, можно использовать не все упражнения. Но существует ряд упражнений, которые могут выполнять и дошколята. (ниже приведены упражнения, которые используются в практике)

«Подъем неба»

1. Стойте прямо, ноги вместе.
2. Руки опущены вниз, внутренняя часть ладони смотрят в пол, пальцы друг на друга.
3. Одновременное поднятие рук прямо и вверх.
4. Ладони в процессе поднятия вверх оказываются внутренней частью к потолку.
5. Удержание невидимой сферы.
6. Плавное разведение рук в разные стороны.
7. опустить вниз, вернуться в и.п.

«Поддерживание луны»

1. И.п. руки опущены, ноги на ширине плеч.
2. Опускаем туловище вниз, спина прямая, голова и спина на одной линии.
3. Руки опущены вдоль ног.
4. Руки выпрямить в локтях и поднять перед собой, медленно распрямляя спину.
5. Поднимаем вверх голову.
6. Над головой руки переворачиваются внутренней стороной ладоней вверх к потолку.
7. плавно разводим руки в стороны, одновременно опуская вниз.

«Змея танцует»

1. О.с.
2. Шея прямая, взгляд перед собой.
3. Ладони скрестите у себя на затылке, оба локтя отведите назад, за свою шею.
4. Сделайте вдох и медленно сделать полукруг вправо бедрами.
5. Выдохните и «дочертите» полукруг (повтор в левую сторону).

«Ци» - это биологическая энергия, «гун» - это работа, труд. Поэтому в узком смысле цигун – это работа с энергией.

1. Упражнение для головы и шеи. Медленно повернуть голову влево – вдох. Медленно повернуть голову вправо – выдох.

2. Упражнение для глаз. Медленно поднимите глаза вверх – вдох, опустите вниз – выдох. Медленно поверните глаза влево – вдох, вправо – выдох.

3. Упражнение для рук. Встать прямо, ноги на ширине плеч, кисти перед грудью. Сначала, держа кисти повернутыми в сторону тела, сделайте небольшой круг руками – вдох. Пальцы при этом плотно сжаты. Затем большой круг кистями и руками, плавно разжимая пальцы – выдох.

4. Упражнение для туловища. Встать, слегка согнув ноги в коленях и вытянув руки горизонтально перед собой так, чтобы ладони были повернуты наружу. Медленно поверните туловище влево, держа голову прямо – вдох. Медленно поверните корпус вправо, держа голову прямо – выдох. (20 раз)

5. Упражнение для ног. Медленно поднимите и опустите правую ногу – вдох. Медленно поднимите и опустите левую ногу – выдох. (20 раз)

Так же могут использоваться дыхательная гимнастика Цигун в промежутках между упражнениями, или в другие режимные моменты. Целью данного комплекса является релаксация, оздоровление, расслабление всего организма.

«Давайте закроем глаза и представим себе, что мы находимся на лесной полянке. Кругом поют птички, журчат ручейки. Посредине поляны горит костер, мы сидим, дышим ровно и спокойно. Протягиваем руки вперед, чтобы согреть их. (Дети протягивают руки)

Нашим ручкам тепло. А теперь, давайте потрем ручки и согреем наш лобик, чтобы у нас не болела головка. (Дети выполняют)

А теперь давайте потрем ручки и согреем ушки...»

Литература:

1. Арципенская И.Л. Работа с гиперактивными детьми в детском саду. / Арципенская И.Л. – М. 2003, 157 с.
2. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. / Сиротюк А.Л. – м.: ТЦ Сфера, Речь 2006.
3. Пассольта М. Гиперактивные дети коррекция психомоторного развития : учебное пособие / под редакцией М. Пассольта. – М: Академия, 2004 – 59 с.

ВЛИЯНИЕ РИТМИКИ НА КОРРЕКЦИЮ РАССТРОЙСТВ СЛУХА И РЕЧИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

**Шатрова С. А. к.п.н., доцент,
ФБГОУ ВО «Волгоградский социально-педагогический университет»,
Левина Л.П. МОУ детский сад № 178,
Россия, Волгоград**

Аннотация: в статье рассматривается влияние коррекционной ритмики на процесс компенсации слухового внимания, воспитание или развитие чувства ритма у дошкольников с расстройством слуха и речи.

Ключевые слова: ритмика, расстройство речи и слуха, коррекция, темп, чувство ритма, слуховое восприятие.

INFLUENCE OF RHYTHMICS ON CORRECTION OF DISORDERS OF HEARING AND SPEECH AT SENIOR PRESCHOOLS

Shatrova S.A., Ph. D., associate professor FBGOU IN

«Volgograd socio-pedagogical University»

Levina L.P., MOU Kindergarten № 178, Russia, Volgograd

Annotation: in the article the influence of corrective rhythmics on the process of compensation of auditory attention, upbringing or development of a sense of rhythm in preschool children with hearing and speech disorder is considered.

Keywords: rhythm, speech and hearing disorder, correction, pace, sense of rhythm, auditory perception.

Ритмика, преподаваемая в учреждениях различного типа, носит разный характер в связи со специальными задачами, связанными либо с подготовкой к разным профессиям (театральные институты, консерватории, хореографические школы), либо с целями лечебно-оздоровительными (специальные школы и лечебные учреждения) [3].

У детей с расстройствами слуха и речи, а также в ряде случаев с общим нарушением моторики имеет свою особую методику и специфические задачи. Главная из них — воспитание и развитие чувства ритма через движение путём развития слухового внимания, пронизывающего все формы упражнений во всех разделах ритмики, и улучшение речи путём воспитания ритма речи.

Если общее нарушение моторики мешает формированию деятельности ребенка, то нарушение ритма речи затрудняет общение с коллективом людей нормально говорящих. Отсюда вытекают указанные ниже задачи, поставленные перед ритмикой.

Воспитание, развитие или восстановление нарушенного ритма в той или иной области (моторной, речевой) приближает ребёнка к среде говорящего коллектива.

Кроме специфических целей работа по ритмике преследует и общевоспитательные: воспитание и развитие внимания (слухового, зрительного и тактильно-вибрационного), памяти, воли, быстроты двигательной реакции.

Все эти качества необходимы для правильного формирования личности ребенка. Они помогут ему более ярко проявить свою индивидуальность. Они обогатят, формирующуюся личность ребёнка, помогая воспринимать всё окружающее и закреплять получаемые впечатления, быстро реагировать на заказ, идущий извне для установления связи с окружающей средой.

В основу всей системы кладётся чувство ритма, которое воспитывается и развивается в детях через движение. Кроме того, нарушенная общая моторика и речь подлежат формированию путём выявления и закрепления ритма в общей моторике и в речи. Итак, ритмика ставит перед собой следующие задачи.

Первая задача. Организация детского коллектива с целью развития навыков движения в коллективе.

Вторая задача.

1) Выработка умения сосредоточивать внимание (слуховое, тактильно-вибрационное, зрительное).

2) Выработка ответной двигательной реакции на звуковой и зрительный раздражители.

3) Развитие памяти (слуховой, зрительной).

4) Развитие волевого импульса (развитие тормозной деятельности, умения переключаться с одной деятельности на другую).

Третья задача заключается в укреплении, развитии и коррекции всего двигательного аппарата.

Сюда входят упражнения на укрепление как отдельных мышечных групп, так и костно-связочного аппарата, упражнения на подвижность связочно-мышечного аппарата, упражнения на расслабление мышечных групп, упражнения, содействующие выработке правильной осанки, упражнения на равновесие и координацию.

Четвёртая задача заключается в воспитании и развитии у детей чувства ритма через движение. Ритмика — двигательная система и исходит из музыки, отсюда вытекают и все разделы основного отдела: темп (скорость), динамика (сила звука), ритмы (сочетание звуков разной длительности).

Понятие о **темпе** преподаётся детям в элементарной форме с целью ознакомления их с разными скоростями: темп марша, бега и другие скорости.

В разделе **динамики** даётся понятие о силе звука, передаваемого разной силой движения. Детям даются задания дифференцировать (различать) сочетания коротких и долгих звуков, передавая их в движении, точно регулируя во времени и пространстве.

Ритмы даются простые, прорабатываются на хлопках, шагах и в драматизированном действии.

В разделе **речевого развития** ведётся работа в плане воспитания навыка воспроизводить речь комплексно: звук, мимика, жест, раскрывая смысл фразы, состоящей хотя бы из одного слова.

Игровой материал в интересной и доступной для них форме закрепляют и автоматизируют пройденный ритмический материал.

Пятая задача заключается в постепенном урегулировании психофизического состояния занимающихся детей и подготовке их к последующей учебной работе или отдыху. Задача эта разрешается упражнениями успокаивающего характера [3].

Ритмические занятия ещё не заняли должного места в образовательном процессе детского сада, а между тем ритмические игры и некоторая часть упражнений могли бы служить воспитателю полезным материалом для организации досуга детей [1].

На *I этапе* детей учат **определению разной скорости чередования звуков**.

Понятие о темпе, т.е. о различной скорости чередования звуков, даётся после того, как дети научились определять присутствие звучания и момент прекращения его.

Темп дети первоначально прорабатывают на простых движениях: хлопками, на барабане, с флагом и т. п., затем движениями ног на месте, на ходьбе и беге. Таким образом дети получают представление о двух темповых скоростях: нормальной ходьбе и беге.

В дальнейшем ведётся работа над более углублённой дифференцировкой темпа.

Усвоив понятия «скоро» и «медленно» в движении, дети начинают правильно сопоставлять разный темп движения с соответствующими терминами.

Особенно важно соблюдение темпа в коллективном движении. Тут отстающим приходится ускорять свой темп, а ускоряющим замедлять.

Вместе с тем детям даётся возможность в ряде индивидуальных упражнений выявлять и свой темп.

Изучение темпа важно для детей с разными формами расстройств речи. Работа над темпом с детьми без слуха (глухонемые и позднооглохшие) вначале ведётся на зрительном анализаторе, а затем на восприятии тактильно-вибрационном. С детьми с комбинированными поражениями, алаликами и тугоухими та же работа ведётся исключительно на слуховом анализаторе.

Упражнения даются сначала вблизи инструмента, затем сидя и стоя вдали от него, на шаге и беге, на различных построениях, а также с предметами (флаг, обруч, мяч, палка).

На *II этапе* развивается **разная сила мускульного напряжения в движении соответственно силе звука**.

Дети усваивают понятия «сильно», «слабо», как понятия относительно большей или меньшей силы мускульного напряжения. Понятие «сильно» и «слабо» соответствуют в звучащем процессе терминам «громко» — forte и «тихо» — piano.

С содержанием понятий «громко» и «тихо» дети знакомятся:

1. Ч е р е з с л у х (имеющие нормальный и сниженный слух).
2. З р и т е л ь н о (глухонемые, позднооглохшие). Дети улавливают разную силу мускульного напряжения в движениях педагога, играющего на рояле, а затем передают её самостоятельно в различных двигательных заданиях — на хлопках, дирижировании и т. п.
3. В и б р а т о р н о . В начале обучения глухонемой ребёнок воспринимает тихое звучание, как отсутствие его. Тактильно-вибрационное чувство ещё мало развито у детей старшего дошкольного возраста.

Постепенно в процессе обучения у ребенка развивается способность ощущать вибрации в звучании и различать их по силе. Этот факт легко проверить, если начать задание не с громкого, а с тихого звучания. Если ребенок дал ответную реакцию условным движением на тихое звучание, значит он его воспринял.

Первоначальные упражнения даются такие, которые технически легко выполнимы в положении стоя или сидя, например, лёгкие движения флагом вниз — на тихое звучание и более сильные взмахи им над головой — на громкое звучание; разные варианты с хлопками. Кроме флажков, дети пользуются барабаном, бубном, обручем. Дальнейшее усложнение упражнений заключается в том, что дети исполняют разные задания с теми же предметами, но уже на шаге.

Следующий этап в работе отличается разным характером шага, например, на громкое звучание дети идут на всей ступне, на тихое — на носках.

Наконец, детям предлагается одно задание для ног, другое для рук, связанное со сменой силы звучания. На «громко» ученики идут, высоко поднимая колени, на «тихо» — останавливаются, давая лёгкие хлопки. Даются упражнения с разными построениями, что приучает детей работать в коллективе.

На III этапе детей знакомят с акцентом – ударением в музыке.

Работа проводится над воспитанием и развитием у детей способности прислушиваться и различать отдельные ударные моменты на фоне звучания равной силы, а затем давать на них ответную реакцию условным движением.

Дети знакомятся с неожиданным акцентом, стоя у самого рояля, ощущая и определяя его сначала зрительно, а затем вибраторно, повернувшись спиной к инструменту, и, наконец, вдали от инструмента, давая ответную реакцию условным движением. Акцент выделяется сильным аккордом в нижнем регистре рояля или сильным ударом на барабанах, или стуком палки о пол.

Детям с различными слухо-речевыми поражениями помогает звукоусиливающая аппаратура.

Детям с нормальным слухом, но с различными формами расстройств речи акцент подаётся с нормальной силой в любом регистре рояля, как обычный акцент в музыке.

Барабан является для детей одним из самых интересных учебных пособий. Детям даются также мячи, обручи, бубны для разнообразия форм упражнений.

Когда дети, стоя или сидя на месте, научатся давать условную двигательную реакцию хлопком, движением ноги, передачей предмета, ловлей мяча и т. п., им можно давать различные перестроения, связанные с акцентом, как условным сигналом к перестройке.

Неожиданный акцент играет роль сигнала к действию, к переходу на другое действие, к прекращению действия или поочерёдному исполнению задания по группам. Упражнения на неожиданный акцент готовят детей к следующим этапам работы над акцентами: метрическим (равномерно повторяющимся) и переходным, столь необходимым в речевой работе.

Равномерно-повторяющийся акцент применяется в ритмической работе с детьми с различными формами расстройств слуха и речи.

На неожиданный акцент дети дают ответную реакцию движением после звучания, так как никогда не знают, когда наступит этот момент. При выполнении же заданий на метрический акцент требуется точное совпадение движения с акцентом, чередующимся через определённые промежутки времени. В этом и заключается его отличие от неожиданного акцента.

Первоначально применяется зрительный показ. Дети смотрят на руки педагога, играющего на рояле или на барабане. Он подчёркивает первый удар, а остальные даёт тихо. Дети говорят «раз» на первый удар, последовательно считают тихие удары до следующего сильного удара.

Этот показ лучше всего даёт возможность объяснить детям, что счёт надо вести только от сильного удара до следующего сильного. После полного усвоения этого нового понятия дети знакомятся с дирижёрскими движениями рук, условно определяющими метрический счёт в $\frac{2}{4}$, и $\frac{4}{4}$. Когда дети овладели этими движениями, т. е. они автоматизировали их, тогда даётся более сложное задание на сочетание шага с движением рук. Цель его — не только координация движений, но и проработка целостного восприятия метрического акцента всем телом.

Такое постоянное акцентирование в движении на ударную часть такта приучает детей ориентироваться в звучащем процессе, давая соответствующее мускульное напряжение в любом двигательном задании.

Работа над равномерно повторяющимся акцентом проводится в разнообразных формах. Дирижирование - только одно из ее видов.

Цель упражнений — развить мускульное чувство в ребёнке для использования его в процессе речи.

На *IV этапе* у ребенка *развивают чувство ритма* через движение, а затем внедрения его в речь.

По мнению Е.А. Медведевой, "...Чувство ритма в своей основе имеет активную природу, всегда сопровождается моторными реакциями. Сущность моторных реакций заключается в том, что восприятие ритма вызывает многообразие кинестетических ощущений, связанных с сокращением мышц языка, головы, челюстей, пальцев ног; с напряжением и расслаблением, возникающими в гортани, грудной клетке и конечностях; с одновременной стимуляцией мышц-антагонистов, вызывающих смену напряжения и расслабления без изменения пространственного положения органа. Большинство вариантов нарушений в развитии детей сопровождаются нарушением ритмических 105 процессов, происходящих в организме [4].

Звучащий ритм рассматривается как сочетание звуков, разных по протяжённости и силе. Для правильной передачи какого-либо звучащего ритма в движении нужно, чтобы:

- 1) скорость движения совпадала с темпом музыки,
- 2) мускульное напряжение в движении совпадало с силой звучания или с даваемым в музыке отдельным акцентом,
- 3) передаваемый движением ритмический рисунок должен точно совпадать с музыкальным ритмом.

Таким путём в детях воспитывается умение дифференцировать разнообразные ритмы. Дети сначала сознательно учатся подчинять свои движения любому ритму, а затем эти движения автоматизируются.

Развиваемое в детях таким методом чувство ритма принесёт им пользу и при приобретении трудовых навыков как в школе, так и в будущей трудовой жизни. Оно ещё более необходимо ребёнку в работе над речью.

Все дети (как слышащие, так и потерявшие слух) начинают говорить, прежде всего усваивая ритмический контур слова, понимая его смысл, но не умея ещё его правильно произнести. Например, вместо слов: тревога — тигота, самовар — мататар, молоток — колоток.

Ритмически воспитываемый ребенок легче считывает речь с лица говорящего, улавливая опять-таки прежде всего ритм фразы с её смыслом, а затем уже её фонетический облик.

Отсюда можно сделать вывод, насколько важно в ребёнке развивать чувство ритма, и в особенности у ребёнка с тем или другим расстройством слуха и речи [2].

Работа над ритмом начинается примерно с первого полугодия обучения и затем ведётся на протяжении всех годов обучения ритмике. Вначале различные ритмы даются в форме игр, лёгких драматизации, подражания трудовым процессам, в построениях и т. п.

Вначале не рекомендуется давать более одной пары восьмых в ритмическом рисунке, так как детям трудно дифференцировать большое количество быстро чередующихся звуков. В дальнейшем ритмы усложняются.

Ритмы можно по мере надобности увеличить. Они, сначала оформлены лёгкими движениями, исполнение которых производится сидя, стоя, а затем на движении (шаги).

Например, дети сидят в кругу попарно, обращены лицом друг к другу. Поочередно указательным пальцем грозят друг другу сначала правой рукой, а затем, левой. На остановку в музыке поворачиваются спинами друг к другу и оказавшись с новым соседом продолжают так же исполнять этот ритм.

Мы полагаем, что для оптимизации коррекционно-педагогического воздействия на детей с расстройством слуха и речи целесообразно и перспективно использование коррекционной ритмики как базовой комплексной патогенетически обоснованной методики, максимально приближенной к естественным механизмам онтогенеза, основанной не только на компенсации пораженных двигательных и психических функций за счет сохранных, но и на активной коррекции нарушенных процессов развития высших психических функций. Специально разработанная система ритмического воспитания на основе нейропсихологического подхода с интенсивным развитием музыкально-ритмических способностей и мотивационной сферы у дошкольников с нарушением слуха и речи в значительной мере повышает эффективность логотерапии и всей реабилитации детей с дефицитным дизонтогенезом [5].

Литература:

1. Волкова Г.А. Логоритмическое воспитание детей с дислалией. - Санкт-Петербург, 1992 -71с.
2. Глубокова Л.В. Воспитание чувства ритма у детей с недостатками слуха. Дефектология, 1974, № 3. - С. 57-60.
3. Лунина Е, Брозелио Л.Я., Кыштымова А.М. Ритмика для детей с расстройством слуха и речи, ГУП Издательство: Министерства просвещения РСФСР, М., 1948.
4. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Е. А. Медведева, Л. Н. Комиссарова, Г. Р. Шашкина, О. Л. Сергеева; Под ред. Е. А. Медведевой. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 224 с.
5. Румянцева Е.Ю., Логопедическая ритмика в коррекционной работе по устранению дизартрии у детей, страдающих церебральным параличом // Нарушения речи. Методы изучения и коррекции : Межвузовский сборник научных трудов. СПб.: Образование, 1993. - С. 31-3

ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ВО ВРЕМЯ ПРОГУЛОК

Янчук М.В.

**МОУ «Детский сад № 254 Тракторозаводского района Волгограда»
Россия, г. Волгоград**

Аннотация. В тексте статьи подводятся наработки, позволяющие развивать координацию движений у детей во время прогулок. Автор приводит классификацию

упражнений, указывает на необходимость страховки. Упражнения подобраны для детей с задержкой психического развития.

Ключевые слова: координация движений, задержка психического развития.

POSSIBILITIES OF DEVELOPMENT OF COORDINATION OF MOVEMENTS IN CHILDREN WITH DELAY OF MENTAL DEVELOPMENT IN THE TIME OF WALKING

**Yanchuk M.V.,
MOU "Kindergarten No. 254 Traktorozavodsky district of Volgograd",
Russia, Volgograd**

Annotation. The text of the article sums up the results, which allow developing coordination of movements in children during walks. The author cites the classification of exercises, indicates the need for insurance. Exercises are selected for children with mental retardation.

Keywords: coordination of movements, delay of mental development.

Адаптивное физическое воспитание является обязательной образовательной дисциплиной дошкольного воспитания. Цели его функционирования в непереносимом порядке должны соответствовать современным ориентирам образования. Согласно им педагогический процесс физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой психического развития (ЗПР) направлен на гармоничное развитие личности ребенка и ее самореализацию на основе оптимизации физического и психического развития, укрепления здоровья, коррекции имеющихся отклонений, формирования индивидуальных возможностей и способностей, нравственных и духовных качеств.

Двигательную сферу ребенка образуют физические качества, арсенал двигательных умений и навыков, которыми он владеет. Координационные способности имеют важное значение в обогащении двигательного опыта детей. Чем большим объемом двигательных навыков владеет воспитанник, тем выше уровень его ловкости, тем быстрее он сможет овладеть новыми движениями. Показателями ловкости является координационная сложность движений, точность и время их выполнения, которые главным образом связаны с ориентировкой в пространстве и тонкой моторикой [1].

Целенаправленному развитию координационных способностей должно уделяться значительное внимание в процессе физического воспитания детей с ЗПР. Уровень развития координационных способностей в значительной степени зависит от проявления свойств нервной системы, и особенно сенсорных систем человека [4].

Многочисленные результаты исследований показывают, что в условиях дошкольного физического воспитания можно добиваться значительного прироста всех двигательных качеств у детей путем увеличения в занятиях времени и объема средств [2,3]. Практикой физического воспитания подтверждается, что успешное развитие двигательных качеств у детей вызывает интерес к выполнению различных упражнений, поэтому необходимо как можно больше разнообразить средства, методы и формы этой работы. В связи с этим, весьма эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств являются сложно координационные упражнения на специальных комплексах и тренажерах.

На базе МОУ «Детский сад № 254 Тракторозаводского района Волгограда» имеется сложно координационный комплекс. Он представляет собой набор технико-игровых заданий многофункционального и сложно координационного характера – для лазания, перемещений в разные стороны, подъемов вверх по веревочной лестнице, упражнений с мячом. Важной чертой данного комплекса является необходимость выполнения сложных заданий в условиях координационной сложности. Выполнение заданий на нем возможно только под контролем

педагога и обеспечения страховки на некоторых его этапах. Для занятий на нем нами разработан специальный комплекс упражнений (таблица 1).

Таблица 1

Варианты выполнения упражнений на сложно координационном комплексе

| № п/п | Вариант выполнения задания | Страховка |
|-------|--|---|
| 1. | Подъем и опускание по горке: - с опорой на канат; - без каната, цепляясь руками за бока горки и прорези в ней; - только на руках через прорези, ноги согнуты в коленях. | Придерживать ребенка сзади за спину |
| 2. | Броски мяча в баскетбольное кольцо | - |
| 3. | Перебрасывание мяча в парах через веревочную стену. | Поставить пары детей на безопасном расстоянии друг от друга |
| 4. | Метание мяча в парах и по одному через «окошки» веревочной стены. | Поставить пары детей на безопасном расстоянии друг от друга |
| 5. | Подъем на веревочную стену, перемещение, опускание. | Придерживать ребенка за спину. |
| 6. | Перемещение по веревочной стене на различной высоте подъема (в зависимости от подготовленности ребенка). | При низкой высоте подъема страховка не обязательна. |
| 7. | Перемещение вдоль по веревочной стене на низкой высоте подъема, но в положении спиной к ней. | Придерживать ребенка за талию. |
| 8. | Подтягивание в висе на перекладине. | Придерживать ребенка за поясницей и под коленями. |
| 9. | Подъем прямых и согнутых в коленях ног в висе на перекладине. | Придерживать ребенка за поясницей и под коленями. |
| 10. | Раскачивание на перекладине и прыгивание в лежащий на полу обруч. | Придерживать ребенка при подъеме на перекладину. |

В рамках прогулок комплекс используется в теплое время года, упражнения на нем выполняются не менее трех раз в неделю. Содержание и направленность упражнений согласуется с программой физического воспитания детей и позволяет более эффективно развивать координационные способности детей с ЗПР.

Литература:

2. Лях, В.И. О классификации координационных способностей / В.И.Лях //Теория и практика физ. культуры.- 1987.- №7. - С. 28-30.

3.Максимова С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 1. С. 63-65.

4. Максимова С.Ю. Теоретико-методологическое обоснование интеграционных возможностей физического воспитания / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 5. С. 53-54.

5. Фомина Н.А. Музыкально-двигательное направление физического воспитания детей дошкольного возраста / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова // Теория и практика физической культуры. – 2015. - № 5. – С. 57-58.

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ОСОБЕННОСТИ КСЕНОБИОТИЧЕСКОЙ РАЗГРУЗКИ ОРГАНИЗМА ДОШКОЛЬНИКОВ ЭКОЛОГИЧЕСКИ НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ ТЕРРИТОРИЙ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Медведкова Н.И., д.п.н., проф.,
Медведков В.Д., д.п.н., проф.,
ФГБОУ ВО «Гжельский государственный университет»
Россия, Гжель

Аннотация: В данной статье показаны методические особенности использования элиминационных физических нагрузок и теплохолодовой ксенобиотической разгрузки детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: ксенобиотическая разгрузка, физическая культура, дети дошкольного возраста.

FEATURES XENOBIOTIC DISCHARGE OF THE BODY PRESCHOOLERS OF ECOLOGICALLY UNFAVORABLE TERRITORIES BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE

Medvedkova N.I. Ph.D., Professor,
Medvedkov V.D. Ph.D., Professor,
FGBOU VO "Gzhel State University", Russia, Gzhel

Annotation: This article describes the methodological features of the use of an elimination of physical activity and xenobiotic teploholodov unloading preschool children.

Keywords: xenobiotic discharge, physical culture, preschool children.

В настоящее время в экологически неблагоприятных районах проживает больше 70% населения нашей страны [1]. Экологическому загрязнению в первую очередь подвержены дети дошкольного возраста. Как показывают результаты исследований, дети, проживающие в экологически неблагоприятных районах, имеют низкие показатели здоровья [1, 2, 3, 4]. В то же время физические нагрузки могут способствовать выведению вредных веществ из организма детей [3, 5].

Наши расчеты показывают, что при одночасовом максимально интенсивном потоотделении у взрослого здорового мужчины может быть выведено из организма до нескольких суточных доз селена и натрия; до 39% хлора; до 250% суточной дозы железа; до 200% фтора, до 23% цинка; до 5% меди и т.д. Это свидетельствует о возможности усиления выведения ксенобиотиков из организма детей с использованием различных физических воздействий.

Учитывая, что для наибольшего выведения ксенобиотиков целесообразно равномерно нагружать детоксикационные органы и систему потоотделения, нами использовались в основном физические упражнения малой аэробной мощности (потребление кислорода не более 50% МПК) – длительная ходьба детей в утепленной одежде. Ходьба по снежным (зимой) и песчаным (летом, весной и осенью) тропам должна чередоваться временными подъемами в гору и бегом, необходимыми для стимуляции процессов кроветворения.

Преимущество ходьбы объясняется обеспечением полной безопасности детей, восполнением энергией задействованных рабочих мышц за счет окисления главным образом жиров и в меньшей степени углеводов. Кроме того, ходьба стимулирует выход крови из депо, что приводит к необходимому незначительному увеличению почечного кровотока и диуреза. Чередование ходьбы с кратковременными разумными повышениями физической нагрузки щадяще повышает временную гипоксию и стимулирует не только процессы гемоглобинообразования, но и выделение газообразных и водорастворимых ксенобиотиков через выдыхаемый воздух и повышенную перспирацию.

Методические особенности использования элиминационных физических нагрузок

1. Занятия с детьми необходимо проводить двумя реабилитологами малогрупповым (4-8 детей в возрасте до 6 лет) методом, обеспечивая индивидуально сниженной нагрузкой плохо адаптированных и младших детей. Эффективным является совместное оздоровление родителей и детей.

2. Суммарная продолжительность дозированной ходьбы и бега по песчаным тропам летом, весной и осенью (t, мин) и активного восстановительного отдыха (Т, мин), количество (n) кратковременных щадяще нагрузочных подъемов в гору в динамике месячного оздоровления характеризуется плавным повышением этих параметров для детей: t = 20-65 мин; Т = 5-16 мин; n = 0-5.

3. В зимний период в связи с более тяжелой одеждой, с заносом троп снегом и отрицательной температурой воздуха (не ниже -15°C) продолжительность дозированной ходьбы и бега сокращается на 15-20%, восстановительного отдыха на 75-80%; скорость ходьбы и бега незначительно выше, чем летом.

4. Чем выше групповой уровень здоровья детей, тем больше скорость ходьбы и бега.

5. Ходьбу и бег целесообразно заканчивать за 30 мин до ужина или обеда, сразу идя в раздевалку и убирая потную одежду в места ее просушки. Целесообразно менять одежду минимум 2-3 раза в неделю в связи с высоким потоотделением во время занятий.

6. На каждом занятии проходимое и пробегаемое расстояние увеличивается и несколько меняется маршрут. Скорость ходьбы и бега на протяжении отпуска незначительно повышается.

7. Восстановительный отдых в процессе дозированной ходьбы и бега использовать исходя из реакции детей на физическую нагрузку. Более целесообразен активный отдых с переключением легкой мышечной активности на неработающие или мало нагруженные мышцы.

8. При 1-месячном оздоровлении целесообразно использовать 12-14 занятий через 1 день.

В связи с существованием для каждого человека предельных индивидуальных объемов и интенсивности мышечных нагрузок для усиления свинцово-никелевой разгрузки организма целесообразно использовать теплохолодовые воздействия в сауне с бассейном.

При нахождении в парилке сауны возрастает транспорт тепла от внутренних органов с постоянной температурой к коже и скелетным мышцам, увеличивается снабжение потовых желез из кровеносных сосудов. На холоде в покое обычный приток крови для обменных процессов 100 г ткани составляет 2,0 мл/мин. При высокой температуре кровотоки в верхних конечностях достигает 60, в кончиках пальцев – 150 мл/мин, т.е. увеличивается до 75 раз. При таком повышенном кровотоке из крови и соответственно организма с потом выводятся не только водорастворимые токсичные вещества, но и, к сожалению, жизненно необходимые микроэлементы. Это обуславливает необходимость восполнения последних и проявления осторожности при использовании интенсивных способов экологической реабилитации. При несоблюдении этого возможны срывы механизмов адаптации и нарушения саморегуляции физиологических процессов. При холодных воздействиях повышается сопротивление периферическому кровотоку, что приводит к оттоку крови от оболочки к ядру. При этом кровь с пониженной концентрацией токсичных соединений и

некоторых жизненно необходимых микроэлементов насыщается ими от мест их депонирования во внутренних органах и костной системе.

Для оптимизации термохолодовых воздействий следует учитывать особенности детского организма. Плотность расположения потовых желез у детей вдвое больше, чем у взрослых. В связи с этим дети больше выделяют пота: 18-23 г с 1 м² поверхности тела. Это обуславливает повышение вязкости крови и нагрузки на сердечно-сосудистую систему, а также требует обязательного питья в сауне и после нее нехолодной минеральной воды или поливитаминного чая, содержащих селен, железо, другие жизненно необходимые микроэлементы. У детей незначителен подкожный жировой слой и площадь поверхности кожи к массе тела гораздо больше, чем у взрослых. Это вызывает большее изменение температуры тела детей из-за холодотепловых воздействий, т.е. дети быстрее перегреваются в парильне и замерзают в бассейне или остывают в комнате отдыха, чем взрослые. В целом, ребенок подвержен значительно большим теплохолодовым воздействиям, чем взрослый. Для избежания срыва механизмов адаптации и предупреждения простудных заболеваний детей при выведении ксенобиотиков из организма необходимо использовать индивидуальные тепловые и холодовые нагрузки и индивидуальную продолжительность отдыха между ними, утепленный или покрытый холодозащитным покрытием пол, после окончания сеанса теплую и чистую одежду и чаепитие детей и взрослых не менее 25-30 мин в комнате отдыха с закрытыми окнами и форточками.

Методические особенности использования элиминационной теплохолодовой реабилитации детей

1. Для усиления элиминации ксенобиотиков из организма при отсутствии противопоказаний для детей первой и второй групп здоровья рекомендуется не более 3-х теплохолодовых сеансов в неделю через день, третьей – 2 сеанса в неделю через 2-3 дня.

2. Перед входом в парильню необходимо принять теплый душ (температура воды 37-38⁰С), не смачивая волосы.

3. Перед началом потения необходимо повысить влажность в парной, смочив стены и потолок водой. На раскаленные камни плескать воду нецелесообразно в связи с плохой переносимостью детьми паровых толчков.

4. На первых двух тепловых сеансах дети пользуются только нижним полком, с третьего сеанса старшие и хорошо адаптированные дети занимают верхний полком, младшие и плохо адаптированные остаются на нижнем полке.

5. При отсутствии бассейна целесообразно использовать мгновенное контрастное групповое обливание добровольцев из ведра водой с понижающейся температурой от 26-28⁰С в начале до 12-15⁰С в конце оздоровления или 3-4 минутное обливание под контрастным душем водой с понижающейся температурой от 37-36⁰С в начале до 30-28⁰С в конце.

6. Продолжительность одного элиминационного теплового сеанса (t, мин), температура воздуха на верхнем полке парной (Т, ⁰С) и количество заходов в парную (n) для детей t=2-10 мин; Т=55-70⁰С; n=1-3.

7. Продолжительность холодового воздействия (t, мин) в период отдыха после потения в парной и температура воды (Т, ⁰С) в бассейне следующие: для детей t=2-5 мин; Т=34-28⁰С.

8. Оптимальное положение детей для потения в парной – лежа на полотенце с приподнятыми и положенными на стену прямыми ногами, руки под головой. На сухие волосы целесообразно надевать спортивную шапочку. За 1-2 мин до выхода из парной позу лежа необходимо сменить на позу сидя.

9. После потения в парной и купания в бассейне обязательно тщательно обмыть тело теплой водой под душем.

10. При дискомфорте ребенка срочно вывести его из парной и предоставить ему возможность больше отдыхать в комнате отдыха и пользоваться щадящими термовоздействиями.

11. Следует учитывать, что при тепловых воздействиях выведение ксенобиотиков повышается не только с потом, но и с усиленным дыханием. В связи с этим необходимо в период отдыха между заходами в парную и посещениями сауны отдельными группами обеспечить максимальную вентиляцию парной.

12. При высокой загруженности сауны первыми должны начинать пользоваться ею младшие и плохо адаптированные дети.

13. Комната отдыха должна быть обеспечена кушетками для отдыха, иметь комфортную температуру воздуха и условия для питья минеральной воды или чая.

14. В летний период тепловая нагрузка должна быть снижена на 20-30% по объему, холодовая – увеличена на 10-15%.

Литература:

1. Гичев Ю.П. Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.- Новосибирск, 2002.- 230 с.

2. Медведков В.Д. Здоровье детей, проживающих на экологически неблагоприятных территориях /В.Д.Медведков, Н.И.Медведкова, С.В.Аширова, И.В.Сильдушкин //Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта.- 2010.- №2 (15).- С.68-72.

3. Медведкова Н.И. Педагогические основы рационализации физической реабилитации населения экологически неблагоприятных территорий: дис. ... д.п.н. – Пермь, 2000.- 179 с.

4. Семенов В.Н. Гигиеническая оценка влияния физического воспитания и оздоровительной работы на состояние здоровья детей, проживающих в экологически неблагоприятных районах: автореф. дис. ... канд. биол. наук.- Иркутск, 2004.- 22 с.

5. Тхоревский В.И. Детоксикационная функция физических нагрузок /В.И.Тхоревский, В.Д.Медведков, Н.И.Медведкова //Теория и практика физической культуры.- 1997.- №4.- С.24.

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МОНИТОРИРОВАНИЯ ПРОЦЕССА АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Федотова И.В. к.м.н., доцент

Таможникова И.С. к.м.н., старший преподаватель

Богомолова М.М. к.б.н., доцент

**ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»
Россия, г. Волгоград**

Аннотация: В статье рассматриваются особенности мониторинга детей инвалидов. Указана значимость адаптивного физического воспитания для лиц несовершеннолетнего возраста с ограниченными возможностями здоровья. Изложены данные традиционно значимых и диагностически доступных методик. В результате проведенного анализа установлен факт необходимости создания программы индивидуализированной диагностики в процессе занятий адаптивным физическим воспитанием.

Ключевые слова: Мониторинг, дети инвалиды, скрининговая диагностика, адаптивное физическое воспитание

CONCEPTUAL PECULIARITIES OF MEDICAL AND PEDAGOGICAL MONITORING OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF PERSONS WITH DISABLED HEALTH OPPORTUNITIES

Fedotova I.V. Ph.D., associate Professor
Tamozhnikova I.S. Ph.D., senior lecturer
Bogomolova M.M. Ph.D., associate Professor
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture»
Russia, Volgograd

Annotation: The article examines the features of monitoring children with disabilities. The importance of adaptive physical education for persons of minor age with limited health possibilities is indicated. The data of traditionally significant and diagnostically accessible techniques are presented. As a result of the analysis, it was established that it is necessary to create a program of individualized diagnostics in the course of employment by adaptive physical education.

Keywords: Monitoring, children with disabilities, screening diagnostics, adaptive physical education

На сегодняшний день очевиден факт, что только при своевременно принятых мерах современной комплексной диагностики, адекватных коррекционных методиках, интегрированных, личностно-ориентированных подходах к проблемам инвалидности можно максимально скорректировать процесс приспособления детей с ограниченными возможностями здоровья к факторам внешней и внутренней среды. Многофакторные коррекционные компоненты предоставят ребенку возможность успешно развиваться, обучаться и адаптироваться в школе, в обществе сверстников и взрослых [8]. Интегрированное мониторинговое наблюдение поможет специалистам избежать ошибок при определении отклонений, причин их возникновения, будет способствовать грамотному отбору наиболее оптимальных, адекватных структуре дефекта, возрасту ребенка и особенностям его развития традиционных и нетрадиционных профилактических и коррекционно-развивающих методик (в том числе адаптивного физического воспитания). В результате становится возможным коррекция имеющиеся нарушения, обеспечение полноценного развития личности лиц несовершеннолетнего возраста с ограниченными возможностями здоровья при условии, что в диагностическом и восстановительном процессах будут объединены усилия всех специалистов [5]. Следовательно, важным звеном восстановительных мероприятий является необходимость совместной работы специалиста, педагога, родителей и субъекта медико-социального мониторинга.

Оценка результативности мероприятий абилитации и реабилитации широко используются на сегодняшний день. Отдельный блок медико-педагогического сопровождения посвящен раннему выявлению отклонений и формированию патологических состояний у детей инвалидов. Решение задачи по модернизации механизмов выявления дизадаптационных сдвигов предполагает совершенствование выявления лиц с легкими и умеренными нарушениями слуха, внедрение методик раннего выявления расстройств аутистического спектра, эмоциональных и поведенческих расстройств, нарушений функций зрения, речи, задержки развития взаимодействия и общения, подвижности, игры, самообслуживания и других аспектов функционирования [7]. Социологические методы и многочисленные опросники широко используются с целью диагностики результатов социальной составляющей адаптации детей инвалидов к постоянно изменяющимся факторам внешней и внутренней среды [3,4]. С целью оценки результатов социального воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья раннего и среднего возраста в свете его приспособления к интегрированной среде взаимодействия в качестве диагностических инструментария широко используются следующие методики: определение ценностных ориентаций по М. Рокичу, диагностика коммуникативной толерантности по В.В. Бойко,

экспресс-диагностика социальной изолированности Д. Рассела и М. Фергюсона, методика интерактивной направленности Н.Е. Щурковой в модификации Н.П. Фетискина, методика «Смысложизненные ориентации», Crumbaugh, Maholick, 1964 в модификации Д.А. Леонтьева, 1992 и другие [4]. При проведении абилитационных и реабилитационных мероприятий, в том числе методами адаптивного физического воспитания, необходимо учитывать резервные возможности организма, как можно полнее использовать остаточные возможности нарушенных функций и пораженных анализаторов. Оценка состояния функциональных и адаптационных возможностей организма таких детей имеет первостепенное значение. Практика медико-педагогической работы с лицами несовершеннолетнего возраста, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в широком аспекте ограничивается коррекцией когнитивных и психических функций, оставляя без внимания физическое и функциональное состояние других систем организма [2]. В диагностике традиционно используются нейропсихологические методы исследования. Однако в последние годы все большее внимание уделяется методикам, объективизирующим информацию проводимых обследований [1]. Очевидным становится факт необходимости формирования специальной программы комплексной оценки с экспликацией методов диагностики функционального состояния в процессе адаптивного физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья [6]. Необходимо осуществление диагностики индивидуальных двигательных и адаптационных возможностей ребенка, особенностей отношений к себе, своему состоянию, другим людям. Проведение диагностического скрининга необходимо с целью определения содержания процесса адаптивного физического воспитания и моделирования системы восстановительных мероприятий индивидуализированного характера. Помимо этого, проведенный мониторинг позволит установить значимость, доступность и эффективность использования различных диагностических скрининговых методов оценки адаптационных возможностей организма детей с ограниченными возможностями здоровья в процессе адаптивного физического воспитания. Следовательно, актуальным и перспективным направлением в процессе адаптации к повседневной жизни инвалидов, является внедрение современного индивидуализированного, мультидисциплинарного скринингового диагностического подхода в систему занятий адаптивной физической культурой.

Скрининговая оценка адаптационных возможностей организма детей и подростков с различными патологическими состояниями в процессе занятий адаптивной физической культурой, нацелена на осуществление научно-методических исследований в рамках работы центра адаптивного физического воспитания для детей с ограниченными возможностями здоровья, функционирующего на базе ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры». Важным предполагается создание новых модулей кооперации врача, педагога, занимающихся и их семей, а также подготовка кадров, параллельно с научно-методической работой и клинической практикой для совершенствования организации помощи детям с различными патологическими состояниями. Таким образом, необходимость создания условий для успешной адаптации детей (в том числе из малообеспеченных семей) с особыми характеристиками здоровья к повседневной жизни с помощью систематических занятий адаптивными видами двигательной активности и созданием индивидуализированной программы медико-педагогического мониторинга возможностей организма не вызывает сомнений.

Литература:

1. Венедиктова Л.В. Дифференциальная диагностика речевых расстройств у детей дошкольного и школьного возраста: Метод. рекомендации / сост. Л. В. Венедиктова и др. СПб.: Детство – Пресс, 2010.
2. Казакова Л.А. Диагностика результатов социального воспитания детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья/ Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева. 2010. Т. 1. № 3. С. - 68-74.

3. Кошелева, М. В. Формирование ритмичности двигательных действий в процессе адаптивного физического воспитания детей 6-7 лет с задержкой психического развития : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кошелева Мария Викторовна. – Волгоград: ВГАФК, 2012. – 25 с.

4. Лебединский, В. В. Нарушение психического развития в детском возрасте: учеб. пособие для студ. высших учеб. заведений / В. В. Лебединский. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 144 с.

5. Назарова Н. М. Специальная педагогика: в 3 т.: учеб. пособие для студ. высших учебных заведений / под ред. Н. М. Назаровой. – Т.2: Общие основы специальной педагогики / [Н. М. Назарова, Л. И. Аксёнова, Т. Г. Богданова, С. А. Морозов]. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 352 с.

6. Поникарова В.Н., Погорелова Т.В. Диагностика школьной адаптации детей младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья/ Современные тенденции развития науки и технологий. 2015. № 5-4. С. - 120-125.

7. Шипицына Л.М. Психолого-медико-педагогическая консультация: метод. рек. / науч. ред. Л.М. Шипицына. – СПб.: Детство-ПРЕСС, 2002. – 352

8. Яковлева, М. Г. Психолого-педагогические условия организации помощи детям с задержкой психомоторного развития в образовательном учреждении : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.03 / Яковлева Марина Григорьевна. – СПб, 2009. – 24 с.

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

ФОРМИРОВАНИЕ И ГАРМОНИЗАЦИИ ОБРАЗА "Я" У ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ОРГАНИЗОВАННОЙ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ

**Глущенко И.А., к.п.н., доцент,
ГАОУ ВО «Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт»
Россия, г. Невинномысск
Петьков В.А., д.п.н., профессор,
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» Россия, г. Краснодар**

Аннотация: В статье раскрывается авторский подход к разработке программы гармонизации «образов – Я» у дошкольников которая основана на использовании содержания элементов психогимнастики М.И. Чистяковой с широким применением игровых заданий и этюдов, обеспечивающих комплексное развитие у дошкольников элементов самопознания, релаксации, умений управлять своими эмоциями и ряда других психических качеств. Разработанная программа включает в себя средства двигательной активности, которые реализовывались через различные её виды: тренирующая, игровая, интеллектуально-познавательная. Выявленные и экспериментально проверенные психолого-педагогические условия позволяют значительно улучшить основные показатели, характеризующие процесс формирования и гармонизации образов личностного «Я» у дошкольников.

Ключевые слова: «образ – Я» дошкольника, психогимнастика, средства двигательной активности, авторская программа, формирование, гармонизация.

THE FORMATION AND HARMONIZATION OF THE IMAGE "I" OF PRESCHOOLERS IN THE CONDITIONS OF ORGANIZED EDUCATIONAL ENVIRONMENT

**Glushchenko I. A., Ph.D., Associate Professor,
GAOU VO "Nevinnomysskiy state humanitarian-technical Institute" Russia,
Nevinnomyssk
Petkov V.A., Ph.D., Professor
FGBOU VO «Kuban state University», Russia, Krasnodar**

Annotation: the article reveals the author's approach to the development of the program of Gar-monization of "images – I" in preschoolers, which is based on the use of co-holding elements of M. I. Chistyakova's psychogymnastics with a wide application of game tasks and sketches, providing a comprehensive development of elements of self-knowledge, relaxation, abilities to manage their emotions and a number of other mental qualities in preschool children. The developed program incorporates physical activity, which were implemented through different kinds: tre nirosha, games, intellectual-cognitive. Identified and experiences of tal-tested psycho-pedagogical conditions significantly improve the main indicators characterizing the process of formation and harmonization of the images of the personal "I" in preschoolers.

Keywords: "image – I" preschooler, psychogymnastics, engine tion activity, authoring program, formation, harmonization.

Сегодня в российском социуме происходит разрыв между субкультурой ребенка и субкультурой взрослого человека, слабо приобщается подрастающее поколение к социокультурным ценностям, к возможности познания собственного мира и мира других людей, не создается "здоровая" среда для полноценного физического развития, духовного обогащения и креативного восприятия мира. Социальный заказ, сформулированный в Законе об образовании (1996), в Концепции дошкольного воспитания и в требованиях Государственного образовательного стандарта, часто не находят отражения в содержании учебных пособий, авторских программ и деятельности педагогов-практиков. Исходя из понимания значимости этого, нами был осуществлен поиск путей становления образа "Я" ребенка как структурного компонента развития его целостной личности. Изучению образа себя в дошкольном возрасте посвящены работы [5;6]. В них подчеркивается, что развитие процесса познания самого себя происходит по линии отражаемого содержания, по уровню степени полноты и глубины проникновения в себя, по степени обобщенности и осознанности своих свойств. Это развитие выражается в том, что ребенок постепенно овладевает все более совершенными способами познания самого себя. Гуманистический смысл этого проявляется во взаимоотношениях детей, в обращении к ребёнку как субъекту жизнедеятельности (а не только как к субъекту воспитания) и индивидууму, реализующему свою "самость" в образовательных процессах [1;2].

В дошкольной педагогике, ряд авторов, занимаясь проблемами формирования личности детей, опыта их культурного поведения, отмечают, что мотивы, личностные симпатии, выражаются в осознании образа человеческого "Я" в его представлениях и оценках. По мнению ряда учёных, оценка образа "Я" является особой формой самосознания проявляющееся в переживании своего "Я", обуславливает индивидуальное своеобразие личности ребенка, процесс её самосозидания [3;4].

Следовательно, перспективным в дошкольной педагогике и психологии можно считать направление, связанное с разработкой психолого-педагогических подходов и технологических решений к проблеме формирования и гармонизации системы образов личностного "Я" ребёнка. Оно отражает противоречие между потребностями общества в культурном, образованном, гармонически развитом её гражданине и неразработанностью педагогических основ системы становления личности.

Цель нашего исследования явилось изучение развития системы личностных образов «Я» дошкольника в специально организованной развивающей среде, которой является психогимнастика.

Путь становления "Я - концепции" определяется как интеграция образов "Я". На наш взгляд, "Я - концепция" - это новообразование личности более зрелой, она складывается из многообразия образов "Я", истоки которых мы находим в раннем детстве. Образ "Я" и "Я - концепция" в структуре личности является одним из прочих поведенческих характеристик, факторов собственной активности "Я", сводящихся к социальному подкреплению. В "ролевой" концепции мотивы самоизменения лежат вне личности, они находятся в адаптации ее к социальной среде, где образ "Я" рождается в ситуации на основе частных самооценок.

Возрастающие с каждым годом нагрузки на ребёнка не всегда имеющиеся возможности полноценного отдыха, эмоциональной и двигательной разрядки требуют соответствующего рекреационного сопровождения, носящего психопрофилактический характер. В данном случае будет уместно обращение к методу психокоррекции. Психокоррекция представляет собой систему специально организованных средств психолого-педагогического воздействия направленных на устранение личностных проблем человека.

Методами практической коррекции являются: игротерапия, арттерапия (терапия искусством), холдинг, психодрама, психогимнастика. Психогимнастика» обеспечивает развитие психомоторики, не всей, а только определенных ее компонентов. Эффективная

деятельность по гармонизации «образа Я» дошкольника определяется прежде всего педагогическими условиями.

Педагогические условия в нашей работе трактовались как обстоятельства, которые создают предпосылки для самораскрытия, самопроявления индивидуальности каждого ребёнка: он извлекает из внешней образовательной среды материал для построения своего «Я» и самореализации в окружающей среде с учётом своих возможностей, особенностей и способностей, тем самым гармонизирует свои отношения с самим собой и социумом. Одним из элементов образовательной среды в нашем исследовании является психогимнастика.

Педагогический эксперимент был организован в 2016-17 годах в МДОУ № 12 г. Невинномыска. В нём участвовало 27 дошкольников 6 лет. Разделения по половому признаку не производилось. Экспериментальная работа проводилась на специально организованных занятиях раз в неделю. Распределения на контрольные и экспериментальные группы не было.

Изучался уровень сформированности образов физического и психического "Я" у дошкольников до, и после внедрения разработанной программы. В результате проведённого исследования уровень сформированности образов физического и психического "Я" у дошкольников после года занятий по экспериментальной программе характеризуются более высокой степенью выраженности. Это подтверждает предположение о том, что предложенные нами средства педагогического воздействия являются более эффективными, чем общепринятые.

Методика и технология разработки авторской программы гармонизации «образов – Я» у дошкольников была основана на использовании содержания элементов психогимнастики М.И. Чистяковой [7], ориентированная на детей старшего дошкольного возраста с набором игровых заданий и этюдов, обеспечивающих комплексное развитие у дошкольников элементов самопознания, релаксации, умений управлять своими эмоциями и ряда других психических качеств. Разработанная программа основана на широком применении средств двигательной активности, которая реализовывалась через различные её виды: тренирующей, игровой, интеллектуально-познавательной. Тренирующие виды были представлены как деятельность, обуславливающая общую физическую подготовку, ориентированную на накопление детьми двигательного опыта.

Для определения эффективности разработанной нами программы по результатам разработанных тестов и выделенным личностным параметрам определялся уровень сформированности образов "Я".

Анализируя картину перестройки уровней сформированности образов физического и психического "Я" следует заметить их положительную динамику, характеризующую тенденцию к их последовательному увеличению. Таким образом, организованные, избирательные педагогические воздействия, направленные на формирование образов физического и психического "Я" у дошкольников, активизировали и обеспечили процесс их поступательного развития.

Подводя итог проведённой работы можно сделать вывод о том, что у дошкольников, занимавшихся по экспериментальной программе произошли положительные качественные изменения в личностной структуре "Я".

Проведённое исследование подтвердило исходную гипотезу о том, что педагогически целенаправленно организованный процесс гармонизации личностного образа "Я" у дошкольников средствами психогимнастики создаст благоприятные условия для целостного развития и саморазвития личности. Результатами исследования являются качественные изменения в личности ребёнка, проявляющиеся в увеличении таких личностных показателей как самовыражение своего внутреннего мира, рефлексии образов «Я», идентификации, самооценке, уровне притязаний на успех, активности личности во всех сферах жизнедеятельности. Установлено, что элементы образов "Я" являются эффективным средством развития личностных параметров дошкольника, таких как: самооценка, притязания на признание и успех, мотивация к обучению и расширению сферы общения в детском социуме и со взрослыми и хорошо развиваются при использовании средств

психогимнастики.

В ходе эксперимента доказана возможность формирования образов физического и психического «Я» у детей старшего дошкольного возраста. Установлено, что работа по формированию образов личностного «Я» будет осуществляться с наибольшей эффективностью при следующих психолого-педагогических условиях:

- программно-целевого и комплексного подхода, предполагающего подбор и соотнесение средств и методов, направленных на сопряженное физическое и психическое развитие ребёнка;

- рационального сочетания индивидуальных и коллективных форм работы по формированию образов физического и психического «Я»;

- насыщения двигательной деятельности учебным материалом, развивающим познавательную сферу ребёнка, стимулирующим самостоятельную двигательную активность, способствующим накоплению двигательного опыта, развитию способов самоорганизации и изменению личностных взаимоотношений;

- наличием заданий и упражнений коррекционного характера, позволяющих гармонизировать отношения ребёнка с самим собой и социумом.

Разработанная программа и методические рекомендации по проведению занятий являются своего рода "канвой" служащей основанием для творческой деятельности педагога, возможности выбора конкретных форм педагогических воздействий с целью развития физических и психодинамических особенностей личности ребёнка.

Литература:

1. Абульханова-Славская, К. А. Деятельность и психология личности / К. А. Абульханова-Славская. -М., 1980.- 457 с.
2. Амонашвили, Ш.А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса/ Ш.А. Амонашвили. -М., 1990.
3. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание /Р. Бернс.- М.,1986. – 375 с.
4. Кон И. С. Ребенок и общество.- М., 1988.- 288 с.
5. Кравцова, Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к школьному обучению / Е.Е. Кравцова. - М., 1991.- С. 44.
6. Петьков, В.А., Баранникова Е.А. Педагогическая поддержка развития личности дошкольников /В.А. Петьков, Е.А. Баранникова// Культурная жизнь Юга России. - 2008.- № 2. - С. 58-60.
7. Чистякова, М.И. Психогимнастика / М.И. Чистякова. – М.: Просвещение, 1995. – 160 с.

СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДЕТСКОМ САДУ.

Иванова Н.Н, Александрова Н.В.,

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 96
Краснооктябрьского района Волгограда», Россия, Волгоград.**

Аннотация: Статья описывает некоторые способы оздоровления детей дошкольного возраста, используемые в работе дошкольного образовательного учреждения, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья подрастающего поколения.

Ключевые слова: Здоровье, нетрадиционное оборудование, самомассаж, тренинг, релаксация.

THE PRESERVATION AND STRENGTHENING OF HEALTH OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE IN KINDERGARTEN.

Ivanova N. N., Alexandrova N. V.

Municipal pre-school educational institution "Kindergarten No. 96 of Krasnooktyabrsky district of Volgograd", Russia, Volgograd.

Annotation: The article describes some ways to improve the health of children of preschool age, used in the preschool educational institution, aimed at solving the priority problem of modern preschool education - the task of preserving, maintaining and enriching the health of the younger generation.

Keywords: Health, non-traditional equipment, self-massage, training, relaxation.

Охрана и укрепление здоровья детей – по-прежнему остаются одной из приоритетных задач дошкольного образования. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические данные.

В связи с ухудшающимся уровнем здоровья воспитанников, существует необходимость организации образовательного процесса с акцентом на решение оздоровительных задач физического воспитания, не нарушая при этом образовательной составляющей процесса.

Доказано, что система профилактических мероприятий по формированию здоровья подрастающего поколения может быть эффективной только в том случае, если она охватывает все стороны жизнедеятельности ребенка.

Целью работы нашего детского сада является создание образовательного пространства, направленного на непрерывное накопление ребёнком культурного опыта деятельности и общения в процессе активного взаимодействия с окружающей средой, общения с другими детьми и взрослыми при решении задач коммуникативно-личностного, познавательного-речевого, художественно-эстетического и физического развития в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

Для осуществления обогащенного физического развития и оздоровления детей в детском саду используются нетрадиционные приемы работы. В группах оборудованы «Центры здоровья», целью которых является организация работы в интересной форме для сохранения радостного, весёлого настроения детей, состояния удивления от узнавания нового. Центры оснащены как традиционными пособиями (массажными ковриками, спортивным инвентарем и т.д.), так и нестандартным оборудованием, сделанными из бросового материала.

Необходимость применения нетрадиционного оборудования обусловлена тем, что дошкольники с большим увлечением выполняют двигательные упражнения с использованием нетрадиционного материала, ведь такие задания превращаются в занимательную игру. Нетрадиционное оборудование вызывает у детей интерес и яркий позитивный эмоциональный настрой. Волшебные превращения бросового материала заинтересовывают детей, увлекают их.

Одним из способов оздоровления детей является самомассаж. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов. Для детей самомассаж - это и профилактика простудных заболеваний. Он благоприятствует психоэмоциональной устойчивости к физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Для самомассажа изготовлены пособия: массажные перчатки, «султанчики», массажная обувь, палочки-каталочки и др.

В том числе для решения задачи оздоровления используется точечный массаж. Опорные картинки позволяют детям самостоятельно выполнять массаж. Упражнения точечного массажа учат детей сознательно заботиться о своём здоровье и

являются профилактикой простудных заболеваний. Цель комплексов самомассажа заключается не только в профилактике простудных и других заболеваний, повышении жизненного тонуса у детей, но и в привитии им чувства ответственности за своё здоровье, уверенности в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие.

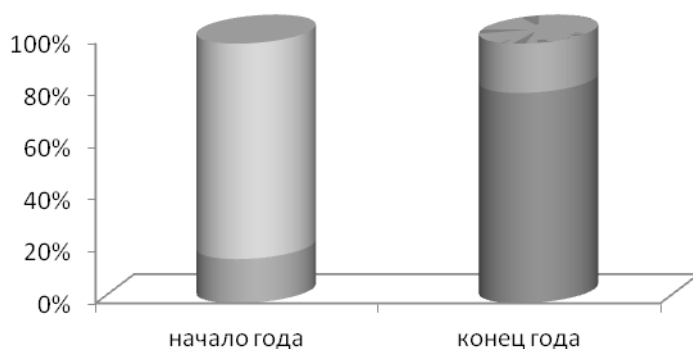
Также проводятся тренинги — элемент психической дисциплины, которому можно и нужно научить дошкольников, способность преувеличивать положительное и растворять, распылять отрицательное. При выполнении тренингов важным является умение детей вообразить описываемую ситуацию, что в свою очередь дает им возможность успокоиться, снять излишнее напряжение и повысить своё настроение. [3]

Кроме того в детском саду регулярно проводятся дыхательные упражнения. Цель которых научить детей дышать через нос, подготовить к более сложным дыхательным упражнениям. При этом осуществляется профилактика заболеваний верхних дыхательных путей, тренировка воли и повышение обмена веществ через воздействие на вегетативную нервную систему.

В том числе, правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.

Дыхательная гимнастика для дошкольников – это, прежде всего, комплекс упражнений, разработанный для развития группы мышц, отвечающих за процесс дыхания. Кроме того, такие упражнения помогают ребенку насытить мозг достаточным количеством кислорода, что, в свою очередь, поможет улучшить умственную активность малыша.

Для преодоления внутреннего напряжения проводится релаксация. Даже дошкольники, живущие в современном цивилизованном мире, испытывают на себе повышенные психические и физические нагрузки; постоянная спешка, беспокойство, поток негативной информации с телеэкрана, частые инфекционные заболевания, усталость, приводящие в дальнейшем к перенапряжению. Обучая детей методам релаксации, мы помогаем им снять внутреннее мышечное напряжение, успокоиться, тем самым привести нервную систему и психику в нормальное состояние покоя. Умение детей управлять своими чувствами и эмоциями — ещё один шаг к воспитанию у них уверенности в себе.[3]



* высокий уровень * средний уровень * низкий уровень

Рис. 1. Результаты мониторинга.

Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня. В детском саду используются здоровьесберегающие технологии, так, чтобы они охватывали всех участников педагогического процесса и способствовали сохранению здоровья ребенка не только в саду, но и в семье. Сформировать у родителей знания о здоровом образе жизни, научить правильно применить их на практике, привить заботу о организме и здоровье в целом - это одна из задач, которые ставит перед собой наше дошкольное учреждение. В рамках этой

работы проводятся «Круглые столы», «Дни открытых дверей», мастер-классы для родителей (законных представителей), ведётся выпуск памяток, брошюр, издана книга о вкусной и здоровой пище, которая содержит рецепты блюд, предлагаемые для питания в детском саду. Родители активно участвуют в совместных физкультурных мероприятиях, квестах, викторинах.

Анализируя результаты педагогической деятельности, мы сделали вывод о том, что в результате организованной, целенаправленной деятельности с использованием нетрадиционных форм и методов по сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста в детском саду, дети знают элементарные способы заботы о себе, об окружающих, выражают положительное отношение к жизни в детском саду, умеют передавать свои чувства через эмоции, снизилась заболеваемость.

Литература:

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
2. Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б. Развивающая педагогика оздоровления.- Москва ЛИНКА-ПРЕСС, 2000.
3. Мещерякова С. В., Логвинова О. Ю., Сорока А. Г., Потапова Г. Я. Оздоровление детей через нетрадиционные формы и методы работы // Молодой ученый. — 2015. — №6. — С. 738-741.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ

**Карцева Т. В., Желудкова А. В., Черных Г. Ю.
МОУ «Детский сад № 325 Кировского района Волгограда»**

Аннотация: В тексте статьи приводятся данные, раскрывающие особенности организации здоровьесбережения детей в дошкольных учреждениях. Авторы приводят результаты диагностики уровня физической подготовленности детей, их психоэмоционального состояния. Так же в статье приведены средства оздоровительных технологий.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, дошкольники, детский сад.

MAIN DIRECTIONS OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE IN PRESCHOOL CHILDREN IN CONDITIONS OF CHILDREN'S GARDEN AND FAMILY

**Kartseva T.V., Zheludkova A.V., Chernykh G. Yu.
MOU "Kindergarten № 325 of the Kirovsky district of Volgograd"**

Annotation: The text of the article contains data revealing the features of the organization of health preservation of children in pre-school institutions. The authors give the results of diagnosing the level of physical preparedness of children, their psychoemotional state. Also in the article are the means of health technologies.

Keywords: a healthy lifestyle, preschool children, a kindergarten.

Медики, родители и педагоги повсеместно констатируют отставание, нарушения, несоответствия нормам развития детей. Заболеваемость, несмотря на предпринимаемые меры по оздоровлению растет. У вновь прибывших детей диагностируются неврозы, психоречевые нарушения. В дошкольном возрастном периоде закладываются основы здоровья, правильного физического и психического развития, воспитываются личностные,

морально-волевые и поведенческие качества [1,2]. Следовательно, формирование здоровья детей, полноценное их развитие – одна из основных проблем в современном обществе.

Гармоничное развитие дошкольника невозможно без рационально организованной воспитательно-образовательной деятельности на основе здоровьесберегающих технологий.

На базе МОУ «Детский сад № 325 Кировского района Волгограда» был разработан проект по обеспечению здоровьесбережения детей в рамках пребывания в дошкольном учреждении.

Наш план действия состоял в следующем:

1. Провести анализ научно-методической литературы и выявить теоретические предпосылки к реализации проекта.

2. Разработка комплексного планирования работы специалистов ДООУ на основе здоровьесберегающих технологий.

2.1. Составление комплекса упражнений:

- ✓ «Просыпайся-ка, дружок!» - гимнастика пробуждения;
- ✓ «Зоркие глазки!» - гимнастики для глаз;
- ✓ «Послушные пальчики»- развитие мелкой моторики;
- ✓ «Артикуляционная зарядка с использованием нетрадиционного оборудования»

2.2. Обучение детей старшего дошкольного возраста элементам точечного массажа и самомассажа.

2.3. Составление картотек игр и упражнений, для эмоционально-личностного развития детей дошкольного возраста:

- ✓ Релаксационных игр и упражнений;
- ✓ Развивающих игр и упражнений с использованием сенсорного оборудования;
- ✓ Игр по снятию агрессивного поведения у детей;
- ✓ Коррекционных игр и упражнений с использованием арттерапии;

3. Обеспечение социального партнерства с государственными учреждениями по пропаганде здорового образа жизни среди детей и родителей.

Для эффективного педагогического управления процессами здоровьесбережения дошкольников необходима объективная оценка физического и психологического здоровья ребенка. Поэтому в мониторинговом исследовании проводилась оценка физического развития ребенка, основ гигиенической культуры родителей и семьи, была произведена оценка компетентности здоровьесбережения педагогов, родителей, детей, определено состояние общей школьной готовности дошкольников, произведена оценка психоэмоционального комфорта ребенка. Полученные данные представлены в таблице 1.

Таблица 1

**Диагностические данные проведения мониторинга
«Особенности готовности воспитанников старшего дошкольного возраста к
принятию новой социальной роли – «ученик»**

| Год | Уровень готовности воспитанников | | |
|-------------|----------------------------------|---------|---------|
| | низкий | средний | высокий |
| 2014-2015г. | 4 % | 87 % | 9 % |
| 2015-2016г. | 14% | 63 % | 23 % |
| 2016-2017г. | 3 % | 73 % | 24 % |

Анализ результатов исследования физического развития показал, что 20,6% детей имеют дисгармоничное развитие, у 13,7% будущих первоклассников биологический возраст ниже календарного. В 2014-2015г - наблюдались функциональные отклонения и хронические заболевания у 13 % детей, в 2015-2016г - 10% детей, в 2016-2017 годах - 9 % детей.

Очень важным фактором, влияющим на здоровье ребенка является положительное психоэмоциональное состояние ребенка. Требуется не только профессиональная оценка психического состояния ребенка, но и создание соответствующих условий охраны и гигиены

его нервной системы. Психические аспекты здоровья мы исследовали с помощью теста А.И. Захарова на оценку уровня тревожности и выявления признаков психического напряжения детей. В таблице 2 представлены данные диагностики эмоционального состояния детей старших групп ДОУ.

Таблица 2

Данные диагностики эмоционального состояния детей старших групп ДОУ

| Данные о детях имеющих проблемы в эмоционально-личностной и поведенческой сфере | Год | | |
|---|-------------|-------------|-------------|
| | 2014-2015г. | 2015-2016г. | 2016-2017г. |
| Начало учебного года | 31 ребенок | 33 ребенка | 42 ребенка |
| После проведенной коррекционно-развивающей работы | 2 ребенка | 1 ребенок | 1 ребенок |
| Общее кол-во детей | 33 | 34 | 43 |

Социально-гигиенический скрининг семьи показал, что 15% семей ведут в целом здоровый образ жизни, 76 % -тяготеют к нему, у 9% здоровый образ жизни в семье не сложился. Из полученных результатов следовал вывод, что часть родителей (76%) пытается вести здоровый образ жизни, а значит, есть единомышленники, на которых можно опереться.

Мониторинговые исследования позволили выявить состояние и особенности здоровья воспитанников, профессиональный уровень педагогов и уровень валеологической культуры родителей. Были проанализированы физические, психические, социальные аспекты здоровья ребенка, проделан анализ медико-психолого-педагогических условий воспитания, развития, здоровьесбережения, запросов семьи.

Индивидуальный уровень управления здоровьеориентированной деятельностью определяет работу со всеми участниками воспитательно-образовательного процесса. Поэтому сделана оценка удовлетворенности педагогов своей работой. Высокий уровень удовлетворенности педагогов своей работой составил - 84 %, 16 % хотели бы скорректировать отдельные моменты своей работы по здоровьесбережению, 3 % педагогов испытывают трудности в организации работы.

Полученные результаты позволили спланировать и провести работу согласно индивидуальным возможностям и потребностям ребенка, а также разработать свою модель здоровьесберегающего пространства на уровне группы, а также всего учреждения.

В детском саду разработаны алгоритмы деятельности по основным направлениям здоровьесбережения (определены здоровьесберегающие технологии, их время в режиме дня, ответственные за их проведение. Сюда вошли технологии сохранения и стимулирования здоровья (различные виды гимнастик, релаксации), технологии обучения здоровому образу жизни (самомассаж, игровые тренинги), коррекционные технологии психогимнастика, логоритмика) и др.

Для достижения целей здоровьесберегающих технологий мы применяем следующие группы средств:

- средства двигательной направленности (физкультминутки, минутки покоя, психогимнастика, двигательный режим),
- оздоровительные силы природы (гимнастика на свежем воздухе, фито-, арома-, витаминотерапия, ионизация воздуха),
- гигиенические факторы (выполнение норм СанПиНа, личная и общественная гигиена).

С учетом целей, приемов, методов педагогики оздоровления в дошкольном учреждении создана модель оздоровления детей дошкольного возраста.

Любые попытки воздействовать на организм ребенка в обход сознания, никогда не дадут оздоровительного эффекта. Поэтому формируем у ребенка осознанное отношение к своему здоровью. Это поможет ему быть внимательным к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Эффективность самооценки здоровья прямым образом зависит от знания самого себя:

- знание правил гигиены и ухода за своим телом;
- знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
- знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
- знание о своем физическом развитии.

На формирование мотивации потребности детей в здоровом образе жизни направлено знакомство детей со средствами сохранения здоровья, формирование представлений о способах безопасного поведения, ознакомление детей со строением организма человека. Для организации системной работы педагогами разработано тематическое планирование по воспитанию культуры здоровья дошкольников для каждой возрастной ступени.

Формированию компетентности здоровьесбережения детей также способствовали оздоровительные моменты, включенные в режим дня. Это обучение детей приемам самомассажа, введение упражнений по профилактике и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата, обучение детей способам психической саморегуляции, проведение закаляющих мероприятий, арома и фитотерапия, знакомство со средствами сохранения здоровья, совершенствования двигательных навыков, формирование представлений о способах безопасного поведения.

Здоровьеориентированная деятельность субъектов образовательного процесса направлена на укрепление здоровья и снижению заболеваемости у детей. Для тренировки защитных сил детского организма предусмотрены в детском саду традиционные методы закаливания: соблюдение сезонной одежды на прогулке, полоскание горла водой, обширное умывание. С ослабленными детьми ведем работу по специальному графику, куда входят специальные физические упражнения, массаж, фитотерапия.

Профилактика отклонений в физическом развитии включает в себя комплексы утренней гимнастики, физкультурных занятий, гимнастики после дневного сна, релаксации перед сном, физкультурные паузы, ходьбу по коррекционным дорожкам. Для тренировки дыхания используем комплексы физических упражнений, дыхательные гимнастики, надувание шаров, упражнение «Ветерок в бутылке» и другие. Для профилактики эмоционального состояния детей воспитателями проводится с эмоционально-стимулирующая гимнастика, которая способствует снятию мышечного напряжения и стимулирует положительные эмоции.

Развитие ребенка теснейшим образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Поэтому большое значение в оздоровительной работе уделяем созданию положительного психо-эмоционального климата в детском саду. Для его достижения педагоги строят свои отношения с детьми и родителями с позиций личностно-ориентированного взаимодействия. Длительность и количество занятий в детском саду соответствует разработанным СанПином нормам «Об учебной нагрузке». Педагоги исключают превышение учебных и физических нагрузок.

Психо-эмоциональное состояние детей педагоги отслеживают с помощью самодиагностики детей в «Уголках эмоций», которые оборудованы во всех группах старшего дошкольного возраста.

Для осознания ребенком своих эмоций и умения их регулировать педагогом-психологом проводятся занятия с детьми старшего возраста «Азбука общения» по развитию и коррекция эмоционального мира старших дошкольников.

Педагогом-психологом проводятся занятия с использованием занятий разработанных Г.Г.Колос. Работа в сенсорной комнате организуется в следующих направлениях:

- релаксационные тренинги для детей, которые уменьшают тревожное состояние, снижают агрессию, обучают саморегуляции;
- использование стимулирующих упражнений, направленных на активацию и развитие у детей дошкольного возраста сенсорных функций: зрительного и слухового восприятия, осязания и пространственного восприятия;
- непосредственно общение, которое имеет огромное значение для общего психологического развития человека, развития его самооценки и становления как личности.

В детском саду педагогами используются различные инновационные подходы и методы в развитии и коррекции эмоциональной сферы ребенка: этюды, психогимнастика, релаксационные упражнения, песочная терапия, арттерапия, игровые психотерапевтические техники.

Успешность любой работы зависит от правильного взаимодействия всех участников образовательного процесса. Поэтому одним из направлений деятельности стала активизация семьи по вопросам здоровьесбережения, включение их в процесс управления здоровьесориентированной деятельностью, который осуществлялся в направлениях:

1. Актуализация потребностей родителей в здоровьесбережении собственного ребенка;
2. Медико-педагогическое просвещение родителей как заказчиков на различные образовательные и медицинские услуги в дошкольном учреждении;
3. Партнерство педагогов и родителей в деятельности ДООУ, в основу которого заложены идеи здоровьесохранности, приоритет общечеловеческих ценностей.

Вовлечение родителей в физкультурно-оздоровительную работу детского сада стало традицией («Мама, милая, спортивная моя» - ко дню матери, «Папа и я – спортивная семья» - к 23 февраля; «Спортивная Олимпиада» - на каникулах; «Мама, папа, я – здоровая семья» - 7 апреля; а также туристические походы на берег реки Волги, в березовую рощу). Районный спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья» - II место. Ежегодно проводятся Дни открытых дверей по теме: «За здоровьем в детский сад», в которых принимают активное участие родители всех групп ДООУ в обсуждении проблем здоровья и внедрении своего опыта по здоровьесбережению.

Качество дошкольного образования зависит от ряда факторов: качества условий, качества содержания, качества результатов, но в основе всего этого лежит профессионализм педагогов.

Созданная в детском саду система работы повысила эффективность здоровьесориентированной деятельности. Предложенная система управления процессами здоровьесбережения позволяет отслеживать результаты деятельности на всех уровнях, вносить необходимые корректировки.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это дает положительный эффект в нашей работе: у большинства детей наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

Литература:

1. Максимова С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 1. С. 63-65.
2. Максимова С.Ю. Теоретико-методологическое обоснование интеграционных возможностей физического воспитания / Максимова С.Ю., Фомина Н.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 5. С. 53-54.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦВЕТНОГО ИГРОВОГО ПОЛОТНА С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, КАК ОДНОГО ИЗ СРЕДСТВ РЕАЛИЗАЦИИ ЦВЕТОТЕРАПИИ В ДЕТСКОМ САДУ

**Клименко М.А., Тихомирова Н.А.,
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №15
Тракторозаводского района Волгограда»**

Аннотация: В статье говорится о цветотерпии в детском саду, о разработанной технологии «Color canvas games», сочетающей в себе влияние психологических аспектов на физическое здоровье ребенка-дошкольника.

Ключевые слова: цветотерпия, цветное игровое полотно, ткань, психо-эмоциональное благополучие.

USE OF COLOR CLOTHS FOR GAMES WITH PRESCHOOL CHILDREN, AS ONE OF THE MEANS OF REALIZATION A COLOUR THERAPY AT A KINDERGARTEN.

**Klimenko M.A., Tikhomirova N.A.,
Municipal preschool educational institution "kindergarten No. 15 Traktorozavodskogo region
Volgograd"**

Annotation: the article talks about the color therapy at a kindergarten, the developed technology "Color canvas games», which combines the influence of psychological aspects of the physical health of a preschool child.

Keywords: cvetoterpija, glory game canvas, cloth, psycho-emotional well-being.

Технология «Color canvas games» разработана коллективом педагогов. В ее основе лежит технология «Textile-fun» («Досуг с тканью») Е.Д. Файзуллаевой и Т.Д. Фицнер, решающая задачи не только психического, но и большей частью физического развития детей раннего и дошкольного возраста.

В. А. Бехтерев говорил: "Умело подобранная гамма цветов способна благотворнее воздействовать на нервную систему, чем иные микстуры". Поэтому использование цветотерапии в детском саду позволяет влиять на физическое здоровье детей, которое не возможно без общего психо-эмоционального благополучия.

Ткань – это мягкий, пластичный материал, пригодный для любой детской деятельности, обладающий такими характеристиками, как полифункциональность, открытость, комфортность, что позволяет создавать множество игровых и дидактических пособий. В зависимости от решаемых задач, тканевые средства могут выступать в разных качествах.

При поступлении ребенка в детский сад используются игры с зеленой тканью с целью социализации детей, развития их адаптивных возможностей. В период адаптации игры с тканью помогают ребенку легче пережить ситуацию отрыва от родителей. Зеленый цвет успокаивает, способствует единению с природой, дает ощущение надежности, уверенности.

Игры с желтым полотном дают ощущение радости, тепла, стимулируют общение и развитие коллективных игровых действий.

Красное полотно помогает выплеснуть негативные эмоции, а также обеспечивает развитие физической силы и выносливости.

Голубое полотно напротив, успокаивает, способствует повышению эффективности релаксационных упражнений.

Технология «Цветное игровое полотно» способствует разрешению следующих задач:

- Формирование положительных коммуникативных действий у детей.
- Развивает крупную и мелкую моторику.
- Активизирует развитие речи.
- Развивает познавательные психические процессы: восприятие, память, внимание, мышление, воображение.
- Способствует снижению эмоциональной тревожности, страха темноты.
- Способствует развитию двигательных качеств: скорости, ловкости, пластичности.

На развивающих групповых занятиях используются тканевые полотна размером 5x5 метров разных цветов: красное, желтое, голубое, зеленое. Полотна в зависимости от желания и фантазии детей и педагогов могут превращаться в море, реку, небо, лес, полянку, болото и т.д. В таких занятиях могут принимать участие от восьми до двадцати детей.

Развивающие подвижные игры с желтым полотном

Игра «Прятки»

Все дети стоят по периметру полотна, хором выбирают водящего:

*Раз, два, три, четыре, пять,
Будем в прятки мы играть.
К нам сорока прилетела
И тебе водить велела.*

Водящий отворачивается, несколько детей по указу педагога прячутся под полотном, свернувшись калачиком.

Все хором: *Угадай-ка ты сейчас,
Кто там прячется из нас.*

Водящий отгадывает, кто находится под полотном.



Упражнение с мячом «Здравствуй»

Дети сидят по периметру полотна, каждый держится за край. Педагог показывает детям мяч, говорит о том, что сегодня мы попробуем поприветствовать друг друга необычным способом. Показывает, как можно передать мяч, прокатив его по ткани. Дети перекачивают друг другу мяч в произвольном порядке, говорят при этом «Здравствуй, ... (имя ребенка)». Упражнение заканчивается после того, как все дети получили приветствия.



Игра «Бабочки – куколочки»

Под маршевую музыку дети шагают вдоль полотна, на паузу дети занимают углы полотна – куколочки, остальные дети – помощники. Под медленную музыку помощники заматывают куколочек в кокон от углов к центру, а потом разматывают, куколочки превращаются в бабочек. Игра повторяется снова.



Развивающие подвижные игры с красным полотном

Игра «Зоопарк»

Ткань натягивается между ведущим и ассистентом вертикально, как сетка на теннисном столе. Детям предлагается несколько вариантов музыки, в соответствии с нею дети превращаются в различных зверей: кошки, коровы, лошади, ежи. Ткань располагается близко к ногам детей. Их задача — оттолкнуть от себя ткань ногами, «отбрыкаться». После того как «отбрыкались» ногами, дети «брыкаются» руками, головой, плечами, всем телом. Дети могут при этом издавать громкие звуки в соответствии с изображаемым животным. Важно, чтобы они вкладывали в «брыкание» всю свою силу. Ведущий подбадривает их эмоционально и голосом, подливает масла в огонь. Ведущий может сказать: «Представьте, что вы волшебные лошадки, которых заперли в загоне. Они брыкаются и хотят ногами сломать стены загона».

Это упражнение очень эффективно для отыгрывания подавленных отрицательных эмоций и агрессии. Если дети чересчур возбуждены, они могут таким образом выплеснуть свое возбуждение, и дальше с ними можно будет спокойно работать. Опыт «брыкания» позволяет найти мирный путь проявления детской агрессии.



Игра «Искры – пламя»

Все дети прячутся под полотном в любом удобном положении. По команде «Загорелись искорки», дети изображают одиночные вспыхивания искорок с помощью низкоамплитудных движений. По команде «Разгорелось пламя», начинают изображать высокие языки пламени с помощью различных движений рук.

Позже можно играть подгруппами с использованием стихов:

Разгорайтесь угольки – дети машут руками, искорки тлеют и разгораются.

Станут выше костерки.

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло – дети машут сильнее, языки пламени выше становятся.

Мы задуем угольки – дети задувают огонь, пламя утихает.

И погаснут костерки – угольки тлеют.

И раз, и раз, и костер погас – дети под покрывалом замирают.



Игры с голубым полотном

Упражнение «Ветер на море»

Дети сидят по периметру полотна, каждый держится за край. Педагог рассказывает о том, что на море бывает штиль – время, когда ветра совсем нет, бывает слабый ветер, сильный, а бывает и шторм – самый сильный ветер, при котором волны бывают высотой с многоэтажный дом. По команде педагога дети при помощи тканевого полотна воспроизводят разные состояния моря.

Упражнение «Прилив – отлив»

Дети сидят на полу, по периметру полотна, каждый держится за край. Педагог рассказывает о природных явлениях «прилив» и «отлив», во время которых вода может либо высоко подняться, затопивая большую часть берега, либо отступить, обнажая дно. По команде педагога «Отлив!», дети наклоняются, максимально вытягивают руки вперед, в центр круга. По команде «Прилив!» дети выпрямляют спины, подносят руки с удерживаемой в них тканью к плечам, на поверхности «воды» остаются только головы

«Рыбки в пруду»

Дети сидят по периметру полотна, изображают море с невысокими волнами, читают стихи:

*Рыбки плавали, ныряли
В чистой свеженькой воде.*

Натягивая полотно на себя:

То сожмутся,

Выпрямляя руки вперед:

Разожмутся,

Поднимая руки вверх:

То зароятся в песке.

Быстро заползают под полотно.

Педагог проходит, смотрит, все ли рыбки в море находятся.



Игры с зеленым полотном

Упражнение «Трава»

Дети сидят по периметру полотна, каждый держится за край. Педагог спрашивает, на что похоже данное полотно (ответы детей «трава», «лес», «болото»). Педагог говорит о том, что перед нами сейчас находится лесная полянка, на которой растет трава, просит детей рассказать о том, какова она на ощупь (мягкая или твердая, гладкая или шершавая, приятная или нет, и т.д.) Далее педагог просит потереть ткань между пальцев, послушать, как шуршит наша «трава». Педагог спрашивает детей, что они хотели бы сделать на полянке (походить босиком, полежать, и т.д.) в зависимости от количества участников, одно из пожеланий выполняется.



Упражнение «Росточек»

Дети сидят по периметру полотна, каждый держится за край. Педагог зачитывает текст: Теплый луч упал на землю и согрел в ней семечки. Из семечек проклюнулись росточки. Всё чаще пригревает солнышко, росточки начинают расти и тянутся к солнышку. (Дети постепенно поднимаются и тянутся вверх). Из ростков выросли прекрасные высокие деревья, целый лес, ветви которого продолжали тянуться к солнцу. (Дети поднимают руки и разводят в стороны). Подул ветер и деревья стали раскачиваться. (Дети покачивают руками).



Подвижная игра «Дети в лесу»

Дети делятся на «Лес» и «Детей». «Лес» стоит по периметру полотна, держит его в руках над головой, «дети» гуляют в лесу, они могут проходить под полотном, гулять вокруг «деревьев», выходить за круг. «Лес» говорит слова:

*Дети по лесу гуляли,
И цветочки собирали,
Ночь приходит, не зевайте,
А скорее убегайте!*

При этом медленно опускают полотно. Дети, которые, не успели выбраться из-под полотна, выбывают из игры. Игра может повторяться несколько раз. Затем «Лес» и «дети» меняются местами, для того, чтобы каждый ребенок мог побыть в обеих ролях.



Заключение:

Внедрение технологии «Цветное игровое полотно» способствует обогащению методической базы психолого-педагогической деятельности в детском саду. Многие воспитатели открыли для себя данную инновационную форму работы с детьми, которая, кроме того, что оказалась очень интересной и вызвала много положительных эмоциональных реакций как со стороны детей, так и со стороны педагогов, но и чрезвычайно эффективна в следующих областях:

1. Снижение тревожности детей раннего возраста при расставании с родителями в детском саду.

2. Рост интереса детей старшего дошкольного возраста к участию в коллективных играх.
3. Снижение порога эмоционального дискомфорта детей с особыми образовательными потребностями.
4. Развитие коммуникации, познания, творчества, умения мыслить нестандартно.
5. Повышение двигательной активности детей в помещении групповой комнаты.

Литература:

1. Креативная педагогика. Методология, теория, практика/под ред. Д.т.н. проф. В.В. Попова, акад. РАО Ю.Г.Круглова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2011 – 319с.
2. Лыкова И.А. Художественный труд в детском саду. Учебно-методическое пособие. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2010. – 144с.
3. Лыкова И.А., Файзуллаева Е.Д. Творческий стиль освоения среды (значение изобразительного искусства для успешной адаптации в детском саду). Педагогика искусства, №1, 2014.

НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ПРОБЛЕМУ ФОРМИРОВАНИЯ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ

**Мартынов А.А., к.п.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»
Россия, г. Волгоград,
Бабахин А.В., Бабахина О.В.
«International Gold Gymnastics», Таллахасси, Флорида, США**

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы профилактики нарушений осанки в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста. Рассмотрены подходы, выступающие как основные для решения данной проблемы, так и рекомендации по их использованию на занятиях и основные требования к перспективному планированию работы в этом направлении. Правильная осанка является необходимым условием гармоничного развития. Именно поэтому формированию правильной осанки уделяют огромное внимание, как теоретики, так и практики. Нами изучено много различных методик, разработанных как на основе традиционных средств физического воспитания, так и с учетом новых современных направлений фитнес индустрии (фитбол-гимнастика, стретчинг, элементы восточных гимнастик и т.д.). Кроме этого, нами проанализировано огромное количество занятий по физической культуре в различных дошкольных заведениях. Проведено анкетирование инструкторов и воспитателей. Все это позволяет утверждать, что основные средства и методы профилактики нарушений формирования правильной осанки известны специалистам и используются ими в работе. Однако, к сожалению, не все понимают, как эффективно применять эти средства в процессе физического воспитания дошкольников. Это связано с тем, что большинство рекомендаций по использованию упражнений профилактической направленности составлено на основе методик, применяемых в лечебной физической культуре, где недостаточно точно учитываются особенности образовательного процесса и часто смешиваются профилактика и коррекция различных нарушений опорно-двигательного аппарата.

Таким образом, в связи с отсутствием необходимого программно-методического обеспечения для решения данной проблемы, профилактика нарушений осанки у детей носит, в основном бессистемный характер и осуществляется различными специалистами так, как они ее понимают. В данной статье мы с позиции педагога пытаемся взглянуть на проблему профилактики нарушения осанки в процессе занятий физической культурой.

Ключевые слова: физические упражнения, профилактика нарушений осанки, физическое воспитание дошкольников.

NEW VIEW OF THE PROBLEM OF FORMING A CORRECT BODY POSTURE

Martynov A.A., Ph.D., associate professor
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture»
Russia, Volgograd,
Babakhin A.V., Babakhina O.V.
International Gold Gymnastics, Tallahassee, Florida, USA

Annotation: The article deals with prevention of posture disorders in the process of physical education of preschool children. The approaches are considered to be the main ones for solving this problem, as well as recommendations for their use in the classroom and the basic requirements for the future planning of work in this direction. Correct posture is a necessary condition for harmonious development. That is why the formation of a correct posture is paid great attention, both theorists and practitioners. We have studied a lot of different techniques developed both on the basis of traditional physical education, and taking into account new modern lines of fitness industry (fitball-gymnastics, stretching, elements of oriental gymnastics, etc.). In addition, we have analyzed a huge number of physical education classes in various preschool institutions. The questioning of instructors and educators was conducted. All this makes it possible to assert that the basic means and methods of preventing violations of the formation of a correct posture are known to specialists and are used by them in their work. However, unfortunately, not everyone understands how to effectively use these tools in the process of physical education of preschoolers. This is due to the fact that the majority of recommendations on the use of preventative exercises are made on the basis of the methods used in the therapeutic physical culture where the features of the educational process are not accurately taken into account and the prevention and correction of various stresses motor vehicle.

Thus, in connection with the lack of the necessary software and methodological support for the solution of this problem, the prophylaxis of violations of posture in children is essentially of an unsystematic nature and is carried out by various specialists as they understand it. In this article, from the pedagogue's point of view, we are trying to look at the problem of prevention of posture disorder in the process of physical training.

Keywords: physical exercises, prevention of postural injuries, physical education of preschool children.

В сложившейся системе физического воспитания, упражнениям, укрепляющим различные группы мышц, уделяется большое внимание. Однако известно, что уровень развития силовой выносливости мышц туловища не оказывает решающего влияния на состояние осанки детей и основное значение в профилактике ее нарушений должно отводиться средствам и методам формирования навыка правильного положения тела в пространстве. При этом необходимо учитывать следующие факторы:

1. Дети дошкольного возраста отличаются неспособностью к точности движений [2], являющаяся следствием недоразвития корковых механизмов и недостаточной выработки формул движений. В связи с этим необходимо использовать специальные упражнения, которые смогут воздействовать на все анализаторные системы.

2. Для выработки любого двигательного навыка, в том числе и навыка «правильной осанки», необходимо выполнять многократные повторения, при этом моделируя различные условия выполнения.

3. В дошкольном возрасте происходит довольно быстрое формирование условных рефлексов и при этом быстрая их утрата. В связи с этим для формирования двигательного навыка, в том числе и навыка «правильной осанки», необходимо многократно осуществлять правильное выполнение в течение длительного времени [1].

4. Согласно теории А.В. Запорожца, движение, прежде чем превратиться в

произвольное и управляемое, должно стать ощущаемым и осмысленным. Осмысливание, которое как раз и опускается в традиционной практике, где происходит формирование движения по принципу управляемости без ощущаемости [4]. В массовой практике физкультурно-оздоровительной работы формирование правильной осанки детей происходит по принципу: от ребенка требуют держать спину прямо, не сутулиться, но это в конечном остается для него непонятным. В результате происходит не формирование осознанной привычки, а выработка осанки тренажерно-механическим способом. Поэтому именно упражнения, стимулирующие выработку ощущений правильного положения тела в пространстве, должны рассматриваться как основные средства для формирования правильной осанки и обязательно применяться на каждом уроке по физической культуре.

Формированию навыка сохранения правильного положения тела в движении способствуют упражнения в балансировании (с предметом на голове), систематическое использование которых также обязательно должно быть предусмотрено при планировании. Соблюдая основной принцип дидактики «от простого - к сложному», объем и порядок выполнения этих упражнений предусматриваются в зависимости от основных задач, решаемых на занятии.

Общеизвестно, что без многократного повторения сформировать двигательный навык у ребенка невозможно, но работа, требующая точных движений, быстро утомляет детей [5]. Преодолению этого способствует использование подвижных игр и эстафет, включающих обязательное принятие правильного положения тела в пространстве. Для формирования правильной осанки мы рекомендуем использовать игры на координацию движений, подтягивание, равновесие и т.д., способствующие тренировке навыков удержания туловища и головы в правильном положении.

В соответствии с целевой направленностью современной системы физического воспитания детей в процессе профилактики нарушений осанки необходимо решать следующие задачи:

1. Создание представления о правильной осанке, формирование умения удерживать правильное положение тела в пространстве (начальный этап формирования навыка правильной осанки).

2. Формирование знаний о физических упражнениях, составляющих основу профилактики нарушений осанки, и об условиях их выполнения.

3. Формирование потребностей и мотивов, обеспечивающих активное отношение детей к сохранению правильной осанки, выработка привычки следить за правильным положением тела в пространстве.

4. Укреплять мышечные группы, участвующие в удержании правильного положения туловища.

Реализация работы по профилактике нарушений осанки должна выполняться в трех направлениях.

1. Выделение времени на занятии (около 7 минут) и подбор средств, предназначенных для решения задачи формирования навыка правильной осанки. Данный компонент является базовым, а его планирование происходит на основе учета закономерности формирования двигательных навыков у детей и не учитывает общую целевую направленность занятия. К данному разделу относятся упражнения на выработку навыка правильной осанки (упражнения у стены, упражнения с предметами и т.д.).

2. Планирование специальных средств формирования осанки, которые также непосредственно не связаны с решением других задач (упражнения в балансировании с предметом на голове и т.д.).

3. Планирование средств и методов, которые могут позволить осуществить одновременное решение образовательных и профилактических задач. Здесь широко можно использовать вариативный компонент, содержание которого позволяет осуществить реализацию задач образовательно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении.

В современных методиках направленных на формирование правильной осанки

наблюдается разделение по двум направлениям:

1. За счет специально подобранных средств оказывается воздействие на общее состояние организма, при этом полностью содействуя гармоническому развитию двигательного аппарата.

2. За счет специально подобранных средств осуществляется выработка ощущений правильной осанки, при этом происходит развитие и тренировка различных анализаторов, вовлекающихся в поддержании правильной осанки.

Основным принципом планирования профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата детей должна являться минимизация изменения хода занятия. Это означает, что планирование профилактики нарушений осанки у детей должно осуществляться в соответствии с теми принципами и той технологией, на основе которых планируется процесс физического воспитания дошкольников. При подборе средств отдельного занятия преимущество должно отдаваться тем, которые способны одновременно решать оздоровительные и образовательные задачи.

Задачи, направленные на профилактику нарушений осанки, решаемые в подготовительной части занятия заключаются в формировании навыка правильной осанки с помощью упражнений у стены, а также в движениях с предметом на голове (в балансировании). В основной части урока необходимо использовать упражнения направленные на укрепление мышц туловища, а также широкое использование подвижных игр, оказывающих многостороннее воздействие на организм детей. В заключительной части, целесообразным будет использование средств направленных на восстановление работоспособности мышц туловища и формирование навыка правильной осанки с выполнением упражнений у стены.

Литература:

1. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. - М.: Новая школа, 1994. - 286 с.

2. Фомина, Н.А. Музыкально-двигательное направление физического воспитания дошкольников / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 7. – С. 57-58.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ОДАРЁННОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Петьков В.А., д.п.н., профессор,
Гребеникова В.А., д.п.н., профессор,
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», Россия г. Краснодар**

Аннотация: В статье раскрывается авторский подход к развитию и оценке двигательной одаренности детей дошкольного возраста на основе реализации авторской программы «Двигательный интеллект дошкольника», включающей в себя систему игровых заданий, позволяющую обеспечить взаимосвязанное развитие познавательных и двигательных способностей детей, лежащих в основе двигательной одаренности. Выявленные и экспериментально проверенные психолого-педагогические условия позволяют значительно улучшить основные показатели, характеризующие уровень развития психомоторных способностей дошкольников, составляющих основу их двигательной одаренности.

Ключевые слова: развитие ребенка, одаренность, двигательная одаренность, физический интеллект, психомоторные способности, физические качества.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS DEVELOPMENT OF CHILDREN'S MOTOR TALENT PRESCHOOL

Petkov V.A., Ph.d, professor,
Grebennikova V.M., Ph.d, professor,
FGBOU VO «Kuban state University», Russia, Krasnodar

Annotation: the article reveals the author's approach to the development and evaluation of motor talent of preschool children on the basis of the implementation of the author's program "Motor intelligence of preschool children", which includes a system of game tasks, which allows to ensure the interrelated development of cognitive and motor abilities of children who are at the heart of motor talent. The revealed and experimentally checked psychological and pedagogical conditions allow to improve considerably the main indicators characterizing level of development of psychomotor abilities of preschoolers making a basis of their motive talent.

Keywords: child development, talent, motor talent, physical intelligence, psychomotor abilities, physical qualities.

Гуманизация российской системы образования актуализировала работу с одарёнными детьми. Признание социальной значимости проблемы обучения и воспитания одарённых детей стало важным шагом к её решению. В трудах зарубежных авторов рассмотрение понятия «двигательная одарённость» непосредственно связывают с представлениями о «физическом интеллекте», Ф. Гальтона, который предлагал ориентироваться при определении одарённости на особенности сенсорных процессов [1]. Его идеи нашли продолжение в основанной Стенли Холлом науке о ребенке - *педологии* [2].

Традиция изучения одарённости с точки зрения физического интеллекта, имеет межпредметный характер и рассматривается с позиций психофизиологии, возрастной физиологии, нейропсихологии, психогенетики. Разработка концепций одарённости в этой направлении продолжается и в настоящее время (Г. Доман, Ж. Доман, В. В. Клименко, Э. Томас и др.). Наиболее интересной является концепция одарённости Г. Домана. Обосновывая понятие «физический интеллект», автор акцентирует внимание на шести жизненно важных функциях, развитие которых положено в основу предложенной им методики физического воспитания ребенка [3].

Двигательную одарённость, проявляемую в физической культуре и одарённость в спорте определяют психомоторные способности. Их развитие предполагает совершенствование моторного компонента физического или спортивного действия, формирование правильного двигательного образа, совершенствование сенсорного механизма управления движением и эффективное хранение, и воспроизведение двигательного эталона. Структура психомоторных способностей человека, по нашему мнению, должна включать, ряд сенсорных, моторных и когнитивно-мыслительных способностей.

Человек, как правило, не может иметь все одинаково высоко развитые психомоторные способности. Это послужило основой классификации двигательной одарённости детей, которая соотносится с представлениями В.С.Фарфеля о физических качествах [4]. В ней нами выделяются:

1. Быстрота реагирования и сила – как двигательная одарённость, проявляемая в *скоростно-силовых качествах*.

2. Работоспособность – как двигательная одарённость, заключающаяся в способности противостоять утомлению или в проявлении *качества выносливости*.

3. Координация движений - как двигательная одарённость, проявляемая в таком качестве как *ловкость*.

Развитость этих физических качеств может являться одним из критериев двигательной одарённости. Обозначенные критерии позволили выделить уровни двигательной одарённости: *обычный* (нормативный или эталонный) и два уровня

выраженности двигательной одарённости (*высокий, максимальный* (рекордный)) и дать им характеристику.

Обычный - результаты тестирования двигательных качеств соответствуют нормативным для детей данного возраста.

Высокий - результаты тестирования двигательных качеств на 25-30 % превышают нормативные для детей данного возраста.

Максимальный (рекордный) - результаты тестирования физических (двигательных) качеств на 35 % и более превышают нормативные для детей данного возраста.

Для оценки уровня сформированности физических качеств в экспериментальной работе использовались стандартные контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме. Темпы прироста показателей физических качеств оценивались по методике, предложенной В.И. Усаковым [5].

Содержание разработанной программы по развитию двигательной одарённости ребёнка «Двигательный интеллект дошкольника» включало систему игровых заданий, позволяющую взаимосвязанно развивать познавательные и двигательные способности детей (в пределах обозначенных качеств), лежащих в основе двигательной одарённости [6]. Особенностью программы, является то, что дети, занимающиеся по общепринятой программе по физической культуре, и раз в неделю, на специально организованном занятии постепенно расширяют и углубляют круг собственных возможностей в двигательной сфере. В программе задания для развития каждой группы физических качеств подобраны таким образом, что позволяют одновременно решать комплекс диагностических, психологических и коррекционных задач развития и оценки двигательных возможностей ребёнка. Интегрированные занятия решали задачу развития творческого потенциала личности ребёнка (элементов творческого мышления: дивергентного, конвергентного мышления). Долговременность и систематичность данной программы создает условия для объективного прогнозирования уровня развития двигательных способностей ребёнка.

Проведённый педагогический мониторинг позволил зафиксировать реальную картину психомоторного развития детей. Анализ произошедших изменений свидетельствует о эффективности и прогностической ценности разработанной программы и используемых методов развития двигательной одарённости дошкольников.

Как было установлено нами в результате анализа специальной литературы, а также в ходе опытно-экспериментальной работы развитие двигательной одарённости дошкольников в образовательно-воспитательном процессе дошкольного учреждения (ДОУ) будет осуществляться с большей эффективностью при соблюдении следующих психолого-педагогических условий:

- ориентации воспитания двигательных способностей в ДОУ с учётом предрасположенности детей к развитию определенной группы физических качеств;
- использования комплекса психологических, обучающих и развивающих методик и тестов, рекомендаций для педагогов, родителей и детей, а также соответствующего методического обеспечения всех этапов работы (выявление, обучение, развитие);
- создания игровой среды развивающей двигательную одарённость ребёнка;
- оптимального сочетания индивидуальных и коллективных форм работы по формированию двигательных способностей;
- включения специального игрового материала, развивающего двигательные способности в самостоятельную двигательную деятельность дошкольников;
- включения дошкольников в физкультурно-спортивную деятельность, требующую проявления творческой активности;
- организация педагогико-акмеологической деятельности, включающей комплекс мероприятий по координации усилий всех субъектов работы с одарёнными детьми.

Следование выявленным условиям позволяют значительно улучшить основные показатели, характеризующие уровень развития психомоторных способностей дошкольников, составляющих основу их двигательной одарённости, определить

перспективные направления психолого-педагогической поддержки двигательного одарённых детей в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Литература:

1. Гальтон, Ф. Наследственность таланта. Законы и последствия / Ф. Гальтон. - М., 1996. – С. 34.
2. Hall, G.S. Jesus the Christ in the Light of Psychology / G.S. Hall. - Garden City, New York. - 1917.- P. 27.
3. Доман Г. Гармоничное развитие ребёнка: как развивать умственные и физические способности ребёнка / Г.Доман. - М., 1996. – 249 с.
4. Фарфель В.С. Двигательные способности /В.С. Фарфель // Теория и практика физической культуры. -1977. - № 12. - С.27-29.
5. Усаков В.И. Педагогический контроль за физической подготовленностью дошкольников. – Красноярск. 1989.- 54 с.
6. Петьков, В.А., Баранникова Е.А. Педагогическая поддержка развития личности дошкольников /В.А. Петьков, Е.А. Баранникова// Культурная жизнь Юга России. - 2008.- № 2. - С. 58-60.

НЕТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Почтарева Н.А.,

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №11 Советского района Волгограда»

Аннотация: рассмотрена проблема использования нетрадиционных методик в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста в ДООУ. Показано, что актуальность нашего исследования представлена необходимостью проведения систематической работы по оздоровлению детей в ДООУ и недостаточной разработанностью возможности использования нетрадиционных методик оздоровления в регламентированных видах двигательной деятельности. Описывается, что занятия с использованием нетрадиционных методик являются эффективными, если за контрольный период наблюдаются положительные изменения, что способствует снижению заболеваемости среди детей, увеличению интереса к занятиям физической культурой и т.д.

Ключевые слова: физическое воспитание, дошкольный возраст, оздоровление, нетрадиционные методики, дети, гимнастика, закаливание, игра, терапия, режим, двигательная активность, дошкольное учреждение.

NON-TRADITIONAL METHODS OF IMPROVING CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

Pochtareva N.A.,

Municipal pre-school educational institution "Kindergarten № 11 of the Soviet district of Volgograd"

Annotation: the problem of using non-traditional methods in the physical culture and health work with children of preschool age in a pre-school educational institution is considered. It is shown that the relevance of our study is represented by the need for systematic work on improving children in a pre-school educational institution and inadequate elaboration of the possibility of using non-traditional methods of recovery in regulated types of motor activity. It is described that classes using non-traditional methods are effective if positive changes are observed during the control

period, which contributes to reducing the incidence among children, increasing interest in physical education, etc.

Keywords: physical education, preschool age, health improvement, non-traditional methods, children, gymnastics, tempering, play, therapy, regimen, motor activity, preschool institution.

Здоровье детей Российской Федерации отнесено к приоритетным направлениям социальной политики в области образования. В рамках реализации федеральной программы «Образование и здоровье», разработанной в 1998 году, особую значимость приобретает внедрение наиболее эффективных форм и методов оздоровления детей в системе дошкольного образования.

Частые заболевания у детей представляют собой медицинскую проблему и имеют серьезные экономические последствия. Кроме того, частая заболеваемость приводит к большим затратам со стороны родителей и здравоохранения в целом.

Исходя из вышеописанного, следует вывод, что разработка эффективных методик профилактики заболеваемости детей дошкольного возраста, а также поиск новых способов оздоровления, являются актуальными задачами не только здравоохранения, но и образовательных учреждений.

Основное содержание физического воспитания в дошкольных учреждениях базируется на разных вариантах ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания; спортивных игр (футбол, хоккей, бадминтон, городки, баскетбол и др.); общеразвивающих упражнений; подвижных игр; элементов акробатики и ритмической гимнастики. Важно приучить детей к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, закрепить у них положительное отношение к данному виду деятельности.

В системе физического воспитания в детском саду используются следующие организованные формы двигательной деятельности детей:

- утренняя гимнастика;
- физкультурное занятие;
- физкультурные минутки;
- подвижные игры и физические упражнения на свежем воздухе;
- физкультурные праздники, дни здоровья, простейший туризм.

Один из примеров двигательного режима детей дошкольного возраста представлен в таблице 1.

Таблица 1

Примеры двигательного режима детей дошкольного возраста

| Виды двигательной активности/возраст детей | 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-7 лет |
|--|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Утренняя гимнастика | 5-6 минут | 6-8 минут | 8-10 минут | 10-12 минут |
| Физкультурные занятия | 3 раза в неделю по 15-20 минут | 3 раза в неделю по 20-25 минут | 3 раза в неделю по 25-30 минут | 3 раза в неделю по 30-35 минут |
| Движения на занятиях, связанных с физкультурой | Ежедневно по 5-8 минут | Ежедневно по 10 минут | Ежедневно по 10-12 минут | Ежедневно по 10-12 минут |
| Подвижные игры и физ.упражнения на прогулках | Ежедневно по 15-20 минут | Ежедневно по 20-25 минут | Ежедневно по 25-30 минут | Ежедневно по 30-40 минут |

| <i>Продолжение таблицы 1</i> | | | | |
|--|-------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| Физкультурны й досуг | 1 раз в месяц 20 минут | 1 раз в месяц 20 минут | 1 раз в месяц 30-45 минут | 1 раз в месяц 40 минут |
| Физкультурные минутки | Ежедневно 3-5 минут | Ежедневно 3-5 минут | Ежедневно 3-5 минут | Ежедневно 3-5 минут |
| Кружковая работа | 1 раз в неделю по 15 минут | 2 раза в неделю по 10-15 минут | 2 раза в неделю по 20-25 минут | 2 раза в неделю по 25-30 минут |
| Дни здоровья | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| Самостоятель- ное исполь- зование физ. оборудования | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |
| Самостоятель- ные спортивные и подвижные игры | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |
| Общее время двигательной активности | 40-50 минут | 60-80 минут | 100-120 минут | 180-200 минут |

Физкультурное занятие является основной формой физического воспитания детей, выполняет задачи формирования двигательных навыков и умений, мотивации физической деятельности, закладывает базу физической подготовленности, необходимую для активного участия в других формах физического воспитания, развивает начальные физкультурные знания.

Для успешного физического развития ребенка необходимы разнообразные закаляющие мероприятия (солевые, сухие, водные, воздушные), активная двигательная деятельность в течение дня, физкультурное оборудование и инвентарь. Традиционных методов работы по оздоровлению дошкольников явно не всегда бывает достаточно.

В условиях возрастания объемов и интенсивности учебно-познавательной деятельности особую актуальность приобретает поиск новых форм, путей и средств повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Существует очень много нетрадиционных методик оздоровления детей дошкольного возраста, например:

1. Игропластика.
2. Театр физического развития.
3. Рижский метод закаливания.
4. Эвритмическая гимнастика.
5. Музыкотерапия.
6. Релаксация.
7. Сказкотерапия.
8. Гимнастика для глаз.
9. Пальчиковая гимнастика.
10. Динамические паузы.
11. Бодрящая гимнастика.
12. Игровой стретчинг.
13. Ритмопластика.
14. Психогимнастика.
15. Фонетическая ритмика и т.д.

В деятельности дошкольного образовательного учреждения в направлении оздоровления детей дошкольного возраста применение всех нетрадиционных методик невозможно и неоправданно. Поэтому более подробно остановимся на тех, которые уже апробированы в физкультурно-оздоровительной деятельности нашего образовательного учреждения.

Описание нетрадиционных методик, используемых в работе, представлено в таблице 2.

Таблица 1.

Нетрадиционные методики оздоровления детей дошкольного возраста

| Нетрадиционная методика | Краткое описание |
|----------------------------|--|
| Театр физического развития | Это новый подход к физическому воспитанию, предполагающий использование новой методики физического развития детей. Театр - это игровая по форме, новая система физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения детей. |
| Рижский метод закаливания | Данный метод закаливания пришел к нам из Прибалтики. Дети, целыми днями бегающие по песку и в прохладной воде Рижского взморья, крайне редко болеют простудными заболеваниями. Принцип этого метода: 1 дорожка смачивается в солевом растворе, 2 дорожка в воде, 3 дорожка остается сухой. Рекомендуется 5 прогулок по дорожкам, но для начала можно и 2-3. Данная методика не только отлично закаливает, но и является профилактикой плоскостопия |
| Эвритмическая гимнастика | Это нетрадиционный вид оздоровительно-развивающей работы с дошкольниками. Её название происходит от греческого слова «Эвритмия», что означает «прекрасный ритм», «прекрасное движение». |
| Музыкотерапия | Способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности. Различают активную и пассивную формы музыкотерапии. Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психогимнастических этюдов М. Чистяковой повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. |
| Психогимнастика | Это специальный курс занятий, который направлен на коррекцию и развитие эмоционально-личностной и познавательной сферы. Сохранение психического здоровья и предотвращение эмоциональных расстройств благодаря психогимнастике проходит в наиболее оптимальной для детей форме; |
| Игропластика | Основана на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости, а так же включает элементы йоги-терапии и упражнения на растягивание. |

Занятия с использованием представленных нетрадиционных методик являются эффективными, так как за контрольный период наблюдаются положительные изменения:

1. Гармонизация физического и нервно-психического развития детей.
2. Улучшение функционирования органов и систем организма: хороший аппетит и сон, совершенствование процессов торможения и возбуждения центральной нервной системы, положительный эмоциональный настрой.
3. Положительная динамика развития двигательных навыков и качеств, повышение уровня физической подготовленности.
4. Формирование правильной осанки и нормального свода стопы.
5. Расширение функциональных возможностей организма.
6. Снижение заболеваемости.
7. Устойчивое желание заниматься физкультурой.

Следовательно, внедрение нетрадиционных методик в физкультурно-оздоровительную работу с детьми дошкольного возраста быстрее и эффективнее вовлечет детей в занятие, будет способствовать увеличению интереса к спорту, а также значительно снизит уровень заболеваемости среди дошкольников.

Литература:

1. Богословская М.Н. Двигательная активность детей в режиме дня как культурная практика // Новые ценности образования. - 2009. - № 4. - С. 77-86.
2. Ишмухаметов М. Г. Нетрадиционные средства оздоровления детей // Начальнаяшк. - 2005. - № 1. - С. 91-94.
3. Леви-Гориневская, Е.Г. Особенности детского организма и физическое воспитание дошкольника / Е.Г. Леви-Гориневская // Дошкольное воспитание.-2009.- №2.-С.
4. Оптимизация двигательной активности детей дошкольного возраста в процессе музыкально-ритмической деятельности :практ. рук. / [И.В. Груздова, И.А. Михалева, В.Н. Сараева и др.] ; Лаб. "Формирование музык.-эстет. культуры", АНО ДО "Планета детства "Лада", Дет. сад № 164 "Восточка". - Тольятти : Изд-во ТГУ, 2014. - 47 с.
5. Подольская, Е. На зарядку становись!: (комплекс утренней гимнастики для средней и старшей групп с элементами кинезиологической и дыхательной гимнастики; упражнения для профилактики нарушения осанки) / Е. Подольская // Дошкольное воспитание.-2008.-№12; 2009.-№2.
6. Тимофеева Е.А. Подвижные игры: хрестоматия и рекомендации : метод.пособие / Е.А. Тимофеева, Е.А. Сагайдачная, Н.Л. Кондратьева. - М. : Воспитание дошкольника, 2008.
7. Шебеко, В. Физическая культура дошкольника / В. Шебеко // Дошкольное воспитание.-2009.-№5.-С.18-22.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Арстанова М.З., Бурахмед О.А., Мамаева Н.М.
МОУ «Детский сад № 235 Краснооктябрьского района Волгограда»
Россия, г. Волгоград

Аннотация: В формировании разносторонне развитой личности ребенка подвижным играм отводится важнейшее место. Они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания. Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм ребенка.

Ключевые слова: подвижные игры, средства развития физических качеств, дети дошкольного возраста.

MOBILE GAME AS A TOOL OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

Arstanova M. Z., Burahmed O. A., Mamaeva N. M.
MOU "Detskiy sad № 235 of the Krasnooktyabrskiy district of Volgograd»
Russia, Volgograd

Annotation: In the formation of a versatile personality of the child moving games given the most important place. They are considered as the main means and method of physical education. As an important means of physical education, outdoor play simultaneously has a healing effect on the body of the child.

Key words: outdoor games, means of development of physical qualities, preschool children.

Организм ребенка-дошкольника находится в периоде становления функций, их непрерывного совершенствования, поэтому весь комплекс средств физического воспитания (режим, гигиена, закаливание, активные движения, подвижные игры, спортивные упражнения) должен обеспечить решение главной задачи – воспитание здорового, гармонически развитого ребенка.

Под физическими качествами и способностями мы понимаем такие качества и способности, которые характеризуют его физическое состояние, это - прежде всего состояние его морфофункционального развития: конституция его организма и физиологические функции последнего. К числу признаков, характеризующих конституцию организма, относятся, в частности, такие показатели его телосложения, как рост, вес, окружность тела и др. Среди разнообразных физиологических функций человеческого организма особо следует отметить двигательную функцию, которая характеризуется способностью человека выполнять определенный круг движений и уровнем развития двигательных (физических) качеств. Необходимо широкое использование разнообразных средств и методов физической культуры как одного из важнейших условий для развития двигательных (физических) качеств у детей с самого раннего возраста. [1]

В развитии двигательной деятельности ребенка дошкольного возраста подвижной игре принадлежит ведущая роль. Е.А. Аркин определяет подвижную игру как мощное и незаменимое средство воспитания ребенка, основной рычаг дошкольного воспитания. Преимущество игры среди различных физических упражнений он видит в эмоциональной насыщенности, придающей ей особую привлекательность, мобилизующей силы детей,

доставляющей радость и удовлетворение; в характере двигательной деятельности, содействующей работе значительной массы крупных мышц (бег, прыжки, бросание); в разнообразии движений, устраняющем опасность утомления; в возможности регулирования самими детьми темпа и энергии движений; в проявлении личной инициативы и развитии психических качеств – смелости, дисциплины, находчивости и т.д.

Особо он подчеркивает тот факт, что игра ставит ребенка в такое положение, когда его ум работает живо и энергично, чувства напряжены, действия организованы.

А выдающийся русский педагог П.Ф. Лесгафт игру определил как упражнение, при помощи которого ребенок готовится к жизни. Она является самостоятельной деятельностью, в которой развивается собственная инициатива ребенка и воспитываются его нравственные качества.[2]

Забота о воспитании всесторонне развитого, физически крепкого молодого поколения является задачей государственной важности. С 1 января 2014 года вступил в силу Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. В качестве основного принципа дошкольного образования стандарт выдвигает «полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития». [4]

Вот и в практике нашего детского сада широко используются игры ролевые, дидактические, строительные, подвижные и др. Но среди всего многообразия игр следует выделить особо подвижные игры, в которых все играющие обязательно вовлекаются в активные двигательные действия. Характерная особенность подвижной игры – комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка. Являясь одним из основных средств и методов физического воспитания, подвижная игра позволяет эффективно разрешать оздоровительные и воспитательно - образовательные задачи. Она оказывает всестороннее воздействие на физическое развитие и оздоровление ребенка. Подвижные игры детей дошкольного возраста являются обязательным элементом свободного и научно организованного воспитания детей.

Подвижные игры, прежде всего, дают возможность развивать и совершенствовать их движения, упражняется в беге, прыжках, лазанье, бросанье, ловле и т.д. Разнообразные игровые движения требуют вовлечения всех мышечных групп в работу, усиливают кровообращение, активизируют работу легких, способствуют насыщению организма ребенка кислородом, увеличивается аппетит, повышается сопротивляемость организма вредным влияниям, укрепляется нервная система, увеличивается процент гемоглобина в крови. Интенсивная мышечная деятельность содействует развитию гибкости суставов, скелетных мышц, увеличивает мускульную силу, развивает необходимую координацию. Развитие и формирование правильных навыков движения являются весьма важным фактором общего развития детей.

Большое влияние подвижные игры оказывают также и на нервно-психическое развитие ребёнка, формирование важных качеств личности. Игры способствуют развитию моторики ребенка, они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др.

Положительная роль подвижных игр заключается не только в закреплении навыков движения, но и дают возможность детям применять их в разнообразных и изменяющихся условиях: в большом и в ограниченном пространстве, в лесу, зимой – на снежной площадке и т.д. Все это способствует развитию активности детей, умению приспосабливаться к окружающей обстановке.

Важнейший результат игры – это радость и эмоциональный подъем. Именно благодаря этому замечательному свойству подвижные игры, особенно с элементами соревнования (допустимы для детей в состоянии стойкой ремиссии заболевания), больше, чем другие формы физической культуры, адекватны потребностям растущего организма в

движении, способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию детей, воспитанию у них морально-волевых качеств и прикладных навыков, координации движений, ловкости, меткости, развитию чувства коллективизма, дисциплинированности и других важных качеств.

Говоря о влиянии игры на умственное развитие, следует отметить, что она вынуждает мыслить наиболее экономично, укрощать эмоции, мгновенно реагировать на действия соперника и партнера. Развивая привычку к волевому действию, игры создают почву для произвольного поведения, вне игровой деятельности приводя к развитию способности к элементарной самоорганизации, самоконтролю.

Важнейшей чертой подвижных игр является комплексный характер их взаимодействий на моторную и психическую сферу детей, на функции организма. В играх совершенствуется движения кисти и пальцев. Поднимание рук вверх, в сторону. Наклоны, накачивания и повороты туловища одновременно формулируют и навык владения своим телом. Ежедневные упражнения предупреждают нарушение осанки и деформацию скелета, хорошо укрепляют весь организм, оказывают благотворное влияние на нормальный рост и развитие ребенка. [3]

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны. Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. Все двигательные действия могут выполняться в самых различных комбинациях и сочетаниях.

В играх с разнообразными игрушками (мячами, скакалками, обручами) ребенок не только зрительно, но и мышечно воспринимает положение предметов.

Одна из характерных особенностей подвижных игр – стремление к результату. Ребенок испытывает радость от удовлетворения потребностей в движениях, от эмоциональной атмосферы игры, однако особый эмоциональный подъем вызывает достижение реального, наглядно положительного результата – выигрыша. Подвижная игра предлагает детям решать индивидуальную двигательную задачу, вступая во взаимоотношения с другими играющими, учитывать их поведение. Подвижная игра связана с выполнением основных движений, но не может быть средством их разучивания. В подвижных играх, как подчеркивала А.Усова, содержание должно соответствовать уровню развития и подготовленности играющих, быть доступным и интересным для них. Трудность подвижных игр для детей от 2 до 4 лет неодинакова, она зависит от насыщенности их различными моторными действиями. Следует так подбирать игры, чтобы двигательные задания в них, даже основанные на одном и том же движении, усложнялись постепенно.

Подбор и планирование подвижных игр осуществляется в соответствии с ООП ДОО. При этом необходим многосторонний учет условий работы в данной возрастной группе: общий уровень физического и умственного развития детей, уровень развития их двигательных умений; состояние здоровья каждого ребенка; время года; особенности режима дня; место проведения игры, а также пожелания детей.

Итак, требование, которым надо руководствоваться при отборе подвижных игр, – соответствие содержания игровых действий, правил возрастным особенностям детей, их представлениям, умениям, навыкам, знаниям об окружающем мире, их возможностям в познании нового. Надо стремиться к тому, чтобы игровые образы были понятны и интересны детям. Это могут быть уже знакомые образы (кот, птичка); с неизвестными персонажами малышей легко познакомить, используя картинку, игрушку, сказку, книжку (медведь, лиса, заяц и др.). Важно, чтобы движения персонажей игр были разнообразны, но доступны для исполнения маленьким детям. Поэтому необходимо, чтобы им был хорошо знаком персонаж, которому они подражают. В работе с малышами рекомендуется использовать и игры с небольшим художественным текстом, который подсказывает детям движения и заменяет в игре правила («Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке», и др.).

Очень важно иметь в виду, что разнообразие двигательных заданий обеспечивается не только тем, что в каждой игре используется новое по характеру движение, но и тем, что в нескольких играх одно и то же движение выполняется при разном построении и в разных ситуациях. В одной игре дается ходьба группой, в другой – ходьба по кругу, взявшись за руки, в третьей игре детей приучают ходить парами или врассыпную. Так же можно разнообразить и бег. Дети могут бегать в одном направлении, врассыпную, убегать от ловящего на свои места и т. п. Выполнение движений в разных игровых ситуациях имеет большое значение для развития координации движений малышей, ориентировки их в пространстве, а также способствует воспитанию их активности и самостоятельности.

Важно не только правильно подобрать игру, но и провести ее так, чтобы она дала наибольший эффект.

Таким образом, игра одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности), совершенствование функций организма, черт характера играющих.

Литература:

1. Дегтярев И.П. Физическое развитие. Киев 2005.
2. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пед. ин-от.- М., «Просвещение», 1972.
3. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей: Кн.для учителя .- Мн.: Нар. Асвета, 1989.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДЕТЕЙ В ДЕТСКИХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

**Батова Е.А, к.п.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет им. И.С. Тургенева,
г. Орел, Россия**

Аннотация: в данной статье раскрываются особенности физкультурно-оздоровительных мероприятий для детей дошкольного возраста в детских садах. Раскрываются основные средства и задачи физического воспитания дошкольников.

Ключевые слова: физическое воспитание, физкультурно-оздоровительные мероприятия, дошкольный возраст, физическое развитие, здоровье.

PECULIARITIES OF ORGANIZATION OF SPORTS AND RECREATION ACTIVITIES OF CHILDREN IN PRESCHOOL INSTITUTIONS

**Batova E.A, PhD, associate professor
FSBEI "Orenburg state University. I. S. Turgeneva,
G. Orel, Russia**

Annotation: the article reveals the peculiarities of sports and recreational activities for preschool children in kindergartens. The article reveals the main means and tasks of physical education of preschool children.

Key words: physical education, sports and recreation activities, preschool age, physical development, health.

Двигательная активность является одним из важнейших компонентов образа жизни и поведения дошкольников. Она зависит от организации физического развития и воспитания детей, от уровня их подготовленности, от индивидуальных особенностей и функциональных возможностей организма. Недостаточность двигательных функций у детей может проявляться во всех компонентах моторики. А именно, в общей, в тонких движениях кистей и пальцев рук, мимической и речевой. Все это приводит к плохой координации движений в сложных действиях по самообслуживанию, вызывает затруднения в овладении ручными операциями (письмо, рисование), сказывается на выражении мимики, на формировании речи, правильного и четкого звукопроизношения. Установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности дошкольников и их словарным запасом, развитием речи и мышлением.

Здоровье ребенка закладывается с детских лет. "В каких бы условиях не воспитывался ребенок, ему необходимы средства для своевременного и правильного развития движений: просторное помещение, пособия и предметы, побуждающие его к действию, подвижные игры, музыкальные занятия, а так же специальные занятия физической культурой" [К.Д. Губерт, М.Л. Рысс, 1981 г.]. Поэтому в детском саду большое внимание уделяется развитию силы, ловкости и выносливости детей. Основными средствами физического воспитания детей дошкольного возраста являются правильное питание, использование естественных факторов природы, хороший гигиенический уход, рационально организованный режим дня, методически грамотное проведение режимных процессов (кормления, сна, туалета), создание благоприятных условия для разнообразной деятельности ребенка.

С момента рождения ребенок постоянно стремится к движениям, которые оказывают всестороннее влияние на растущий организм.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста является весьма актуальным. Профессионально подобранные физические упражнения для данного возраста, способствуют наиболее быстрому физическому совершенствованию. Активные движения повышают устойчивость организма ребенка к заболеваниям и вызывают мобилизацию его защитных сил. Физические упражнения способствуют развитию у детей умственных способностей, восприятия, мышления, внимания, а также пространственных и временных представлений. Определенная двигательная активность способствует улучшению питания тканей, формированию скелета и правильной осанки. Главными задачами физического воспитания детей дошкольного возраста являются:

1. Обеспечение сохранения и укрепления здоровья детей, повышение сопротивляемости их организма к заболеваниям, неблагоприятным факторам внешней среды, формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни;
2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков в соответствии с индивидуальными особенностями развития физических качеств ребенка, его личностных характеристик, накопленного двигательного опыта;
3. Создание необходимых условий для реализации потребности ребенка в двигательной активности с учетом соблюдения режима дня и предметно-развивающей среды;
4. Создание инновационных технологий в области физического воспитания дошкольников и их внедрение в образовательный процесс;
5. Просветительско-воспитательная работа, направленная на формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, воспитание культуры здоровья, динамика наблюдения за состоянием здоровья детей, а также мониторинг по плану «готовность к школе».

Успешное решение вышеизложенных задач возможно при комплексном использовании всех средств физического воспитания.

Основной формой обучения ребенка движениям и развития физических качеств являются физкультурные занятия, проводимые в детских садах 3 раза в неделю. Основное внимание на занятиях, проводимых на воздухе, уделяется ходьбе, бегу, разнообразным

видам прыжков, играм в бадминтон, баскетбол. Содержание занятий на воздухе в зимний период составляют ходьба на лыжах, ходьба и бег по снежному валу со спрыгиванием, метание снежков в горизонтальную, вертикальную, движущуюся цель и на расстояние, скольжение на ногах по ледяной дорожке, катание на санках. То есть используются более динамичные движения, чем в теплое время года.

"Большой эмоциональный подъем и интерес вызывают занятия в парке, лесу, сквере, на пересеченной местности, специально оборудованном для дошкольников берегу водоемов. Они включают физические упражнения с использованием естественных условий: прыжки с пня на пень, с кочки на кочку, через ручейки, канавы; переправы через ручейки по доске, бревну; подпрыгивание с доставанием веток; бег по пересеченной местности с преодолением естественных препятствий (лежащий ствол дерева, пень и т.д.); метание шишек в цель и на расстояние и т.д." [Т.И. Осокина. 1978 г.].

Физкультурные занятия, проводимые в помещении, включают упражнения на развитие равновесия, лазания, метания в цель, а также упражнения, способствующие развитию выносливости и силы - это висы с опорой на одну или обе ноги, непродолжительное удержание позы в неподвижном состоянии и другие. Следует отметить, что их применение должно быть строго регламентированным, так как дети быстро утомляются. В конце занятий выполняются упражнения на расслабление, они предупреждают состояние утомления у детей и успокаивают функциональные системы организма. Медленный темп упражнений на расслабление, музыкальное сопровождение и спокойная обстановка способствуют восстановлению организма в наиболее короткий срок. Выполнение этих же упражнений с закрытыми глазами дает еще более положительный эффект. Следует отметить, что при физической нагрузке, в результате которой ЧСС ребенка учащается на 90 – 100 %, выполнение такой заключительной части ведет к восстановлению организма уже на 1-2 минутах после занятия [по данным Э.И. Ариговской, 1968г.].

При выборе формы занятий с дошкольниками необходимо учитывать различные способы организации детей: индивидуальный, поточный, сменный, фронтальный, групповой. Наиболее целесообразным представляется проведение комплексного использования различных способов. Физкультурные занятия обычно организуются в первой половине дня. Также проводятся контрольные занятия. Цель таких занятий - выявить степень усвоения детьми программного материала.

Утренняя гимнастика продолжительностью 8-10 минут включает ходьбу, бег, прыжки, 6-8 ОРУ без предметов или с предметами, которые повторяются 6-12 раз в зависимости от физической нагрузки, получаемой организмом. После сна организм ребенка требует постепенного "пробуждения" и подготовки к активной деятельности. В связи с этим, после подъема детей целесообразно под музыкальное сопровождение провести различные построения (по диагонали, противходом, "змейкой", зигзагом и т.д.) с выполнением физических упражнений, способствующих формированию осанки, сводов стопы, а также подвижные игры с элементами танцевальных шагов и импровизацией танцевальных движений.

По содержанию такие занятия могут иметь следующие варианты:

1. Разновидности ходьбы, бега, танцевальных шагов, перестроений и передвижений в построении; 2-3 ОРУ; подвижные игры или эстафеты; упражнения на расслабление; дыхательные упражнения.

2. Упражнения на расслабление; дыхательные упражнения, прыжки, метание, лазание, элементы танцев.

3. Подвижные игры (например, "Ровным кругом", "Ловушка", "Эстафета с бегом по гимнастической скамейке).

4. Индивидуальные игры с мячами, скамейками, ракетками для бадминтона.

5. ОРУ с предметами, входящие в программу утренника или физкультурного праздника.

6. Упражнения, лежа в постели после сна, затем игра или эстафета.

Важным мероприятием в режиме дня детей являются физкультминутки. Они проводятся в паузах на занятиях по развитию речи, рисованию, формированию элементарных математических представлений. Их цель – поддержание умственной работоспособности детей на достаточно высоком уровне. Продолжительность таких физкультминуток 2-3 минуты. Их проводят в тот момент, когда у детей снижается внимание и наступает утомление (обычно это 12-16 минуты). Ребята выполняют физические упражнения, стоя у столов или выходят на свободное место. К таким упражнениям относятся потягивания, наклоны, движения рук вверх-вниз, вперед, в стороны, полуприседания, подпрыгивания, ходьба на месте. Рекомендуют проводить физкультминутки с музыкальным сопровождением. Они проходят эмоционально и интересно. Например, дети могут выполнять под музыку несколько видов танцевальных шагов или петь песни, сопровождая их импровизированными движениями (кружение, наклоны, приседания).

Физкультурные праздники и дни здоровья также являются неотъемлемой частью физического воспитания детей в дошкольных учреждениях. Физкультурные праздники проводятся не менее 3 раз в год. Они посвящаются различным сезонам года или могут носить тематический характер, например: "Мама, папа, я - дружная семья". Как правило, такие мероприятия проводятся на свежем воздухе продолжительностью 1-1,5 часа. "Один раз в квартал планируются дни здоровья. Лучшее место для их проведения - лес, поляна, луг, где организуются игры, развлечения, соревнования в беге, метании, прыжках" [Т.П. Лескова, 1983 г.]. В любое время года дни здоровья сопровождаются различными эстафетами, подвижными и спортивными играми (футбол, хоккей, бадминтон). В дни организации физкультурного праздника и дня здоровья физкультурные занятия в режиме дня не планируются.

В последнее время популярным стало введение задания на дом. Домашние задания используют с целью отработки правильной техники движений, освоения отдельных элементов спортивных упражнений и игр, развития физических качеств, предупреждения и исправления дефектов осанки. "В содержание их могут быть включены общеразвивающие упражнения, основные виды движений, специальные подготовительные упражнения, элементы танцевальных движений, игры-забавы, развлечения, спортивные упражнения. Текст домашнего задания, сопровождаемый рисунками, должен находиться в уголке для родителей" [Е.М. Минских, 1984г.].

Таким образом, активное и последовательное включение инновационных форм физкультурно-оздоровительных мероприятий в образовательный процесс детей дошкольного возраста по физическому воспитанию, способствует формированию всесторонне развитой личности ребенка, обеспечивает гармоничное развитие интеллектуальных и физических способностей детей без вреда их здоровью.

Литература:

1. Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка [Текст]/ В.Г. Алямовская.- Москва: Педагогика, 2003. - 209 с.
2. Аригофская Э.И., Резанова В.Д. Физиология и физкультура. М.: "Просвещение", 1968-215с.
3. Веселая З.А. Игра принимает всех. Минск, Польша. 1985 – 58 с., ил.
4. Глазырина, Л.Д. Физическая культура дошкольникам: Программа и программные требования [Текст]/ Л.Д.Глазырина. - Москва: ВЛАДОС, 2001. - 187 с.
5. Губерт К.Д., Рысс М.Г. Гимнастика и массаж в раннем возрасте / Пособие для воспитателя. М.: "Просвещение". 1981 – 230 с., ил.
6. Гуссмов А.Х. Физкультурно-оздоровительная группа. М.: "ФиС". 1987 – 190с.
7. Давыдова, О.И. Работа с родителями в детском саду [Текст] / О.И.Давыдова, Л.Г. Богославец, А.А.Майер. - Москва: Сфера, 2005. - 144 с.

8. Замотаева Л. Организация физкультурных занятий по принципу круговой тренировки [Текст]/ Л. Замотаева // Дошкольное воспитание. - 2001. - № 5. -С. 34 - 36.
9. Лескова Г.П., Ноткина Н.А. Влияние физкультминутки на физическое состояние и умственную работоспособность детей. М.: "ФиС". 1983 – 120 с.
10. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. М.: "Просвещение", 1978.-170 с.

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ КВЕСТ – ОДНО ИЗ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ В РАМКАХ ИГРОВОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Вишневецкая Т.В., Доценко И.А., Смехова Н.В.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

**«Центр развития ребенка № 4 Краснооктябрьского района Волгограда», Россия,
Волгоград**

Аннотация: В статье рассматривается возможность использования двигательного квеста в рамках игровой двигательной деятельности в физическом воспитании детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: двигательный квест, физическая рекреация, физическое воспитание детей дошкольного возраста.

MOVING QUEST IS A PART OF PHYSICAL RECREATION IN THE FRAMEWORK OF PLAYING MOTOR ACTIVITY OF PRESCHOOL CHILDREN.

Vishnevetskaya TV, Dotsenko I.A., Smekhova N.V.

**Municipal preschool educational institution "The child Development center № 4 of
Krasnooktyabrsky district", Russia, Volgograd**

Annotation: The article considers the possibility of using the moving quest in the framework of gaming motor activity in the physical education of preschool children.

Keywords: moving quest, physical recreation, physical education of preschool children.

Дошкольный возраст является одним из главных этапов в процессе личностного развития. В современном обществе усиливается тенденция к интегрированному и целостному рассмотрению личности ребенка. Обеспечение условий для гармоничного развития ребенка, раскрытия и культивирования его индивидуальных возможностей и способностей, личностного становления, возможно, на наш взгляд, в рамках игровой двигательной деятельности, реализуемой в процессе физического воспитания. На базе нашего дошкольного учреждения, в рамках региональной инновационной площадки, ведется экспериментальная работа по обоснованию физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе игровой двигательной деятельности. Мы рассматриваем игровую двигательную деятельность как процесс активного взаимодействия ребенка с ценностями физической культуры, направленный на его гармоничное физическое развитие и удовлетворение его природосообразных потребностей в движении, игре, эмоциональном обогащении. Игровая двигательная деятельность реализуется в рамках непрерывной образовательной двигательной деятельности, дополнительного физкультурного образования и физической рекреации.

Каждое из направлений обладает своим набором средств. Так дополнительное физкультурное образование представлено реестром спортивных (футбол) и подвижных игр. Также игровая двигательная деятельность представлена двигательными играми

драматизациями и играми-тренингами. Одним из средств физической рекреации являются игровые квесты. Рассмотрим данную группу подробнее.

Квест (заимствование англ.) Quest – «поиск, предмет поисков, поиск приключений, исполнение рыцарского обета»; изначально - один из способов построения сюжета – путешествие персонажей к определенной цели через преодоление трудностей. Внедрение квест-технологии в работе с дошкольниками, на наш взгляд, оправданно и эффективно, поскольку такая форма взаимодействия педагога и детей, способствует формированию умений решать определенные задачи на основе компетентного выбора альтернативных вариантов через реализацию определенного игрового сюжета. Данная технология позволяет развивать детей во всех пяти образовательных областях, представленных в дошкольном образовании. Фронтальный квест позволяет провести двигательную деятельность со всеми детьми детского сада. Каждая группа имеет своё кольцо с заданиями и начинает движение с определённой точки вокруг детского сада или в его помещении. Двигательный – развивает двигательные навыки и физические качества детей. Цель данного квеста – создать условия для развития физических качеств у дошкольников. Структура двигательного квеста такая же, как и у традиционного: введение, задание, порядок выполнения, итог. В введении определяются сюжет, который будет положен в основу игровой задачи дошкольников. Определяются персонажи, которые помогут создать атмосферу приключений, помогут поддержать сюжет. На этапе задания выбираются задания, которые позволяют развивать все физические качества. Определяются бонусы и система штрафов (кусочек карты, фишки и так далее, штрафы - например, дополнительное двигательное задание), как будет подведён итог (что найдут в итоге приключений), и какие призы получают дети в итоге двигательной деятельности. Квест часто выступает финальным мероприятием тематических недель. Ядром квеста являются двигательные задания. Требования к двигательным заданиям - это оригинальность, доступность, адекватность ситуации. Поскольку квест двигательный, немаловажным условием является безопасность. Задания для проведения двигательного квеста содержатся в картотеке подвижных игр и упражнений развития физических качеств, которая помогает сделать процесс моделирования квеста системным и более вариативным. Для проведения квеста педагогами разработан универсальный маршрутный лист. Чтобы моделирование было системным, разработана также операционная карта. Педагогами были проведены квесты "Как Иван-эколог природу спасал", "В стране дорожных знаков", "В поисках новогодних украшений" и др.

Таким образом, успешно апробированная, имеющая положительную оценку региональных и городских конкурсов квест-технология, проводимая в рамках инновационной деятельности, еще раз подтверждает, что игровая двигательная деятельность способствует гармоничному физическому развитию детей, формированию их психофизической сферы и укреплению здоровья детей.

Литература:

1. Выготский, Л.С. Собр. соч. в 6т. Т.5 Диагностика развития и педагогическая клиника трудного детства /Л.С. Выготский. - М.,1984.-С.49-73.
2. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность/А.Н. Леонтьев.- М., 1975.-80 с.
- 3.Максимова, С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития на основе музыкально-двигательной деятельности: монография/ С.Ю. Максимова. -ГАОУ ДПО "СарИПКиПРО".- Саратов,2013.-300 с.
4. Максимова, С.Ю. Коррекционные возможности ритмической гимнастики в адаптивном физическом воспитании дошкольников с задержкой психического развития / С.Ю. Максимова // Адаптивная физическая культура.-2011.-№ 2(46).-С.15-16.

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЭЛЕМЕНТАМ СПОРТИВНЫХ ИГР

Высоцкая Л.А., Косенко М.В., Попова С.А.,
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 368 Кировского района Волгограда»
Россия, г. Волгоград

Аннотация: В статье представлены результаты экспериментального исследования, направленного на разработку и внедрение в содержание физического воспитания детей дошкольного возраста элементов спортивных игр. В ходе занятий по физической культуре с использованием «школы мяча» обеспечиваются условия двигательной подготовленности и формирования произвольности поведения дошкольников.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, подвижные игры, элементы спортивных игр, обучение элементам спортивных игр, двигательные способности

PECULIARITIES OF EDUCATION OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE, THE ELEMENTS OF SPORTS GAMES

Vysotskaya L. A., Kosenko M. V., Popova S. A.
Municipal preschool educational institution
"Kindergarten № 368 of Kirovsky district of Volgograd»
Russia, Volgograd

Annotation: The article presents the results of an experimental study aimed at the development and implementation of the content of physical education of preschool children elements of sports games. During physical education classes with the use of "school ball" provided conditions of motor readiness and formation of arbitrary behavior of preschoolers.

Keywords: preschool children, outdoor games, elements of sports games, training elements of sports games, motor abilities

Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, а также их полноценное физическое развитие - одна из важных задач дошкольного детства. Вместе с тем необходимо отметить, что современные дети отдают предпочтение малоподвижным видам деятельности, таким, как игры с конструктором, компьютерные игры, просмотр мультфильмов и др., что увеличивает статическую нагрузку и, как следствие, ведет к снижению двигательной подготовленности.

Также необходимо отметить, что приоритетным для родителей является интеллектуальное развитие детей, что ведет к перегруженности режима дня деятельностью, которая также ведет к дефициту движений.

Нарушение баланса между разными видами деятельности негативно сказывается не только на изменении показателей двигательной подготовленности в худшую сторону, но и на состоянии здоровья дошкольников. По данным Национального медицинского исследовательского центра здоровья детей Российской Федерации, количество абсолютно здоровых детей снизилось (до 15,1%), увеличилось число детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья (до 67,6 %) и с хроническими заболеваниями (до 17,3%) [6].

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования отмечается первостепенная задача дошкольного детства – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей и их эмоционального благополучия. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления дошкольников,

эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей [5].

Игра является спутником жизни детей дошкольного возраста. Это не только первая доступная для детей форма деятельности, но и основное средство их разностороннего развития [2].

В детских садах подвижные игры включаются в работу по физическому воспитанию с младшего дошкольного возраста. В данный возрастной период преимущество отдается сюжетным и процессуально-подражательным играм. По данным Н.В. Финогеновой, они включаются в содержание занятий по физической культуре в 80% случаев. По мере взросления ребенка значимость их для развития детей снижается и в среднем и старшем дошкольном возрасте значительно шире используются бессюжетные игры. В средней группе – в 30 % случаев, в старшей и подготовительных группах до 40 % [1].

В своих исследованиях Л.Н. Волошина [3] убедительно доказывает возможность использования в дошкольном возрасте спортивных игр, указывая на их значительный развивающий потенциал.

Игры с элементами спорта требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентировки в пространстве. Следовательно, они активно развивают эти качества.

Физические упражнения в спортивных играх – это сложные для детей двигательные действия, в отличие от основных движений, они не встречаются в повседневной жизни. Для игр с элементами спорта характерна определенная специфика и точность двигательных действий, определенный состав участников, распределение функций, четкая организация игровых условий (разметка площадки, подбор инвентаря). В содержание занятий по физической культуре детей дошкольного возраста элементы спортивных игр вводятся со старшей группы. Их основная цель – познакомить детей со спортивными играми и упражнениями, создать представление о тренировочном процессе в спортивных играх.

Однако наблюдения за играми детей среднего дошкольного возраста во время прогулок показывают, что уже в этом возрасте у них проявляется интерес к спортивным играм и, прежде всего, действиям со спортивными предметами. Им интересны те изменения, которые происходят вследствие манипуляций с ними. Но недостаточный двигательный опыт приводит к тому, что дети быстро устают и прекращают выполнять задания [2].

Поэтому мы предположили, что включение в содержание занятий по физической культуре адаптированных для среднего дошкольного возраста подвижных игр, направленных на овладение «школой мяча», будет способствовать накоплению игрового опыта для использования их не только во время занятий по физической культуре, но и в самостоятельной двигательной деятельности. Это в дальнейшем будет способствовать не только более качественному овладению техникой двигательных действий, но и положительно скажется на личностном развитии дошкольников, в частности, на умении управлять своим поведением.

Первоначально, в качестве основной задачи, было формирование определенных умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения. Поэтому в этот период детям предлагались игровые задания и игры с мячами различного размера и веса, а также предоставлялась возможность свободно поиграть с мячом. Например, в игре «Играй, играй, мяч не теряй» участникам игры давалось задание подбрасывать и ловить мяч. При этом на каждом занятии мячи менялись (изменения касались веса мяча, размера и материала, из которого изготовлен мяч). При этом важным являлось также и то, чтобы детям понравились игры с мячом, чтобы они после занятий с нетерпением ждали возможности еще поиграть.

Далее обучали детей правильно держать мяч обеими руками на уровне груди, принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста, из которой можно

быстро, удобно и успешно выполнять любое действие с мячом и без мяча и наконец, передавать и ловить мяч.

Одним из наиболее важных действий с мячом является его ведение. Оно позволяет игроку, владея мячом, перемещаться по площадке.

Для детей среднего дошкольного возраста еще недоступны упражнения с ведением мяча, но с передвижением по площадке, с ударами мяча о пол и ловлей его после отскока они успешно справляются.

На начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка направляли на качество выполнения движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Пока дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения мы не предлагали. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом игровой метод нельзя использовать. Используя игры и игровые упражнения, мы не только удовлетворяем желание детей играть, но и активно формируем игровой опыт, который в дальнейшем дети могут использовать в самостоятельной двигательной деятельности во время прогулки. Наиболее эффективными оказались подвижные игры, в которых каждый играющий действует за себя. В них получение удовольствия от игры успешно сочетается с обучением в игре.

Широкое использование подвижных игр и игровых заданий дало положительные результаты. В большей степени изменились результаты в диагностических методиках, характеризующих развитие координационных (17,2 %) и скоростно-силовых способностей (15,6 %). При этом дети стали более внимательно слушать задания воспитателя и старались при самостоятельном его выполнении допустить как можно меньше ошибок, то есть выполнить более точно. При этом 61,9 % детей без ошибок выполняли двигательные задания после первого объяснения, остальные вспомнили все детали игровых правил после напоминания.

Таким образом, можно утверждать, что использования «Школы мяча» в среднем дошкольном возрасте на основе включения в содержание занятий по физической культуре подвижных игр и игровых заданий будет способствовать не только двигательной подготовленности дошкольников, но и будет содействовать проявлению произвольности поведения.

Литература:

1. Вершинин М.А., Финогенова Н.В., Сабуркина О.А. Физическое воспитание старших дошкольников на основе использования средств спортивных игр // Теория и практика физической культуры. - 2017. - № 10. - С. 57-59.

2. Журавлева, А.Ю. Комплексная методика обучения дошкольников 3-6 лет основам тенниса [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А.Ю. Журавлева. – М., 2014. – 24 с.

3. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников/ авт.-сост. Л.Н. Волошина, Е.В. Гавришова, Т.В. Курилова. – Волгоград: Учитель, 2013.-141с.

4. Кузнецов П.К. Гуманистические ценности массового спорта как средство формирования всесторонне развитой личности // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. - 2012. - № 15. - С. 164-169.

5. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Письма и приказы Минобрнауки. [Текст] – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 96.

6. Чернега О. В. Здоровый образ жизни дошкольника как социально-педагогический феномен // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2015. – № 34; [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/zdorovyuy-obraz-zhizni-doshkolnika-kak-sotsialno-pedagogicheskiy-fenomen> (15.02.2016).

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ОСТРЫХ РЕСПИРАТОРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Гавришова Е.В. к.п.н., доцент
ОГАОУ ДПО «Белгородский институт развития образования»
Россия, г. Белгород

Аннотация: В статье представлены результаты исследования влияния систематических занятий дыхательной гимнастикой на снижение уровня заболеваемости старших дошкольников острыми респираторными заболеваниями. Показана роль взаимодействия педагогов ДОО и родителей воспитанников в повышении качества здоровья дошкольников.

Ключевые слова: жизненная ёмкость лёгких (ЖЕЛ), дыхательная гимнастика, спирометрия.

THE USE OF BREATHING EXERCISES IN THE PREVENTION OF ACUTE RESPIRATORY DISEASES IN OLDER PRESCHOOLERS

Gavrishova E. V. PhD, associate professor
Regional state Autonomous educational institution additional professional education 'Belgorod Institute of education development», Russia, Belgorod

Annotation: the article presents the results of the study of the impact of systematic breathing exercises on reducing the incidence of acute respiratory diseases in older preschoolers. The article shows the role of interaction between teachers of DOE and parents of pupils in improving the quality of health of preschool children.

Keywords: vital capacity of the lungs, breathing exercises, spirometry.

Дошкольный период является одним из наиболее ответственных периодов жизни человека в формировании физического здоровья. Сегодня известно, что примерно 40% заболеваний у взрослых были "заложены" в возрасте 5-7 лет. Именно поэтому дошкольное физическое воспитание должно формировать уровень здоровья ребенка и фундамент физической культуры будущего взрослого человека.

Основную долю в общем числе заболеваний составляют простудные, на втором месте инфекционные заболевания. Важнейшая задача детского сада - укрепление здоровья дошкольников, особенно их дыхательной системы, и приучение воспитанников к необходимости вести здоровый образ жизни. К сожалению, дети болеют часто, и врачи убеждены, что происходит это потому, что ребята не владеют гигиеническими навыками на должном уровне, не осознают необходимости постоянного ухода за своим организмом, не знают, что значит «правильное питание», «правильное дыхание».

Измерение жизненной ёмкости лёгких (ЖЕЛ), как одного из важных возрастных и функциональных показателей дыхания, у детей седьмого года жизни в начале экспериментальной работы показало необходимость специальной работы по укреплению дыхательной системы.

Исследование функции дыхания проводилось в экспериментальной (25 человек) и контрольной (25 человек) подготовительных группах по методике С.А.Есакова.

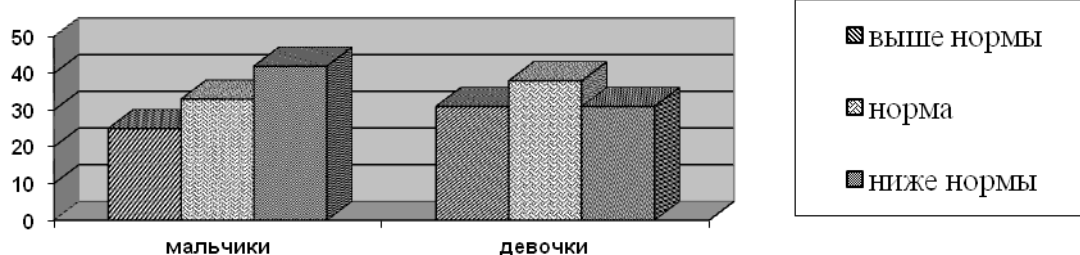
Жизненную ёмкость лёгких (*показатель внешнего дыхания; объём воздуха, выходящий из дыхательных путей при максимальном выдохе, произведенном после максимального вдоха*) измеряли с помощью спирометра (метод спирометрии), исходя из нормативов, определённых С.А.Есаковым, (Таблица 1). Метод спирометрии не имеет ограничений по возрастным параметрам и не имеет противопоказаний.

Таблица 1.

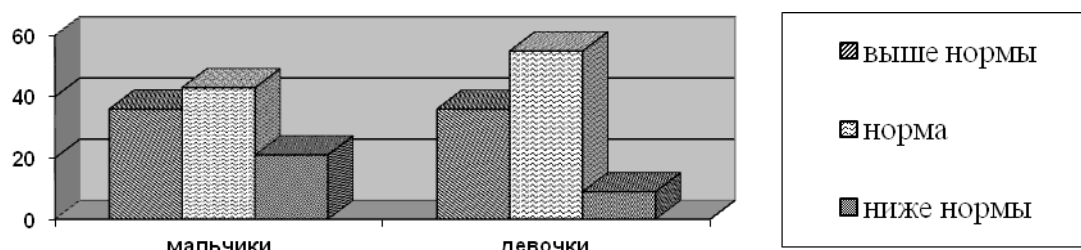
**Средние величины жизненной ёмкости лёгких детей дошкольного возраста
(по Есакову С.А.)**

| Возраст (в годах) | Жизненная ёмкость лёгких | |
|-------------------|--------------------------|---------|
| | Мальчики | Девочки |
| 4 | 1,15 | - |
| 5 | 1,2 | 0,85 |
| 6 | 1,2 | 1,1 |
| 7 | 1,4 | 1,25 |

Результаты измерения жизненной ёмкости лёгких у детей экспериментальной и контрольной групп представлены в диаграммах на рисунках №1, 2.



**Рис.1. Результаты спирометрии в экспериментальной группе.
(Количество человек в %)**



**Рис 2. Результаты спирометрии в контрольной группе.
(Количество человек в %)**

Оценивая результаты можно констатировать, что у 58% мальчиков и 59% девочек в экспериментальной группе с совокупностью процессов, обеспечивающих обмен газов между окружающей средой и организмом, проблем нет. Объем воздуха, который выходит при выдохе соответствует норме или превышает её. Значит, детский организм получает в достаточном количестве кислород, идущий на реакцию окисления глюкозы в клетках с целью получения энергии и своевременно обеспечивается удаление углекислого газа из организма. В контрольной группе эти показатели заметно выше – у 79% мальчиков и 91% девочек ЖЕЛ соответствует норме или превышает её.

42% мальчиков и 31% девочек из экспериментальной группы имеют определённые проблемы с дыхательной системой. У них жизненная ёмкость легких ниже возрастной нормы, они чаще болеют респираторными заболеваниями, у одного мальчика – астма, у двух девочек хронический бронхит. В контрольной группе 21% мальчиков и 9% девочек имеют показатели ЖЕЛ ниже нормы.

Должностная величина жизненной ёмкости легких у наших детей не рассчитывалась, т.к. нормативы есть только для детей с 8 лет.

Изучение родительских представлений о здоровье детей и способах его укрепления велось при помощи анкетирования и индивидуальных бесед. Участвовали 22 семьи, чаще всего отвечали на вопросы анкеты папы. Результаты представлены ниже.

68% респондентов считают, что их дети здоровы и болеют редко, 32% озабочены здоровьем своих детей.

При этом родители убеждены, что знают возрастные особенности физического развития своих детей и учитывают их в практической деятельности, т.е. они считают нужным удовлетворять потребности детей в движениях, создавать необходимые условия для занятий физической культурой.

50% семей занимаются специальными закаливающими процедурами: контрастным обливанием, умыванием холодной водой, 14% водят детей на занятия спортивных секций в бассейн и на каток, 36% семей ограничиваются только прогулками. Время пребывания детей на прогулках в выходные дни у разных семей разное: 45% гуляют с детьми от 1 часа до 3, 55% - больше трёх часов.

Родители откликаются на предложения включаться в совместную деятельность, связанную с укреплением здоровья детей: 20% готовы это делать всегда, 68% - как позволят условия на работе, 12% сами предлагают какие-то идеи и варианты сотрудничества. Это они посоветовали в детском саду использовать в качестве закаливающих процедур обливание ног водой контрастных температур, хождение босиком, солевое закаливание, дыхательную гимнастику.

Подводя итоги изучению мнения родителей о том, как они в семье организуют физкультурно-оздоровительную деятельность своих детей можно констатировать, что практически все понимают значимость физкультурно-оздоровительной работы с детьми и многое делают для укрепления здоровья своих ребят. Только в одной анкете преобладали ответы «нет», «не знаю».

С учётом полученных данных был разработан долгосрочный проект, предполагающий выполнение дыхательной гимнастики с детьми ежедневно, не менее двух раз в день, как компонент утренней гимнастики, разминки после сна и в физкультурных паузах на занятиях. Цель проекта состояла в том, чтобы при помощи правильного дыхания не только укрепить здоровье детей, особенно страдающих простудными заболеваниями, но и улучшить работу головного мозга, сердца и нервной, дыхательной систем, что позволит им быть эмоциональными, подвижными, выносливыми, активными.

Главной особенностью проекта является формирование поведенческих реакций, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей через привычку «правильного» дыхания. Мы стремились обратить внимание не только детей, но и их родителей на формирование правильного дыхания. Соблюдение единых требований детского сада и семьи в воспитании здорового дошкольника и вовлечение родителей в здоровьесберегающие и оздоровительные мероприятия – основополагающий принцип нашей работы.

Составляя проект, изучили рекомендации и упражнения А.Н. Стрельниковой [1], К.П. Бутейко [2], Б.С. Толкачёва[5], М.Л. Лазарева [4], выбирая и адаптируя их к особенностям наших детей и руководствуясь советами врача-педиатра детского сада. Оптимальной для наших условий оказалась дыхательная гимнастика М.Л. Лазарева, педиатра, доктора медицинских наук, кандидата психологических наук, специалиста по пренапедии, создателя известного музыкального метода дородового обучения «Сонатал».

Дыхательная гимнастика – «Чудо-нос», разработанная М.Л. Лазаревым в программе «Здравствуй!», стала базовой основой нашего проекта. Эта программа предполагает формирование физического здоровья на базе личностного (духовного) роста через дыхательно-эмоциональную деятельность с использованием музыки. За счет данной деятельности возникает эффект стимуляции работы правого полушария мозга, что изменяет межполушарные взаимоотношения и приводит в результате длительной работы к творческому развитию личности. В программе реализуется принцип единства духовной и физической составляющей здоровья.

Реализация проекта обеспечила благоприятные условия для формирования здоровой и физически развитой личности. Дети освоили приёмы правильного дыхания, для эффективного насыщения организма кислородом: вдыхать глубоко, максимально наполняя лёгкие и расширяя грудную клетку, не поднимая плечи; выдыхать медленно, выталкивая воздух, освобождая легкие с помощью сжатия, использовать живот и диафрагму во время дыхания.

Сформирован осознанный интерес у детей и их родителей к оздоровительным технологиям, стремление освоить их и использовать для укрепления здоровья.

Повторное исследование функции дыхания проводилось в конце учебного года и показало положительную динамику. Результаты спирометрии представлены в диаграмме на рисунке № 3.

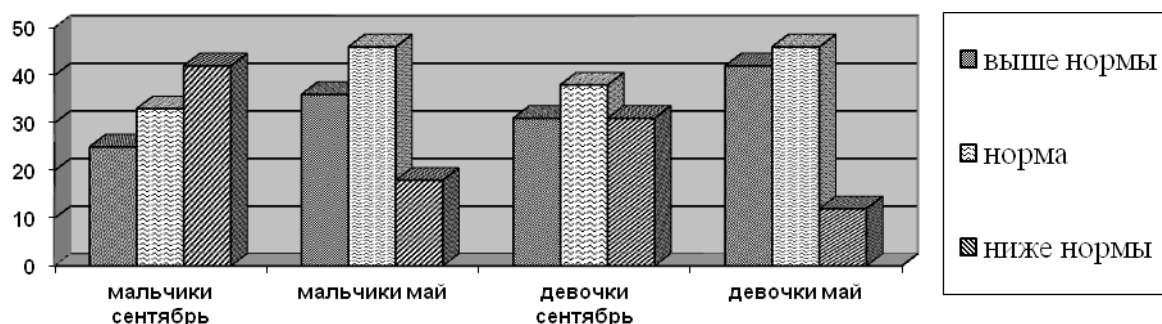


Рис.3 Сравнительные результаты спирометрии в экспериментальной группе на начальном и заключительном этапе работы

Хотя остались дети, у которых жизненная ёмкость лёгких пока ещё ниже нормы, но их число снизилось: у мальчиков - на 24%, а у девочек - на 20%. В контрольной группе показатели ЖЕЛ изменились незначительно: у мальчиков улучшение произошло у 8%, у девочек – у 4%.

Сравнение пропусков по болезни за учебный год, в сравнении с данными за такой же период в минувшем году, в экспериментальной группе радуют. Количество пропущенных дней по болезни заметно снизилось, хотя количество детей в группе не изменилось.

Литература:

1. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой [Текст]/ Сост. Т.Ю. Амосова. - М.: РИПОЛ Классик, 2008. - 50 с.
2. Дыхание по методу Бутейко. Уникальная дыхательная гимнастика от 118 болезней! [Текст]/ Сост. Я.Сурженко. М.: Аст, 2014. - 60 с.
3. Здравствуй! Книга песен. Часть1. [Текст] / М.Л.Лазарев. - М.: Мнемозина, 2005. - 116 с.
4. Лазарев М.Л. Оздоровительно-развивающая программа «Здравствуй» для дошкольных образовательных учреждений [Текст] / М.Л.Лазарев. М.: Мнемозина, 2004. 39 с.
5. Толкачёв Б.С. Физкультурный заслон ОРЗ [Текст]/Б.С.Толкачёв. М.: Физкультура и спорт, 1992. 224 с.
6. Джукич И. Сказочные Здоровячки! Опыт работы по программе М.Л. Лазарева «Здравствуй». [Электронный ресурс] Maam.ru >detsrijsad/hoshu lazarev-zdravstvui/ html.

ОРГАНИЗАЦИОННО - МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Данковцева В.В., Алимova А.Е.

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка № 4 Краснооктябрьского района Волгограда», Россия,
Волгоград

Аннотация: В данной статье представлены методические рекомендации для развития мелкой моторики у детей от рождения до 7 лет.

Ключевые слова: мелкая моторика, пальчиковая гимнастика.

ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL CONDITIONS FOR DEVELOPMENT OF FINE MOTOR SKILLS OF PRESCHOOL CHILDREN

Dankovtseva V.V., Alimova A.E.

municipal preschool educational institution "The child Development center № 4 of
Krasnooktyabrsky district", Russia, Volgograd

Annotation: this article presents guidelines for the development of fine motor skills of children from birth to 7 years.

Keywords: fine motor skills, finger gymnastics.

*Ум ребёнка — на кончиках его пальцев.
В. А. Сухомлинский.*

Очень часто родители дошкольников слышат о том, что для малышей очень полезно выполнять упражнения на развитие мелкой моторики пальцев рук. Но мало кто из них знает, что это такое и для чего её необходимо развивать, какие игры и игровые упражнения можно использовать с детьми дошкольного возраста. Поэтому в своей статье мы хотим рассказать о том, что такое мелкая моторика пальцев рук, зачем её необходимо развивать у детей дошкольного возраста, а также приведём примеры игр и игровых упражнений.

Мелкая моторика – это скоординированные действия кистей и пальцев рук, которые выполняются в совокупности с нервной, костной, зрительной и мышечной системами. Или можно сказать по-другому, что это способность манипулировать мелкими предметами, используя только мелкие мышцы организма. Дошкольник, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически мыслить, у него достаточно развиты память, внимание, связная речь. Работу над развитием мелкой моторики необходимо начинать с самого рождения ребёнка.

Существуют приятные и увлекательные способы обеспечить **развитие мелкой моторики для детей дошкольного возраста**. Среди них - **пальчиковая гимнастика**, игры с пластилином, камешками и горошинами, игры с пуговками и шнуровкой и т.д. Все эти занятия помогут вашему ребёнку стать настоящим хозяином своих ладошек и десяти пальчиков, совершать сложные манипуляции с предметами, а значит, подняться еще на одну ступеньку крутой лестницы, ведущей к вершинам знаний, умений и навыков. С чего же начать это непростое восхождение? Давайте начнём с пальчиковой **гимнастики**, так как она:

➤ идеально подходит для очень занятых родителей, потому что не требует временных затрат и совершенно не предполагает каких-либо дополнительных «инструментов», кроме ручек малыша;

➤ **пальчиковой гимнастикой** можно заниматься с самыми маленькими детьми;

➤ малышам она очень – очень нравится, они с удовольствием будут повторять за вами все движения и слова, так что наша цель – развитие **мелкой моторики** – будет достигнута без особых усилий.

Именно пальчиковой гимнастикой вы можете заниматься с ребёнком с самого его рождения, поглаживая его ладошку, перебирая пальчики. Конечно, это больше похоже на массаж, но тем не менее начало развитию мелкой моторики будет уже положено.

Когда малыш подрастает, он с удовольствием играет во всем давно известные «Сороку – воровку», «Ладушки». Это отличные пальчиковые упражнения, которые мамы могут выполнять со своими малышами.

Следующий этап в развитии мелкой моторики – это самостоятельные движения. Дети к концу первого года жизни могут уже самостоятельно «рассказывать» стихотворение руками.

Например:

Мы капусту рубим – рубим (поочередно ударяем ребрами ладоней о поверхность стола),

Мы капусту солим – солим («солим» небольшими щепотками левой и правой руки),

Мы капусту трем – трем (потираем ладошки),

Мы капусту жмем – жмем (сжимаем – разжимаем левую и правую руки в кулачки).

Для того чтобы движения рук ребёнка стали ещё более совершенными, необходимо предоставить ему возможность манипулировать со всевозможными предметами, разными по форме, фактуре материала поверхности (флаконы, пузырьки, камешки, крупа, фольга, полиэтилен и т. д.).

В 1,5 – 3 года детям предлагаются более сложные задания:

– застёгивание пуговиц;

– завязывание и развязывание узлов (хорошо использовать различные шнуровки);

– переливание воды из ёмкости с узким горлышком в ёмкость с широким горлышком.

Полезным и увлекательным занятием будет доставание игрушек из бассейна с крупой.

Для изготовления такого бассейна необходимо насыпать любую крупу (горох, фасоль, пшеницу, перловку) в таз, на дно тазика положить различные игрушки (желательно не очень крупные) и предложить малышу отыскать игрушки в этом бассейне. Такое игровое упражнение не только способствует развитию мелкой моторики, но и массируют ручку вашего малыша, развиваются его тактильные ощущения.

Усложняются и пальчиковые игры. Персонажи и образы наших пальчиковых игр - паучок и бабочка, кошечка и зайчик, дерево и птица, солнышко и дождик - нравятся малышам и они с огромным удовольствием повторяют за взрослыми тексты и движения. Пальчиковые игры не только развивают мелкую моторику, но и готовят малыша к счёту, формируют умение ориентироваться в пространстве, осознавая такие понятия, как выше – ниже, сверху – снизу, право – лево.

«КИСКА»

«Есть у киски глазки *показывают свои глазки*

Есть у киски ушки *показывают ушки и шевелят ими*

Есть у киски лапки, *сжимают и разжимают кулачки*

Мягкие подушки.

Киска, киска, не сердись *грозят пальчиком*

Не царапай деток,

Брысь!» *хлопок в ладоши*

В 4-5 лет дети предпочитают выполнять задания самостоятельно. Ребёнок в этом возрасте уже хорошо владеет кистью и карандашом, поэтому и задания направлены на подготовку руки к письму. Это могут быть:

- собирание разрезных картинок;
- разбор круп;
- игры с мозаикой;

- игры с конструктором;
- пальчиковая гимнастика;
- лепка;
- игры с песком;
- рисование и раскрашивание;
- аппликация;
- работа с ножницами.

В 6-7 лет ребёнок уже идёт в школу. Поэтому родителям необходимо особое внимание уделить совершенствованию мелкой моторики. Подготовить дошкольника к школе помогут следующие игры и игровые упражнения:

- пальчиковая гимнастика;
- массажеры для рук;
- игры с мелкой мозаикой;
- игры с мелким конструктором;
- графические упражнения;
- штриховка;
- прописи;
- пальчиковый театр.

Мелкая моторика рук важна для развития ребенка, поскольку, стимулируя движения пальцев, ребенок развивает речь. Недостаточное развитие в этой сфере приводит в большинстве случаев к проблемам в обучении: ребёнок не может писать или делает это очень медленно, у него плохо развиты творческие навыки, фантазия и мышление.

Литература:

1. Белая А.Е. Пальчиковые игры для развития речи дошкольников./А.Е. Белая - М.: Астрель, 2009. - 143 с.
2. Бондаренко А.К., Матусик А.И. Воспитание детей в игре. /А.К. Бондаренко, А.И.Матусик - М. Просвещение, 2009. - 192 с.
3. Борисенко М.Г. Наши пальчики играют./ М.Г. Борисенко. - Екатеринбург: Паритет, 2005. - 204 с.
4. Ильин Е.П. Психомоторика./Е.П. Ильин - М.: Владос, 2010. - 326 с.
5. Ткаченко Т.А. Развиваем мелкую моторику./Т.А. Ткаченко. - М.: Эксмо, 2007. - 194 с.
6. Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика./ О.В. Узорова.- М.: Астрель, 2005. - 183 с.

КРОССКУЛЬТУРНЫЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Доника А.Д. д.социал.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет»,
Россия, г. Волгоград**

Аннотация: Представлен анализ зарубежной литературы по проблеме физического воспитания детей дошкольного возраста. Эмпирическую базу составили доступные источники информации по данной проблематике в сети Интернет. Обзор доступной литературы по рассматриваемой проблеме показал отсутствие принципиальной разницы между национальными целями и ожидаемыми результатами физического воспитания детей. Как и национальные цели, результаты обычно охватывают навыки, связанные с физическим, личностным и социальным развитием, и подчеркивают важность здорового образа жизни.

Ключевые слова: физическое воспитание, дети дошкольного возраста, физическая культура, ценности, социальное развитие.

CROSSCULTURAL APPROACH TO THE PROBLEM OF PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE

Donika A.D. PhD, associate professor
FGBOU VO "Volgograd State Medical University", Russia, Volgograd

Annotation: The analysis of foreign literature on the problem of physical education of preschool children is presented. The empirical base was made up of available sources of information on this subject in the Internet. A review of the available literature on the problem under consideration showed the absence of a fundamental difference between the national goals and the expected results of physical education of children. Like national goals, the results usually cover skills related to physical, personal and social development, and emphasize the importance of a healthy lifestyle.

Keywords: physical education, preschool children, physical culture, values, social development.

В последнее время здоровью детей школьного и дошкольного возраста уделяется особое внимание в национальных федеральных проектах. Это обусловлено как общей стратегией России, как социального государства, так и наблюдаемой тенденцией роста исследовательского интереса к вопросам демографии и национальной безопасности.

В этой связи мы провели обзор зарубежной литературы по проблеме физического дошкольного воспитания с целью оценки кросскультурного подхода к проблеме формирования физической культуры в этом возрасте. Эмпирическую базу нашей работы составили доступные источники информации по данной проблематике в сети Интернет (научные статьи, Европейские стандарты и рекомендации, Отчеты).

Обзор доступной литературы по рассматриваемой проблеме показал отсутствие принципиальной разницы между национальными целями и ожидаемыми результатами программ физического воспитания детей. Как и национальные цели, их ожидаемые результаты обычно охватывают навыки, связанные с физическим, личностным и социальным развитием, и подчеркивают важность здорового образа жизни. Это особенно касается стран, в которых дошкольные образовательные учреждения могут свободно выбирать и осуществлять мероприятия в области физического воспитания.

Некоторые страны помимо навыков и способностей, определенных в национальных целях физического воспитания, расширяют их сферу охвата. Например, включают проблемы здравоохранения и жизненное позитивное отношение к физической активности. В частности, это включает борьбу с ожирением и изучением пищевых и диетических вопросов. Интересно, что в большинстве Европейских национальных программ предусматривается, что программа физического воспитания нацелена так же на привитие навыков личной гигиены, профилактики травм, повышение уровня осведомленности детей о рисках и мерах безопасности, а также включает обучение детей реагированию в чрезвычайных ситуациях [1].

Для оценки результатов реализации многие страны не столько выбирают различные способы определения результатов обучения физкультуре, сколько описывают общие, качественные цели.

Согласно мнению зарубежных исследователей период от трех до пяти лет считается самым важным временем для детей с точки зрения их образования, в том числе физического воспитания. Существует множество научных данных о том, что участие в дошкольной программе стимулирует когнитивное развитие и готовит детей к успеху в школьной жизни. В свете кросс-культурных исследований проведенных в Европе, было отмечено, что дети, посещающие дошкольные образовательные учреждения, как правило, имеют более высокие уровни развития языковых навыков и более развитые модели игры и активности по сравнению с их сверстниками, воспитываемых дома. в семейных домах по уходу за детьми.

Японские, сингапурские и южнокорейские исследования подтвердили, что участие в дошкольных программах выгодно отражается на когнитивных и социальных навыках детей (Goelman and Pence, 1987).

В другом исследовании, проведенном в Колумбии, было отмечено, что дети, получившие пищевые добавки без участия в дошкольных мероприятиях показали статистически значимые положительные результаты в физическом развитии (рост, вес), но их когнитивные способности не улучшались, пока они не вошли в дошкольное учреждение (Woosock, 1995) [2].

Для ряда стран само посещение дошкольных учреждений не является распространенной практикой. Так, в Турции менее 2% детей в возрасте до 6 лет посещают дошкольное образование. В этой связи в Турции в конце 1980-х годов была разработана «Домашняя инструкция для детей дошкольного возраста» под названием НИРРУ. Согласно данным, полученным по материалам внедрения этой программы (на 250 малообеспеченных семьях с детьми от 3 до 5 лет), дети, чьи матери получили обучение НИРРУ, превзошли детей в контрольной группе по когнитивным показателям развития и успеваемости в школе.

Исследователи из других стран также обнаружили, что обездоленные группы, по-видимому, больше выигрывают от программ раннего детства, чем из более благоприятных условий.

Это также полезно с точки зрения устранения пробелов в уровне достижений детей, поступающих из разных социальных слоев.

Экономический спад во многих странах увеличивает число работающих матерей, что отражается на росте численности дошкольных учреждений. Сложные экономические даже в США обусловили растущий спрос на дошкольные образовательные учреждения. В то же время общая доступность и качество дошкольного образования, по-видимому, выше в богатых промышленно развитых странах. Например, почти 100% французских и бельгийских детей зачислены в дошкольные образовательные учреждения в возрасте до трех лет. Однако это соотношение составляет около 28% в Испании и Португалии. Это зависит от возможностей государственного финансирования таких учреждений. Частные дошкольные учреждения могут себе позволить обеспеченные родители в развитых странах Европы [1].

Таким образом, экономические кризисы последних лет оказали стимулирующее влияние на развитие дошкольного образования и соответственно рост интереса к программам физического воспитания детей дошкольного возраста в Западных странах.

Несмотря на то, что цели национальных стратегий в области физического воспитания могут варьироваться в соответствии с текущими политическими, экономическими и социальными приоритетами, можно выделить наиболее часто сообщаемые цели - это вовлечение детей в спортивные мероприятия, повышение осведомленности о ценности физического воспитания, развитие позитивного отношения к физической активности, формирование мотивации к участию в них на протяжении всей их жизни. Таким образом, многие стратегии касаются роли физической активности и спорта, поощрения здоровья и здорового образа жизни, а также их более широкого вклада в физическое, личностное и социальное развитие. Однако другие национальные стратегии более сфокусированы на конкретных вопросах, нацеленных только на одну или некоторые общие цели. Например, здоровье детей и здоровое развитие лежат в основе современных стратегий в Австрии, Румынии, Словении и Соединенном Королевстве (Уэльс). Несколько стратегий концентрируются на важности адекватных спортивных сооружений и оборудования, как в Латвии и Хорватии. В целом в стратегиях подчеркивается необходимость улучшения качества и доступности спортивной инфраструктуры для детей, а также ее открытия для более широкого сообщества.

Важной частью данных национальных стратегий является их мониторинг, чаще всего связан с подготовкой отчета, как правило, органами, отвечающими за национальную стратегию. Эти отчеты помогают центральным органам власти выявлять любые аспекты своей политики, требующие изменений, или оптимизировать использование финансовых или других ресурсов. Обычно они публикуются на сайтах ответственных за них органов в

Бельгии (фламандское сообщество), Испании, Австрии, Румынии и Соединенного Королевства (Северная Ирландия). Бельгия (Фламандская община) учредила комитет по последующей деятельности, который проверяет, как субсидируемые организации осуществляют дошкольные спортивные мероприятия. Аналогичным образом, мониторинг в Австрии осуществляется руководящим комитетом. В Испании были установлены контрольные показатели на 2016 и 2020 годы, а учреждением, ответственным за мониторинг, является Высший спортивный совет. Румыния создала Национальную совместную комиссию для мониторинга и пересмотра ее стратегии. В Соединенном Королевстве (Северная Ирландия) был проведен одноразовый базовый опрос о физическом воспитании.

Особый интерес представляет обсуждаемое в зарубежной литературе значение физического воспитания детей для личностного роста. В преамбулах к Национальным стратегиям физического воспитания часто указано, что оно может кардинально способствовать личностному росту, помогая развивать физическое осознание и веру в свои собственные физические способности, а также общее чувство физического благополучия и, таким образом, большую уверенность в себе и чувство собственного достоинства. Физическое воспитание также развивает волю, чувство ответственности, терпение и мужество.

Кроме того, указывается на влияние физического воспитания на формирование толерантности, поскольку оно помогает формировать личность-реалиста в отношении своих физических и других возможностей, и в своих решениях и действиях, чтобы они научились принимать себя и терпеть различия в других. Польза для здоровья от физических упражнений также способствует сбалансированным ментальным установкам. Физическое воспитание стремится развивать самодостаточное напористое поведение в самых разных ситуациях и позволяет уже в раннем возрасте находить способы конструктивного решения негативных эмоций и стресса.

Кроме того, несколько стран - Латвия, Венгрия, Мальта и Соединенное Королевство (Англия) - подчеркивают, как физическое и спортивное образование приносят конкурентное преимущество в личное развитие. Дети участвуют в спортивных соревнованиях или мероприятиях, в которых они учатся конкурировать и решать различные задачи. Они также учатся планировать, практиковать и оценивать действия. У них есть возможности поэкспериментировать с различными ролями, такими как игрок, рефери, организатор и зритель, а также применять стратегии и тактику. Однако, в Финляндии популярен другой подход - поощряется развитие навыков как для индивидуальной работы, так и для сотрудничества, но без особого внимания к конкуренции [5].

Программа физического воспитания обязательно предусматривает такой аспект, как социальное развитие ребенка. При этом социальное развитие охватывает очень широкий круг навыков. Некоторые страны ссылаются на приобретение «мягких навыков», таких как хорошее общение и конструктивное сотрудничество с другими на равной основе. Многие страны подчеркивают ценность интеграции детей в общество и воспитания, улучшения их чувства солидарности, социального взаимодействия, командной работы и командного духа, честной игры, их уважения к правилам и для других. В ряде европейских стран отмечается важность более широких человеческих и экологических ценностей. Исландия ссылается на важность ответственности перед живыми существами и окружающей средой, в то время как Дания подчеркивает, что физическое воспитание должно информировать детей об их ответственности за свою собственную жизнь и показать им, как быть социально вовлеченным в сообщество. Некоторые страны идут еще дальше, и подчеркивают ключевой вклад спорта в предотвращение насилия. Некоторые страны подчеркивают актуальность физического воспитания для спорта в обществе. Лихтенштейн рассматривает спорт как культурную составляющую в обществе, которая, таким образом, воспринимается как общественный интерес [4].

Таким образом, проведенный анализ доступных зарубежных источников показал, что национальный интерес к проблеме физического воспитания детей за рубежом реализован в

формате Национальных стратегий и программ, подчеркивающих не только здоровьесохранительное, но и воспитательное, социальное значение физической культуры для детей младшего возраста.

Литература:

1. EACEA/Eurydice, 2012a. Recommended annual taught time in full-time compulsory education in Europe, 2011/12. Brussels: Eurydice.

2. EU Working Group 'Sport & Health', 2008. EU Physical Activity Guidelines. [Электронный ресурс] - Режим доступа:

http://ec.europa.eu/sport/library/documents/c1/eu-physical-activity-guidelines-2008_en.pdf
(Дата обращения: 28.03.2018)

3. European Commission, 2007a. White Paper on Sport. COM(2007) 391 final. [Электронный ресурс] – Режим доступа:

<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2007:0391:FIN:EN:PDF>
(Дата обращения: 29.03.2018)

4. European Commission, 2007b. Key Competences for Lifelong Learning – European Reference Framework. [Электронный ресурс] - Режим доступа: http://ec.europa.eu/dgs/education_culture/publ/pdf/l1-learning/keycomp_en.pdf (Дата обращения: 01.04.2018)

5. European Commission, 2011. Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the Regions, Developing the European Dimension in Sport. COM(2011) 12 final. [Эл.ресурс] - Режим доступа: <http://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2011:0012:FIN:EN:PDF>

РАЗВИТИЕ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СПОСОБНОСТИ К ОБОБЩЕНИЮ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ

**Драндров Г.Л., д.п.н., профессор,
Чувашский государственный педагогический университет
Россия, Чебоксары**

Аннотация. В статье раскрывается богатый развивающий потенциал процесса обучения детей старшего дошкольного возраста двигательным действиям на основе выделения базовых и частных элементов в их содержании. Решение задач выделить общие элементы в изученном и разучиваемом двигательном действии способствует развитию способности к теоретическому обобщению.

Ключевые слова: старший дошкольный возраст, двигательные действия, обучение, базовые элементы, способность к обобщению.

DEVELOPMENT OF SENIOR PRESCHOOL CHILDREN THE ABILITY TO GENERALIZE IN LEARNING MOTOR ACTION

**Drandrov G.I., PhD, professor
Chuvash State Pedagogical University
Russia, Cheboksary**

Annotation. The article deals with a rich developmental potential of the learning process of children of pre-school age motor actions by providing basic and private elements in their content. Decision tasks highlight common elements in the well-studied and razuchivaemom motor action contributes to the development of abilities for the theoretical lessons.

Keywords: senior pre-school age, motor action, training, basic elements, the ability to generalize.

Современный этап развития образования, в том числе и в области физической культуры, характеризуется тенденцией к интеграции знаний, исходящей из философского принципа системного познания и преобразования действительности. В. И. Ленин писал: «... кто берется за частные вопросы без предварительного решения общих, тот неминуемо будет на каждом шагу наткаться на эти общие вопросы» [6, 368]. По словам Дж. Брунера, «понять нечто, как частный случай более общей закономерности – значить овладеть не только каким-то конкретным содержанием, но и способом понимания подобных явлений, которые потом могут встретиться» [2, 26].

Теоретической основой формирования системных знаний является концепция содержательного обобщения в обучении. Обобщение определяется В. В. Давыдовым как «обнаружение взаимосвязи, взаимоотношения общего и единичного» [3, 221]. Оно является характеристикой как процесса, так и результата познавательной деятельности. При этом процесс обобщения должен быть связан с осознанием принципа, по которому варьируются несущественные признаки, и обобщением путей их варьирования [5].

Структурирование учебного материала позволяет решать ряд задач: 1) формирование видения изучаемых явлений и объектов в глубоких и всесторонних связях и отношениях; 2) обеспечение движения от видения сущности первого порядка (свернутое описание) к все более глубокой, от целого – к составным частям, от абстрактного - к конкретному; 3) формирование у детей учебно-познавательного аппарата описания, объяснения и преобразования и развития на этой основе способности к познавательной творческой деятельности; 4) формирование на основе развития познавательной самостоятельности положительного отношения к учению.

Усвоение содержания обучения с учетом соотношения общих и частных элементов обеспечивает, благодаря развитию способности к обобщению, возможности самостоятельной ориентировки при изучении относительно нового учебного материала. Обучаемые выделяют в его содержании наиболее общие, базовые элементы, которые были уже ранее усвоены, и концентрируют свое внимание на овладении элементами частного характера, являющиеся действительно новыми, неизвестными по отношению к их прошлому опыту.

Передовая педагогическая практика и результаты экспериментальных исследований [1, 2, 3, 4, 9, и др.] говорят о высокой эффективности процесса обучения, осуществляемого через восхождение от общего, абстрактного понятия к конкретным формам его проявления. Реализация такого подхода способствует, как утверждают психологи, развитию творческого мышления вследствие формирования умений анализа, сравнения и обобщения и способности к целостному системному видению учебного материала.

Авторы программы дошкольного воспитания и обучения «Развитие» указывают, что в 6-7 лет у детей наблюдается развитие элементов логического мышления, происходит дальнейшее освоение ими сложных отношений, существующих между понятиями разной степени обобщенности [4]. Предлагаемые детям модели могут отображать не более двух степеней обобщенности понятий. При этом каждое выступает в качестве родового по отношению к менее общему и в качестве видового по отношению к более общему.

В основе Программы «Развитие» находятся два теоретических положения. Первое - это теория А. В. Запорожца, согласно которой основной путь развития ребенка - это амплификация развития, т. е. его обогащение, наполнение наиболее значимыми для дошкольника формами и способами деятельности. Второе - это концепция Л.А. Венгера о развитии способностей, которые понимаются как универсальные действия ориентировки в окружающем с помощью специфических для дошкольника образных средств решения задач. Основным при этом является построение и использование образов, соответствующих фиксированному в человеческой культуре формам отображения свойств предметов и явлений, их связей и отношений.

В соответствии с данными теоретическими положениями кардинально меняются способы дошкольного обучения - перед детьми ставится система последовательно усложняющихся задач. Для дошкольника, по мнению авторов программы, основной путь

развития - это эмпирическое обобщение, т.е. обобщение своего чувственного опыта. Эмпирические знания фиксируются в наглядных представлениях, а их обобщение осуществляется с помощью образных средств.

Авторы программы отмечают, что использование обобщенного способа действия позволяет применять его при решении разных типов познавательных задач. При этом любой новый факт, с которым знакомится ребенок, не просто запоминается и принимается им, а анализируется с точки зрения места этого предмета (факта, явления) в системе представлений, выделяются и характеризуются наиболее существенные его стороны.

Мы полагаем, что развитие умственных способностей ребенка к обобщению можно осуществлять и через решение им проблемных задач, связанных с поиском общих элементов в наблюдаемых или выполняемых *действиях с мячом*. Между тем, как показал выполненный нами обзор литературных данных, для большинства учебных и учебно-методических пособий по физическому воспитанию дошкольников характерен аналитический подход к обучению движениям и действиям с мячом, когда каждый способ выполнения изучается в отдельности, сам по себе, вне связи с остальными движениями и действиями, без раскрытия общих для них условий эффективного выполнения, без выделения в их содержании общих элементов. При усвоении движений и действий с мячом внимание обучаемых акцентируется преимущественно на специфических требованиях к правильному выполнению каждого из них, т.е. на тех условиях, которые являются необходимыми и достаточными для эффективного решения конкретной двигательной задачи: поймать мяч, передать мяч партнеру, бросить мяч в кольцо и т.п.

Педагогическая практика свидетельствует, что аналитическое изучение движений и действий с мячом, входящих в содержание физического воспитания дошкольников, без учета имеющихся между ними структурно-логических связей осуществляется при значительных затратах времени усилий как детей, так и воспитателя, и не позволяет усвоить их на должном уровне. Отсутствие системных представлений об горизонтальных и вертикальных связях между изучаемыми детьми действиями с мячом, характерное для традиционного подхода к обучению, ограничивает: 1) возможности переноса усвоенного ранее опыта при овладении новыми элементами; 2) творческого построения двигательных действий с учетом конкретных условий игровой деятельности.

Реализация принципа обобщения в формировании у детей дошкольного возраста школы мяча предполагает, с одной стороны, структурирование ее содержания с учетом общего и частного, с другой – развертывание этого содержания в учебно-познавательной деятельности в направлении от общего к частному, от базовых, общих для всех движений и действий с мячом к конкретным формам их проявления. Решение второй задачи связано с определением рациональной последовательности изучения движений и действий с мячом с учетом существующих между ними логических связей.

Решение этих задач обеспечивает степень методологической целостности формирования школы мяча, способствует ее целостному системному видению, формированию двигательных умений и навыков высокой степени обобщенности на основе усвоения общих, инвариантных признаков изучаемых действий с мячом, формированию ориентировочной основы обобщенного типа.

Осознание обучаемыми сходства смысловой основы и главных звеньев техники двигательных действий выступает существенным условием положительного переноса. С учетом этого рекомендуется группировать и распределять учебный материал в зависимости от степени общности двигательных действий, как по смысловой основе, так и по структуре [7].

Н. П. Мунина [8] считает, что распределение программного материала в физическом воспитании должно осуществляться также на основе учета *положительных взаимодействий упражнений*, что ведет к ускорению формирования и совершенствования двигательных навыков. Автор установила, что качественное (безупречное) освоение в начале базовых, а затем профилирующих упражнений детьми старшего дошкольного возраста делает возможным положительный перенос качества техники этих упражнений на остальные

программные основные движения. К базовым упражнениям были отнесены простые основные движения определенной структурной подгруппы, образующие серию последующих более сложных основных движений. Профилирующие упражнения представляли собой центральные упражнения в структурной подгруппе видов основных движений. Они содержали в себе детали техники упражнений данной подгруппы.

Э. Й. Адашквичене [1] считает, что для эффективного использования действий с мячом в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста необходимо, прежде всего, знание содержания и структуры приемов, способов владения мячом и особенностей их формирования.

Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей дошкольного возраста является выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом; доступны детям старшего дошкольного возраста; дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач. Автор отмечает, что, основываясь на сходстве структуры разных групп действий с мячом, на способах и условиях их выполнения, можно их сгруппировать следующим образом: катание, метание-бросание, ведение, передача, ловля мяча. Каждое действие можно выполнять несколькими способами: из разных исходных положений, одной или двумя руками, в сочетании с движениями (поворотами, приседаниями и др.). Каждый способ действия осуществляется в разнообразных условиях: на месте, в движении, с изменением направления и т. д.

При обучении приемам игры в баскетбол очень важно усвоить следующие главные элементы двигательных действий: при ловле мяча - овладение положением кистей рук, пальцев в момент соприкосновения с мячом; при передаче и бросках мяча - овладение движением рук; при ведении мяча - овладение положением кистей рук и пальцев в момент соприкосновения с мячом. Иначе действия передачи, ловли и ведения мяча не могут быть выполнены или будут выполняться неверно.

Таким образом, анализ и обобщение научно-методической литературы свидетельствуют, с одной стороны, о высокой эффективности обучения в направлении от усвоения общих базовых элементов к элементам более частного характера, с другой, об относительной неразработанности проблемы реализации принципа обобщения в обучении дошкольников двигательным действиям с мячом. Необходимость разрешения данного противоречия обуславливает актуальность выявления и научного обоснования педагогических условий развития способности к обобщению в физическом воспитании детей 6-7 лет.

Литература

1. Адашквичене, Э. Й. Баскетбол для дошкольников: И опыта работы / Э. Й. Адашквичене. – М.: Просвещение, 1983. – 112 с.
2. Брунер, Дж. Процесс обучения /пер. с англ. / Дж. Брунер. - М.: АПН РСФСР, 1962. – 385 с.
3. Давыдов, В. В. Виды обобщения в обучении (логико-психологические проблемы построения учебных предметов) / В. В. Давыдов. - М.: Педагогика, 1972. – 327 с.
4. Дьяченко, О., О. Дьяченко, Н. Варенцова. Основные направления работы по программе «Развитие» / О. Л. Дьяченко, Н. Варенцова // Дошкольное воспитание. - 1994. - № 2. - С. 5-12; № 3. - С. 15-22; № 9. - С. 31-40; № 10. с. 38-45.
5. Кабанова-Меллер, Е. Н. Формирование приемов умственной деятельности и умственное развитие учащихся / Е. Н. Кабанова-Меллер. – М.: Просвещение, 1968. – 288 с.
6. Ленин В. И. Полн. собр. соч. – Т. 29 / В. И. Ленин. – М., 1955. -342 с.
7. Матвеев, Л. П. Теория и методика физического воспитания: учебник для институтов физической культуры : в 2 т. – Т. 1 / Л. П. Матвеев, А. Д. Новиков. - М., Физкультура и спорт, 1991. – 342 с.
8. Мунина, М. П. Концентрированное обучение основным движениям в процессе физического воспитания детей среднего и старшего дошкольного возраста : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / М. П. Мунина. – Омск, 2003. – 147 с.
9. Wall, W.D. Learning to think in the book: “How and Why do we learn?” / W.D. Wall. – London, 1965. – 152 p.

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО ОПЫТА ДОШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ РАЗНОВОЗРАСТНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

**Волошина Л.Н. д.п.н., профессор, Галимская О.Г.,
ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет»,
Россия, г. Белгород**

Аннотация: в содержании статьи отражена актуальная для дошкольного образования проблема, связанная с формированием двигательного опыта детей. Формирование двигательного опыта дошкольников авторами рассматривается с позиции активности личности ребенка в его освоении. В структуре двигательного опыта выделены такие компоненты, как аксиологический, когнитивный, деятельностный, коммуникативный. Приводятся результаты анализа и оценки их сформированности у старших дошкольников. Раскрываются возможности разновозрастного взаимодействия в освоении спортивных игр, которое позволяет не только существенно обогатить двигательный опыт растущего человека, но и сблизить между собой детей разных возрастов, разных социальных групп, возродить игровое пространство детства, что, в целом, позитивно отражается на формировании двигательного опыта.

Ключевые слова: двигательный опыт, двигательно-игровой опыт, спортивные игры, педагогические условия, разновозрастное взаимодействие, дети старшего дошкольного возраста, дети младшего дошкольного возраста.

THE FORMATION OF A MOTION-GAMING EXPERIENCE OF PRESCHOOL CHILDREN IN DIFFERENT AGES IN INTERACTION

**Voloshina L. N. PhD, professor, Galimskaya O.G.,
Federal State Autonomous educational institution «Belgorod state national research University», Russia, Belgorod**

Annotation: the content of the article reflects the actual problem of preschool education related to the formation of motor-playing experience of children. The authors consider the formation of motor-playing experience of preschoolers from the perspective of the activity of the child's personality in its development. The structure of motor-gaming experience highlights such components as axiological, cognitive, activity, communicative. The results of the analysis and evaluation of their formation in high school children. The possibilities of different age interaction in the development of sports games are revealed, which allows not only to significantly enrich the motor experience of a growing person, but also to bring together children of different ages, different social groups, to revive the playing space of childhood, which, in General, positively affects the formation of motor-gaming experience.

Keywords: motor experience, motor-game experience, sports games, pedagogical conditions, different age interaction, children of senior preschool age, children of younger preschool age.

Актуальность проблемы формирования двигательного опыта дошкольников обусловлена теми реальными изменениями, которые происходят с современным ребенком. Учеными РАО отмечается, что снизилась энергичность детей, их желание активно действовать. При этом проявляется дефицит произвольности и возрастание эмоционального дискомфорта [12]. Это становится одной из причин снижения показателей здоровья и физических кондиций ребенка-дошкольника. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, только 10% выпускников ДОУ идут в школу здоровыми, 40% дошкольников имеют уровень развития двигательных способностей ниже возрастной нормы [3;16]. Все вышеизложенное говорит о необходимости поиска и научного обоснования новых педагогических подходов, методик, форм

физического воспитания и развития ребенка – дошкольника. На наш взгляд, в этом плане недостаточно реализован потенциал спортивных игр.

В процессе спортивной игры, как в развивающей среде, происходит взаимообучение, где каждый участник - субъект деятельности, приносит «личный вклад» в общий результат. В игре всегда имеет место руководство (подчинение, взаимоподчинение), когда дошкольник может освоить разные модели поведения. Организация сотрудничества в совместной деятельности в играх с правилами позволяет детям понимать общую цель, договариваться о распределении ролей в процессе ее выполнения. Проблемные ситуации, возникающие в игре, помогают ребенку почувствовать себя субъектом и объектом взаимодействия, ребенок моделирует ситуации общения. Неоценимо значение спортивных игр в обогащении не только игрового опыта, но и опыта двигательного. Поэтому считаем возможным определить опыт, обретаемый ребенком в процессе освоения им спортивных игр – как двигательно-игровой опыт.

Обратим внимание на то, что понятие «двигательный опыт» в современных исследованиях представлен с разных позиций: с позиции формирования двигательных умений, навыков и относящихся к ним знаний [15]; с позиции двигательной активности [7]; с позиции физической подготовленности [13]. В нашем исследовании двигательно-игровой опыт дошкольника раскрывается с позиции активности ребенка в его освоении игр и как составная часть социального опыта. Мы рассматриваем его как совокупность освоенных двигательных действий ребенка и способов их применения (деятельностный компонент), элементарных знаний о содержании и правилах спортивных игр (когнитивный компонент), эмоционально-ценностного отношения к этому виду деятельности (аксиологический компонент), способности детей к взаимодействию в процессе освоения спортивных игр и способности к осуществлению взаимодействия субъектов игровой деятельности (коммуникативный компонент).

Эффективность формирования двигательно-игрового опыта при освоении элементов спортивных игр старшими дошкольниками зависит от педагогических условий. В теории педагогики к изучению понятия «условие» обращались в своих работах П.И. Пидкассиный, В.М. Полонский и др. [10; 11]. Так, по мнению, В.М. Полонского, условия представляют собой «целенаправленные или искусственно созданные обстоятельства», которые оказывают влияние на качество педагогического процесса и на становление самой личности. [11, с. 80]

Цель нашей статьи - рассмотреть возможности разновозрастного взаимодействия в формировании двигательно-игрового опыта дошкольников в процессе освоения спортивных игр.

Остановимся на обосновании этого важного педагогического условия, обеспечивающего успешность формирования двигательно-игрового опыта у старших дошкольников. Именно от того, насколько целесообразно организовано педагогическое сопровождение процесса освоения спортивных игр со стороны взрослых, зависит успех социализации и формирование двигательно-игрового опыта.

По мнению ряда ученых разновозрастное объединение детей является социально-психологической средой, в которой детское развитие происходит в сосуществовании с взаимодействием. Особенность образовательного процесса, объясняется тем, что ребенок одновременно включен в следующие варианты взаимодействия: «ребенок-взрослый», «ребенок – сверстник», «ребенок – младший ребенок», «ребенок – старший ребенок» и др. [2;3;4]. Участники разновозрастного взаимодействия, объединяющего в себе детей разных возрастов и взрослых, в процессе игр и общения друг с другом осваивают ролевую позицию «нападающий» - «защитник», осваивают правила игр, овладевают на практике социальными нормами поведения, которые помогают регулировать межвозрастные отношения друг с другом. Так, в ходе взаимодействия с более младшими детьми у детей, старших по возрасту, проявляется заинтересованность в общении, способность ориентироваться на возможности младших дошкольников. Взаимодействие отличается большим разнообразием, применением моделей взрослого поведения [4, с.27-32]. А общение младших детей со старшими, помогает детям увидеть образец действия, освоить элементарные правила взаимодействия,

способствует развитию самоконтроля, формированию чувства ответственности за результат и чувства сопричастности. Выдающаяся оценка разновозрастного взаимодействия в развитии ребенка дана в работах известных дошкольных педагогов и психологов, специалистов по физической культуре (Т.Н. Дороновой, Н.В. Финогеновой, В.Г. Щур, С.Г. Якобсон) [5;14].

Следовательно, в условиях учреждения, где дети распределены по группам по возрасту, необходимо проектировать и реализовывать разновозрастное взаимодействие на занятиях, прогулках в формах активного отдыха. По мнению С.Г. Якобсон, разновозрастное взаимодействие должно отвечать следующим требованиям: носить эпизодический характер, иметь ограничения временные и частотные; носить добровольный характер; строиться с учетом деятельности, предложенной воспитателем в ненавязчивой форме [5].

Обучение двигательным действиям можно представить в виде трех последовательных этапов – первоначального обучения, углубленного разучивания, этап закрепления. На этапе первоначального обучения совместное выполнение двигательных действий старшими и младшими детьми способствует созданию благоприятной эмоциональной атмосферы, формированию представлений об элементах техники спортивных игр. В ходе второго этапа (углубленного разучивания) совместное выполнение игровых действий старшими и младшими дошкольниками позволяет реализовывать индивидуальный подход в обучении, исправлять ошибки в выполнении. На заключительном этапе в игровом взаимодействии закрепляется техника выполнения игровых действий, совершенствуются навыки их выполнения. Отметим при этом, что в ходе разновозрастного взаимодействия игровые упражнения могут выполняться в следующих вариантах: индивидуально (дети старшего дошкольного возраста осуществляют ведение мяча, а младшие дошкольники отбивают его на месте); в парах (старшие дошкольники помогают младшим дошкольникам осваивать более сложные игровые элементы), в команде, (младшие дошкольники как болельщики могут наблюдать как играют старшие дошкольники или выполнить передвижение с мячом в парах со старшими дошкольниками).

По утверждению Н.М. Борытко, Л.А. Драговоз, Л.Ю. Журавлевой, огромная воспитательная роль в становлении личности ребенка принадлежит родителям и педагогам. Результативность воздействия зависит от личности взрослого, от характера взаимоотношений с ним, от содержания организованной деятельности. Положительный эффект для привлечения внимания дошкольников, помимо хорошо подобранных форм, оказывает эмоциональность подачи информации, при этом часто применяются такие педагогические приемы, как ссылка на авторитет взрослых, детей, использование образца поведения в конкретной игровой ситуации, включение примеров из игр в образовательную деятельность [1;6;8].

Экспериментально установлено то, что предложенные алгоритмы и способы организации межличностного и разновозрастного взаимодействия дошкольников в спортивных играх обеспечивают зарождение детской кооперации, развитие межличностных отношений дошкольников, что подтверждается следующими данными. Оптимальный уровень межличностных отношений вырос на 40%, что на 26 % выше по сравнению с результатами контрольной группы. Дети успешно строили общение с учетом игровой ситуации, проявляли внимание к сверстникам, к младшим детям, адекватно реагировали на успех и неудачи других.

Около половины детей экспериментальных групп демонстрировали сформированность представлений о социально-нравственных нормах поведения, выполняли правила сотрудничества в спортивно-игровой деятельности в межличностном взаимодействии, проявляли способность правильно решать возникшие проблемы без помощи взрослого. Значительно обогатился двигательный опыт детей старшего дошкольного возраста. По 6 показателям развития двигательных способностей у мальчиков и девочек (подбрасывание и ловля мяча, прыжок в длину с места, бег с хода 10 м, бросок набивного мяча, подъем из положения лежа на спине, продолжительность бега) результаты экспериментальных групп достоверно превосходят контрольные группы.

Обобщение полученных результатов свидетельствует о том, показатели

сформированности четырех компонентов двигательного опыта детей дошкольного возраста по критериям «владение способами игровых действий», «эмоционально-ценностное отношение к спортивным играм», «наличие первоначальных представлений о содержании спортивных игр, правилах и нормах взаимодействия», «проявление способности к общению и взаимодействию в спортивных играх» в экспериментальных группах оказались достоверно выше ($p < 0,05$), чем в контрольных группах (рис. 1).

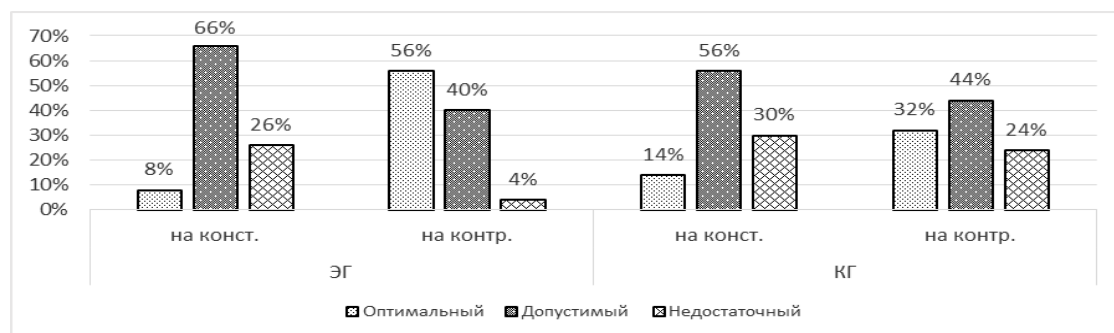


Рис. 1. Динамика уровня сформированности двигательного опыта старших дошкольников в ходе эксперимента в контрольных и экспериментальных группах (%)

Различия на конец экспериментальной работы по всем критериям статистически значимы ($p < 0,05$), в отличие от начала эксперимента, что свидетельствует о результативности технологии разновозрастного взаимодействия.

Таким образом, структурирование игрового пространства и его развитие с позиции разновозрастного взаимодействия в ходе освоения спортивных игр, способствует усилению интереса, активности ребенка в овладении элементами спортивных игр, стимулирует самостоятельную двигательную деятельность детей и в целом, способствует формированию двигательного опыта ребенка, что подтверждается результатами экспериментальной работы.

Литература:

1. Борытко, Н.М. Теория и практика становления профессиональной позиции педагога-воспитателя в системе непрерывного образования [Текст]: автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.08 / Н.М. Борытко. – М., 2001. – 40 с.
2. Бутенко, В.Н. Особенности межличностных отношений в разновозрастных группах дошкольников [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 19.00.07 / В.Н. Бутенко. – М., 2007. – 22 с.
3. Волошина, Л.Н., Галимская, О.Г. Двигательная деятельность как источник социального опыта дошкольника [Текст]: монография / Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская. – Белгород, ООО «ГИК», 2017. – 180 с.
4. Герасимова, Е.Н. Разновозрастные группы в детском саду [Текст] / Е.Н. Герасимова // Дошкольное воспитание. – 2000. – № 1. – С. 27-32.
5. Доронова, Т.Н. Предпосылки организации совместной деятельности в разновозрастной группе малокомплектного детского сада [Текст] / Т.Н. Доронова, В.Г. Щур, С.Г. Якобсон // Дошкольное воспитание. – 1985. – № 6. – С. 12-16.
6. Драгозов, Л.А. Педагогические условия обучения старших дошкольников двигательным действиям [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Л.А. Драгозов. – Челябинск, 2003. – 20 с.
7. Евсеев, С.П. Реализация личностно-ориентированного подхода в процессе использования инновационных технологий физического воспитания школьников [Электронный ресурс] / С.П. Евсеев, А.Г. Комков, О.М. Шелков // Физическая культура. – 2006. – №2. – (<http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2006n2/p24-26,39-41.htm>).

8. Журавлева, А.Ю. Комплексная методика обучения дошкольников 3-6 лет основам тенниса [Текст]: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А.Ю. Журавлева. – М., 2014. – 24 с.
9. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования [Электронный ресурс] : Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 12.11.2011 № 123-Р/И. - (<http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html>).
10. Пидкасистый П.И. Педагогика : учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей [Текст] / П.И. Пидкасистый. – М. : Педагогическое общество России, 1998. – 640 с.
11. Полонский, В.М. Понятийно-терминологический словарь по народному образованию и педагогике [Текст] / В.М. Полонский. – М. : ИТО и П РАО, 2001. – 128 с.
12. Фельдштейн, Д.И. Мир детства в современном мире (проблемы и задачи исследования) [Текст] / Д.И. Фельдштейн. – М. : МПСУ : Воронеж : МОДЭК, 2013. – 336 с.
13. Филиппова, С.О. Методические основы физической культуры дошкольников [Текст] / С.О. Филиппова, Т.В. Волосникова // Теория и методика физической культуры дошкольников; под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – Спб., 2008. – 279 с.
14. Финогенова, Н.В. Формирование навыков коллективной деятельности у детей дошкольного возраста на основе использования подвижных игр соревновательной направленности [Текст] / Н.В. Финогенова, О.А. Сабуркина // Физическое воспитание и спортивная тренировка. - 2014. - № 2 (8). С. 37-41.
15. Холодов, Ж.К. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов // Теория и методика физического воспитания и спорта. – М., 2003. – 65 с.
16. Чернышенко, Ю.К. Теоретико-прикладные предпосылки разработки экспериментальной модели формирования личностной физической культуры детей 4-5 лет на основе их предметной деятельности в развивающей физкультурно-спортивной среде [Текст] / Ю.К. Чернышенко, В.Е. Кузнецова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. - № 6 (136). С. 186-190.

РАЦИОНАЛЬНОЕ СООТНОШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК РАЗЛИЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В СОДЕРЖАНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ 4-5 ЛЕТ

Кесель С.А.

**Гродненский государственный университет имени Янки Купалы,
Беларусь, г. Гродно**

Аннотация: Физическую работоспособность и двигательную подготовленность оценивали по комплексу эргометрических, функциональных и педагогических показателей позволяющих оценить рабочие возможности организма детей в различных зонах относительной интенсивности. На основе факторного анализа распознаны значимые факторы, определяющие структуру физической работоспособности и двигательной подготовленности детей 4-5 лет. Выделенные факторы соотносятся с максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной зонами относительной мощности. Используя показатели общей дисперсии и процентного вклада каждого фактора физической работоспособности в суммарную дисперсию выборки, определили рациональное соотношение нагрузок различной относительной мощности, атак же средств разной направленности в занятиях по физическому воспитанию с детьми среднего дошкольного возраста.

Ключевые слова: факторный анализ, структура физической работоспособности, двигательная подготовленность детей 4-5 лет, зоны относительной мощности, баланс средств различной направленности, функциональные и эргометрические показатели работоспособности.

RATIONAL BALANCE OF PHYSICAL ACTIVITY OF VARIOUS ORIENTATION IN THE CONTENT OF PHYSICAL AND HEALTH ACTIVITIES WITH 4-5 YEAR-OLD CHILDREN

Kesel S.A.

Yanka Kupala State University of Grodno, Belarus, Grodno

Annotation: According to the factor analysis relevant factors have been recognized, which determine the structure of physical working ability and motor readiness in 4-5 year old children. Selected factors relate to maximal, submaximal, high and moderate zones of relative power. Using measures of total variance and the percentage contribution of each factor of physical working ability to total sample variance, we determined rational balance of various relative power efforts, as well as physical exercises of various orientation in classes of physical education between pre-school children.

Keywords: factor analysis, structure of physical working ability, motor readiness of 4-5 year old children, zones of relative power, balance of physical exercises of various orientation.

Обеспечение высокого оздоровительного потенциала организованных форм двигательной активности, воспитанников учреждений дошкольного образования, возможно только на основе применения адекватных возможностям детей физических нагрузок, оптимальных по соотношению используемых средств различного характера. Важной задачей в процессе разработки содержания физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста является установление рационального соотношения нагрузок разной направленности, при котором обеспечивается сбалансированный прирост показателей физического состояния организма ребенка. Известно, что направленность происходящих в организме физиологических и биохимических изменений зависит не только от физической нагрузки определенного типа, но и конкретных соотношений средств физической подготовки [1, 9, 14].

В физическом воспитании детей вопрос о рациональном соотношении средств различной направленности решается с использованием различных подходов. В качестве критериев определяющих структуру применяемых физических нагрузок могут выступать особенности физического состояния и типа телосложения [7], уровня и типологических особенностей двигательной подготовленности [10], влияния факторов окружающей среды [6]. Следует отметить, что метаболическая направленность используемых нагрузок в значительной мере определяет оздоровительный эффект занятий физическими упражнениями. В этой связи именно особенности энергообеспечения мышечной деятельности могут выступать в качестве приоритетного критерия определяющего рациональное соотношение комплекса средств различной направленности в содержании физкультурных занятий с детьми дошкольного возраста [13, 14].

Необходимость поиска оптимального соотношения физических нагрузок аэробной и анаэробной направленности на различных этапах развития организма обусловлена гетерохронностью и нелинейностью формирования различных компонентов системы энергетического обеспечения мышечной деятельности в онтогенезе [4, 5]. В ряде исследований выполненных на детях предшкольного и старшего дошкольного возраста предложено соотношение физических нагрузок аэробного и анаэробного характера в содержании физкультурных занятий на основе использования факторного анализа [5, 11, 12]. Однако практически отсутствуют исследования, направленные на изучение этой проблемы с участием детей среднего дошкольного возраста.

Цель исследования - обосновать рациональные соотношения средств аэробной и анаэробной направленности в занятиях физкультурно-оздоровительной направленности с детьми 4-5 лет.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие дети 4-5 лет, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе (n=106). Для описания физической работоспособности использовали показатели, позволяющие оценить возможности системы энергетического обеспечения мышечной деятельности. В процессе тестирования дети выполняли две нагрузки «до отказа» в зонах большой (1,5Вт/кг) и субмаксимальной (3Вт/кг) мощности. Время удержания работы (t1, t2) использовали для расчета на основе модели Мюллера мощности нагрузок, предельное время выполнения которых составляло 1 (W1), 40 (W40), 240 (W240), 900 с (W900), а также значений индивидуальных констант b и a [4]. Наряду с эргометрическими в ходе исследования определяли и функциональные показатели: максимальное потребление кислорода (МПК), ватт-пульс (ВтП), мощность нагрузки при пульсе 170 уд/мин (PWC170), интенсивность накопления пульсового долга (ИНПД) [3, 4].

Физическая подготовленность определялась по общепринятой методике. В программу ее изучения входили: бег 4 мин; прыжок в длину с места; челночный бег 3x10 м; бег 10 м с хода, бег 90 м со старта; бросок набивного мяча двумя руками из-за головы; наклон вперед.

Полученный фактический материал обработан общепринятыми методами статистического анализа в пакете IBM SPSS Statistics. Для определения ведущих факторов в структуре физической работоспособности использовался факторный анализ - метод главных компонент – с последующим вращением рефератных осей по Варимакс-критерию [2]. Расчет соотношений средств различной направленности для детей 4-5 лет проводили на основе результатов факторного анализа по методике, предложенной Е.А. Пироговой с соавторами [8].

Исследование проводилось в 2 этапа. На первом этапе изучалась факторная структура физической работоспособности. На втором этапе выявляли соотношение упражнений различной направленности у детей 4-5 лет в процентах к общему объему нагрузки. В данной работе при анализе структуры энергообеспечения мышечной функции детей 4-5 лет половые особенности не учитывали.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Изучение физической работоспособности и двигательной подготовленности детей 4-5 лет позволило выделить пять значимых факторов, описывающих более 76% общей дисперсии выборки. В структуре физической работоспособности и двигательной подготовленности идентифицированы следующие факторы: аэробная емкость; абсолютная аэробная мощность; относительная аэробная мощность; анаэробная гликолитическая работоспособность; анаэробная алактатная работоспособность. Соотношения факторов и доли их вклада в общую дисперсию выборки представлены в табл. 1.

Таблица 1.

Факторная структура физической работоспособности и двигательной подготовленности детей 4-5 лет

| Дошкольники 4-5 лет | | |
|--|---------|-------|
| Фактор | позиция | вклад |
| Анаэробная алактатная работоспособность | V | 8% |
| Относительная аэробная работоспособность | IV | 11% |
| Абсолютная аэробная мощность | III | 14 % |
| Анаэробная гликолитическая работоспособность | II | 20% |
| Аэробная емкость | I | 23 % |

Весовые нагрузки, отражающие степень взаимосвязи перечисленных выше показателей с выделенными факторами в основном характеризовались сильной ($r=0,99-0,7$) и средней ($r=0,69-0,5$) корреляцией. Основу структуры связей фактора «аэробная емкость»

составляют его корреляции с константами «b» и «a» уравнения Мюллера, временем удержания «до отказа» нагрузки 1,5Вт/кг, W900, W240, ИНПД после нагрузки большой мощности. В целом фактор аэробная емкость объединяет показатели, характеризующие возможности организма к предельному удержанию интенсивности физической работы умеренной мощности.

Фактор анаэробная гликолитическая работоспособность со значимыми положительными весами объединил показатели, характеризующие способность выполнять работу субмаксимальной мощности: время удержания «до отказа» нагрузки 3Вт/кг, и W40, а с отрицательными ИНПД3Вт/кг. Наибольший вес по данному фактору получил показатель W40.

Фактор «аэробная мощность» включал в свой состав абсолютные и относительные показатели PWC₁₇₀, ВтП, МПК. В этот фактор вошли главным образом показатели, отражающие наивысшую скорость преобразования энергии в аэробном процессе. Фактор аэробной мощности оказался многокомпонентным. В его структуре выделены два субфактора относительной и абсолютной аэробной мощности. Все показатели, имеющие высокую степень статистической взаимосвязи с данным фактором, оценивают способность выполнять работу большой мощности.

Фактор анаэробная гликолитическая работоспособность объединил группу показателей физической подготовленности, характеризующих возможности анаэробного алактатного механизма энергообеспечения. С положительными факторными весами в него вошли результаты челночного бега 3x10, бега 10 м и прыжка в длину с места.

Таблица 2.

Соотношение упражнений различной направленности у детей 5-6 лет в % к общему объему нагрузки

| Направленность | Кондиционные способности | % |
|--|--|----|
| Анаэробная алактатная (зона максимальной мощности) | Скоростные+скоростно-силовые + силовые | 8 |
| Анаэробная гликолитическая (зона субмаксимальной мощности) | Силовая+скоростно-силовая +скоростная выносливость | 24 |
| Смешанная аэробно-анаэробная (зона большой мощности) | Общая выносливость | 36 |
| Аэробная (зона умеренной мощности) | Общая выносливость | 32 |

Таким образом, выделенные факторы хорошо соотносятся с зонами относительной мощности. Факторы аэробной работоспособности характеризуют функциональные возможности организма при работе в зоне большой и умеренной мощности. Фактор анаэробной гликолитической работоспособности отражает способность к выполнению работы в зоне субмаксимальной мощности. Фактор анаэробной алактатной работоспособности определяет физические возможности, связанные с выполнением работы максимальной мощности дошкольников 4-5 лет.

В ходе дальнейшей работы парциальные значения факторов в общей дисперсии выборки были учтены для расчета рационального соотношения средств различной направленности. В соответствии с относительным весом дисперсии каждого фактора нагрузки в различных зонах относительной мощности распределялись в общем объеме средств физического воспитания [8, 6]. Результаты этих расчетов представлены в таблице 2. Важно подчеркнуть, что подобный подход к определению рациональных соотношений средств различной направленности в занятиях по физическому воспитанию с детьми и взрослыми использовался и в других работах [6, 8].

Выявленная нами факторная структура физической работоспособности детей 4-5 лет в целом сходна со структурой физической работоспособности детей дошкольного и старшего дошкольного возраста [5, 10, 11]. Тем не менее, можно говорить о некоторых

отличиях в структуре связей выделенных факторов с показателями, позволяющими его идентифицировать у детей 4-5 лет и дошкольников старшего возраста. Дальнейшее изучение данной проблемы может идти по пути уточнения факторной структуры физической работоспособности дошкольников 5 года жизни с учетом половых особенностей.

Полученные результаты свидетельствуют о практической ценности используемого методологического подхода, так как позволяют программировать содержание физкультурно-оздоровительных занятий с детьми 4-5 лет на основе использования комплекса средств различной направленности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты работы подтверждают представление о том, что биоэнергетические возможности являются важнейшим аспектом, определяющим физическую работоспособность и уровень развития кондиционных двигательных качеств детей среднего дошкольного возраста. На основе факторного анализа распознаны значимые факторы, определяющие структуру физической работоспособности и двигательной подготовленности детей 4-5 лет. Выделенные факторы соотносятся с максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной зонами относительной мощности. Изучение общей дисперсии и процентного вклада каждого фактора физической работоспособности в суммарную дисперсию выборки дало возможность определить рациональное соотношение нагрузок различной относительной мощности и баланс средств разной направленности в занятиях по физическому воспитанию с детьми среднего дошкольного возраста.

Литература:

1. Волков, Н.И. Биохимия мышечной деятельности / Н.И. Волков, А.А. Осипенко, Э.Н. Несен, С.Н. Корсун. - Киев: Олимпийская литература, 2000. - 503 с.,
2. Иберла, К. Факторный анализ: Пер. с нем. / Иберла К. - М.: Статистика, 1980. - 398 с.
3. Карпман, В.Л., Белоцерковский, З.Б., Гудков, И.А. Тестирование в спортивной медицине / В.Л. Карпман, З.Б. Белоцерковский, И.А. Гудков. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 208 с.,
4. Корниенко И.А., Сонькин В.Д., Тамбовцева Р.В. Возрастное развитие энергетики мышечной деятельности: Итоги 30-летнего исследования. Сообщение II. «Зоны мощности и их возрастные изменения» / И.А. Корниенко, В.Д. Сонькин, Р.В. Тамбовцева // Физиология человека, 2006. Т.32. - №3. - С. 46-54.
5. Криволапчук, И.А. Энергообеспечение мышечной деятельности детей 5-6 лет и комплексная оценка физической работоспособности / Криволапчук И.А. // Физиология человека. – 2009. – Т. 35, №1. – С. 79.
6. Круцевич, Т.Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Т.Ю. Круцевич; Нац. ун-т физич. воспитания и спорта Украины. - Киев, 2000. - 44 с.
7. Левушкин, С.П. Физиологическое обоснование физической подготовки школьников 7-17 лет с разными типами телосложения: автореф. дис. ... д-ра биол. Наук: : 03.00.13, 13.00.04 / С.П. Левушкин - М., 2005. - 48 с.
8. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я., Страпко Н.П. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека / Е.А. Пирогова, Л.Я. Иващенко, Н.П. Страпко. - К.: Здоровье, 1986.-152 с.
9. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения / В.Н. Платонов - М.: Советский спорт, 2005. - 820 с.,
10. Усов, А.В. Типологическая характеристика физической подготовленности и методика совершенствования двигательных качеств у учащихся младшего школьного возраста: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.В. Усов - М.,1989. - 16 с.
11. Чернова М.Б., Полянская Н.В., Герасимов М.М. Рациональные соотношения средств различной направленности в занятиях по физическому воспитанию с мальчиками и

девочками 5-6 лет / М.Б. Чернова, Н.В. Полянская, М.М. Герасимов // Новые исследования, 2016 №3 (48). – С. 39.,

12. Чернова М.Б., Полянская Н.В., Герасимов М.М. Рациональные соотношения средств различной направленности в занятиях по физическому воспитанию с тревожными детьми в критический период развития, связанный с началом обучения в школе / М.Б. Чернова, Н.В. Полянская, М.М. Герасимов // Теоретические и методологические проблемы современного образования. - Москва, 2015. - С. 80 - 82.

13. Global Recommendations on Physical activity for Health. - Geneva, World Health Organization, 2010. - 60 p.

14. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association // Med Sci Sports Exerc. - 2007. - V.39. №8. - P. 1423-1434.

ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ПРОБЛЕМНЫЙ АСПЕКТ

**Курьсь В.Н., д.биол.н., профессор, Денисенко В.С., к.п.н., доцент
Гзирьян Р.В., д.п.н., профессор
ФГАО УВО «Северо-Кавказский федеральный университет»
Россия, г. Ставрополь**

Аннотация: В статье представлено обоснование необходимости получения в дошкольном возрасте общего образования в области физической культуры. Указывается на необходимость поиска путей реализации ответственности за полученные ценности телесно-двигательной культуры, которые связаны с воспитанностью гражданина в области физической культуры. Показано, что физическая культура дошкольника – это совокупность таких компонентов как, культура познавательной деятельности в этой области знаний, телесно-двигательная культура и культура здоровья. Данные компоненты должны быть взаимообусловленными при формировании целостной культуры личности дошкольника, что обеспечивается процессом физического воспитания ребенка.

Ключевые слова: физическая культура, дети дошкольного возраста, физическая культура личности, ценности физической культуры, зарубежные системы физического воспитания.

EDUCATION OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE: A PROBLEM ASPECT

**Kurys V.N., PhD, profotssor, Denisenko V.S., PhD, professor,
Gziryan R.V., PhD, professor
Federal State Enterprise "North-Caucasian Federal University",
Russia, Stavropol**

Annotation: The article presents a substantiation of the necessity of obtaining general education in the field of physical culture at the preschool age. It is pointed out the need to find ways to realize responsibility for the received values of the body-motor culture, which are related to the upbringing of the citizen in the field of physical culture. It is shown that the physical culture of a preschool child is a combination of such components as the culture of cognitive activity in this field of knowledge, the body-motor culture and the culture of health. These components must be interdependent in the formation of a holistic culture of the preschooler's personality, which is ensured by the process of physical education of the child.

Keywords: physical culture, children of preschool age, physical culture of personality, values of physical culture, foreign systems of physical education.

В преамбуле статьи отметим существующее представление о тождественности понятий «физическая» и «телесно-двигательная» культура, что и определяет применение в работе двух идентичных словосочетаний. При этом мы убеждены в большей приемлемости словосочетания «телесно-двигательная культура», как это имело место на заре формирования теории целенаправленной двигательной деятельности человека в первой трети двадцатого столетия.

Физическая культура человека является важнейшей составляющей его общей культуры. Это положение общеизвестно и является как бы аксиомным мнением ведущих специалистов в этом виде культуры последних десятилетий [2, 4, 5, 9, 14, 22 и др.]. Почему «как бы»? – потому, что есть сомнения в том, что многие ученые в области физической культуры, ведущие специалисты при близком рассмотрении этой проблемы будут настоятельно утверждать о том, что физическая культура действительно является важнейшей частью культуры человека. Ибо, существующая трактовка понятия «культура» как «просвещенность, образованность, начитанность» дает основание сомневаться в наличии доказательной базы отмеченному выше утверждению о том, что физическая культура человека действительно является важнейшей составляющей его личностной культуры. Физическая культура человека как один из феноменов культуры его жизнедеятельности предполагает осознанное преобразование его телесно-двигательной сущности и ментальности. Феноменальность физической культуры определяется также ответственностью человека не только за собственное, но и за общественное духовное развитие, направленное на формирование культуры их отношений с природой и к природе, в частности к природе в человеке [2]. Отмеченное, как и имеющие место непросвещенность, необразованность, неначитанность большого числа россиян в области телесно-двигательной культуры, дает основание к сомнению в том, что этот вид культуры человека является важнейшей составляющей его общей личностной культуры. Отмеченное не позволяет утверждать, что физическая культура «является» таковой, так как наше общество находится в этой сфере в том состоянии, когда более справедливым будет утверждение, что физическая культура человека должна быть важнейшей составляющей его общей культуры и не более того.

Уникальность возможностей телесно-двигательной культуры заключается в том, что она представляет собой естественный «мостик», позволяющий соединить социальное и биологическое начало в онтогенезе человека [1]. Ценностный дуализм физической культуры личности определяется ее духовным и материальными компонентами. Причем к последним относят потребный объем двигательных умений и навыков, достаточный уровень развития физических способностей, различных систем и функций организма человека [7] как физическую основу его эффективной и долговременной жизнедеятельности.

Духовные ценности физической культуры личности определяются как совокупность специальных знаний в области телесно-двигательного развития, идеалы физического совершенства, владения технологиями его достижения. В процессе освоения ценностей физической культуры общества человек призван превращать их в свое достояние [18, 21]. Но при этом представляется чрезвычайно важным отметить то обстоятельство, что одним из высших предназначений человека как высокоорганизованного биологического вида является не только превращение культурных, а в нашем случае телесно-двигательных ценностей общества, в свое достояние и пользование ими во благо, но и в меру возможностей и производство отмеченных ценностей. Вполне справедлив в этом случае вопрос: каким же образом может «средний человек» производить ценности физической культуры, и какими при этом руководствоваться основаниями? На современном этапе развития общества, на наш взгляд, имеется одна, но важная возможность реализации человеком отмеченной выше формулы потребления и производства ценностей физической культуры. Что касается прямой связи «общество человеку», то она как бы давно оформилась, и общество на основе эмпирики и огромного количества исследований накопило объем ценностей телесно-двигательной культуры и безвозмездно отдает все необходимое человеку. Здесь мы

подчеркиваем слово «безвозмездно» ибо за этим словом кроется как корень добра, так и обратное. Общеизвестно, что если человеку дается что-либо безвозмездно или бесплатно (в данном случае не совсем уместно), то в подавляющем большинстве случаев пользование таким образом приобретенными ценностями бывает неэффективным. Видимо, именно это и происходит в современном обществе. За любую полученную от общества ценность человек должен быть благодарен социуму и обременяться соответствующим образом долженствованием перед ним.

Так в чем же может проявляться такая благодарность человека за получаемые и используемые ценности телесно-двигательной культуры? Полагаем, она двучастна. Во-первых, человек должен отдать долг обществу в виде создаваемой, созданной и постоянно самосовершенствуемой личной телесно-двигательной культурой и, тем самым, вкладывая свою скромную лепту в создание культуры общества. Во-вторых, человек, получая от общества ценности для собственного физического развития, будучи органичным микроэлементом общества, не должен замыкаться только на собственной проблеме телесно-двигательного совершенствования, но и делиться этими ценностями с окружающими его людьми, которые, в силу определенных причин, не смогли оценить эти услуги общества, или не научились правильно ими пользоваться.

Видимо таким образом, равно как может быть и другим, общество, предоставляя гражданину для пользования накопленные ценности телесно-двигательной культуры, может получать возможность на их воспроизводство, на движение к более высокому уровню в развитии формулы «общество человеку, человек обществу».

Приведенная выше ответственность человека перед обществом, а также пути реализации ответственности за полученные ценности телесно-двигательной культуры, безусловно, связаны с воспитанностью гражданина в области физической культуры, и что изначально основополагающе – с его образованностью в этой сфере деятельности.

В этой связи в некоторых работах [3,12] подчеркивается то, что современные представления о физической культуре личности не должны ограничиваться сущностным содержанием понятия здоровья, развития физических качеств, морфофункциональными возможностями организма и двигательными навыками. Наряду с отмеченными важнейшими компонентами формирования и развития физической культуры личности должны быть и отмеченная ранее система ценностей, и мотивационно-потребностная сторона личности. Подчеркнем особо широту и глубину знаний в области физической культуры и, безусловно, деятельный аспект применения ценностей физической культуры общества. Проблема физической культуры личности является равной проблеме нравственной, интеллектуальной культуры личности. И в этом смысле культура едина и требует единства, цельности человека. Но она, физическая культура личности, будет таковой, если ее формирование приобретет онтологический характер, а ее истоки четко обозначатся в дошкольном возрасте. Ибо, старший дошкольник, как и человек более старшего возраста, также обладает своей совокупностью свойств, только ему присущих и составляющих его индивидуальность, своим характером, поведением, положением в детском коллективе. Тем не менее, физическая культура дошкольника, как формирующейся личности, стала объектом внимания специалистов совсем недавно [4, 9, 11, 12, 24].

Физическая культура дошкольника представляет собой совокупность ряда компонентов: культура познавательной деятельности в этой области знаний; телесно-двигательная культура; культура здоровья. Отмеченные компоненты безусловно должны быть взаимосвязанными, взаимообусловленными при формировании целостной культуры личности дошкольника, что обеспечивается, а если быть точным, должно обеспечиваться процессом физического воспитания ребенка.

Физическому воспитанию дошкольников как явлению и процессу уделялось особое внимание, как в советское время, так и в последнее десятилетие [14, 17, 16, 18, 23, 25]. С позиций существующих представлений о физическом воспитании, оно, как явление, характеризуется деятельной стороной формирования физической культуры личности дошкольника. Что касается

процесса физического воспитания, то множеством работ он определяется решением ряда тактических задач. К ним относятся: укрепление здоровья, улучшение телесно-двигательного развития, совершенствование систем и функций организма, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических способностей. При этом, в сфере дошкольного физического воспитания достаточно прочно обозначились и стратегические задачи оздоровительной, образовательной и воспитательной направленности [6, 8, 14, 19, 20, 23, 24, 15]. В этом случае следует акцентировать внимание на одном обстоятельстве. Как известно, решение определенных задач, как правило, направлено на достижение поставленной цели. К сожалению, в доступных нам источниках, мы не встретили эмпирически и научно устоявшейся сформулированной всеобъемлющей цели физического воспитания дошкольника. Опережая развитие темы статьи, это следует констатировать и применительно к образованию дошкольников в области физической культуры.

Следует отметить в определенной степени единство взглядов зарубежных специалистов на трактовку целей и задач дошкольного физического воспитания. Основной целью в ряде работ (США, Канада) предстает содействие гармоничному воспитанию ребенка, психомоторному, умственному и эмоциональному развитию дошкольника. Физическому воспитанию детей в Корее и Китае свойственно содействие оптимальному физическому развитию, дисциплинированности, формированию чувства справедливости, честности, основных двигательных умений, интереса к спорту. Физическое воспитание детей в Японии отождествляется с решением задач двигательного и умственного развития, формированием доброжелательности, дисциплинированности. В странах Запада акцент в постановке задач делается на прикладной характер физического воспитания, на формирование стремления к познанию. Исследование показало, что в зарубежных системах физического воспитания, его цели, если таковые имеются, отождествляются с задачами и носят «содейственный», «способствующий» характер. Такое положение трудно воспринимать как нормальное, потому как известно, что любая система в любой сфере деятельности человека будет функционировать эффективно при наличии четко, прогностически сформулированной цели и наличии целеполагания деятельности у исполнителей. К сожалению в отмеченных представлениях о физическом воспитании практически отсутствуют целевые установки на формирование системных представлений дошкольника о себе как биологическом виде и особенностях телесно-двигательного функционирования.

Многие современные научные исследования направлены на обоснование модернизации системы физического воспитания подрастающего поколения, на переориентацию целей и задач этого процесса [9, 13, 10 и др.]. При этом, делается акцент на переход от системы с целевой установкой на формирование преимущественно физических качеств, жизненно необходимых двигательных умений и навыков, к системе, основанной на приобретении человеком глубоких знаний в области физической культуры, о человеке как биологическом высокоорганизованном виде, о средствах целенаправленного воздействия на физическое состояние, сохранение и укрепление здоровья. Предполагаемая новая система должна основываться также на формировании осознанных мотивов и потребностей в здоровом образе жизни, базирующемся на активных, мотивированных занятиях физическими упражнениями. Интегрированным мнением ряда современных ученых о цели физического воспитания является формирование основ физической и духовной культуры личности, повышение ресурсов здоровья как системы ценностей [9, 11].

Известно, что общей целью существующей системы воспитания человека современного общества является содействие всестороннему гармоничному развитию личности. Исходя из этого, комплексной сущностью воспитательного процесса в современном обществе, целью физического воспитания является содействие всестороннему гармоничному развитию личности, осуществляемому в тесном единстве с нравственным, этическим, умственным и другими видами воспитательных воздействий [13]. Отмеченная трактовка цели, на наш взгляд, носит недостаточно конкретный характер, а если исходить из существующей трактовки понятия «цель» как то, к чему стремятся, чего хотят достичь, как

заранее намеченное задание, замысел, то содействие чему-то не может служить основой для определения сущности понятия «цель физического воспитания» и требует уточнения.

Достижение цели предполагает, как правило, решение ряда основных задач. В соответствии с устоявшимися взглядами [9, 11, 15] применительно к дошкольному физическому воспитанию эти задачи в сущности и иерархии выглядят как:

- формирование у детей осознанной потребностью в освоении ценностей здоровья, физической культуры и спорта;

- природосообразное и индивидуально приемлемое развитие физического потенциала, обеспечивающее достижение необходимого и достаточного уровня развития физических качеств ребенка, его двигательных умений и навыков;

- общее физкультурное образование дошкольников, направленное на освоение ими интеллектуальных, технологических, нравственных, этических и эстетических ценностей физической культуры;

- актуализация знаний на уровне начальных навыков проведения самостоятельных занятий.

Столь подробное изложение задач вызвано двумя обстоятельствами: первое состоит в целесообразности рассмотрения их последовательности на предмет логичности в иерархии и преемственности, второе – желанием устранить некоторую редакционную загроможденность и приблизить их сущностное восприятие к запросам специалистов дошкольных образовательных учреждений в сфере физического воспитания. Ограничимся в данной работе лишь некоторыми уточнениями, но на наш взгляд достаточно важными.

Обратим внимание на то, что первая задача связана с формированием у детей осознанной потребности в целенаправленной двигательной активности. Зададимся вопросом, возможно ли формировать потребность в чем-то без появления мотива?! Однако о мотивациях ни в одной из задач речи не идет. А если бы шла, то возникает следующий вопрос о том, что мотивы появляются (в том числе и у детей дошкольного возраста) на основе получаемых знаний и, по возможности, системных. Но организованное формирование знаний в образовательном учреждении осуществляется, а точнее, должно осуществляться в рамках образовательного процесса, в данном случае в области физической культуры. В приведенном выше перечне задач, такая задача находится лишь на третьем месте из пяти вместо логично положенного первого, подчеркиваем, для любого образовательного учреждения. Заметим к тому же, что последняя пятая задача по актуализации знаний, по своему месту, безусловно, не «заслуживает» такого к ней отношения, так как достижение цели определяется логичностью и, в конечном счете, комплексностью их решения, но не беспорядочностью.

Полагаем, на первый план должна выдвигаться образовательная задача формирования физической культуры личности дошкольника. В современном дошкольном физическом воспитании сложилась и сохраняется ситуация при которой дети практически не получают системных знаний в области физической культуры, в соответствии с возрастными особенностями их восприятия, а с этим и образования в этой области в целом. В этой связи возможна и более жесткая постановка вопроса о действительной системности дошкольного образования в области физической культуры, если не решается, а в лучшем случае декларативно решается ключевая задача образования. А коль так, то не может идти речи о создании прочной основы для формирования устойчивой потребности (на уровне возрастного восприятия) в освоении ценностей телесно-двигательной культуры, их понимания, осознания и возможного применения.

На основании изложенного можно сделать заключение о настоятельной необходимости получения дошкольником общего, хотя бы на элементарном уровне, образования в области физической культуры. А оно возможно как явление и как организованный процесс при разработке, прежде всего, теоретических оснований и предпосылок функционирования, что требует специального исследовательского решения.

Литература:

1. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.-1996.№1.-С.23-25. 18
2. Бальсевич В.К. Онтeкинезиология человека.- М.: Теория и практика физической культуры, 2000. -275с.
3. Витизей Н.Н. Физическая культуры личности. - Кишинев: Штиинца, 1989.- 110с. 38
4. Виленский М.Я., Виноградов П.А. и др. Концепция непрерывного образования детей и учащейся молодежи. – М.: ВНИИФК,1989.-20с.
5. Выдрин В.М. Неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование// Теория и практика физической культуры.-1995.№5-6.-С.15-17.
6. Гендин А.М., Сергеев М.И., Столяров В.И., Бакашвили В.Г. Физическое воспитание детей дошкольного возраста (социологический аспект)./Философско-социологические исследования физической культуры и спорта. Вып.1.-М.,1988.-С.80-100.
7. Евстафьев Б.В. О сущности всестороннего физического развития личности //Теория и практика физической культуры.-1984.№2.С.46-48.
8. Козлов И.М. Проблемы физического воспитания дошкольников//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.-1996.№2.-С.11-12.
9. Кузин В.В. Физическая культура детей и молодежи. Актуальные проблемы воспитания// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. -1996.№1.-С.3-4.
10. Курьсь В.Н., Сляднева Л.Н. Физическая культура как общеобразовательный предмет.// Теория и практика физической культуры.-2002.№9.-С.57-61.
11. Лубышева Л.И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации/ Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. -1996. №1.- С.11-17.
12. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека. – Новосибирск, Наука, 1992.-С.120 118
13. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. – Ставрополь: Изд-во СГУ. -2001. -224с.
14. Матвеев Л.П. Введение в теорию физической культуры, М.: ФиС.-1983.-113с. 129
15. Моргун И.Н. Физкультурное образование детей 5-6 лет на основе взаимодействия семьи и педагогов дошкольных образовательных учреждений. Автореф. дис...канд.пед.наук. - Ставрополь., 2001.-23с.
16. Никитин Б.П., Никитина Л.А. Мы и наши дети. –Ростов-на-Дону: Издательство «Молот», 1991.-216с. 137
17. Никитюк Б.А. Принципы и приоритеты физического воспитания детей дошкольного возраста// Теория и практика физической культуры.-1993.№7.-С.5-7 138
18. Пономарев Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта.-М.:ФиС, 1974.-310с. 149
19. Проблемы совершенствования физического воспитания дошкольни-ков.//Сб.научных трудов ВНИИФК//Под редакцией Е.Я. Бондаревского.-М.:ФиС, 1988.-116с. 154
20. Стеркина Р.Б. Качество дошкольного образования и основные тенденции его изменения//Дошкольное воспитание.-1996.№6.-С.2-14 176
21. Столяров В.И. Место физической культуры и спорта в системе явлений культуры.- М.: ГЦОЛИФК, 1988.-27с. 177
22. Теория и методика физической культуры (курс лекций): Учебное пособие/ Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И.Попова; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 1999. -324с.
23. Фалалеев А.И. Физическая культура в жизни детей дошкольного возраста (методология и методика исследования).- М., 1985. 193
24. Чернышенко Ю.К. Научно-педагогические основания инновационных направлений в системе физического воспитания детей дошкольного возраста: Автореф.дис...докт.пед.наук – Краснодар, 1998.-50с. 199

25. Шарманова С.Б., Федоров А.И. Развитие познавательных способностей детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. -1998. №1.-С.50-54

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ХОДЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР

**Финогенова Н.В., к.п.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»
Россия, Волгоград**

Аннотация: В статье раскрываются условия, которые необходимо создавать в подвижных играх для эмоционально-волевого развития детей дошкольного возраста. Приводятся экспериментальные данные подтверждающие эффективное воздействие подвижных игр на эмоционально-волевое развитие детей.

Ключевые слова: физическое воспитание дошкольников, дети дошкольного возраста, эмоционально-волевое развитие, подвижные игры.

EMOTIONALLY STRONG-WILLED DEVELOPMENT OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE IN THE STAGE OF MOBILE GAMES

**Finogenova N.V., PhD, associate professor,
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture», Russia, Volgograd**

Annotation: The article reveals the conditions that must be created in mobile games for the emotional-volitional development of preschool children. Experimental data confirming the effective effect of mobile games on the emotional-volitional development of children are presented.

Key-words: pre-school children physical education, children of preschool age, emotional-volitional development, outdoor games.

Развитие эмоционально-волевой сферы – один из важных аспектов воспитания ребенка. Дошкольники еще не умеют контролировать свои эмоции и выражают их открыто. И как следствие конфликт между детьми или детьми и взрослыми. Эмоции «являются центральным звеном» психической жизни человека, и прежде всего ребёнка [2,4].

Для развития эмоциональной сферы дошкольников игровая деятельность предоставляет собой обширное поле деятельности. Использование подвижных игр дает возможность для проявления сильных эмоциональных переживаний и освоения приемов управления эмоциями. Темперамент и эмоциональный фон человека, особенно в моменты проявления ловкости, силы, быстроты, пластичности и выносливости хорошо видны и легко наблюдаемы, а, следовательно, могут быть оценены партнерами и педагогами [1,3].

Механизмы создания благоприятных условий для последовательного эмоционального и физического личностного развития дошкольников решаются через оптимизацию физического развития детей, получение ими устойчивого позитивного настроения от двигательной активности, а также от радости взаимодействия во время соревнований. Эмоционально-волевые качества воспитываются в ходе преодоления детьми различных трудностей (внутренних и внешних), которые возникают в основном в рамках состязаний, однако может происходить и в процессе занятий и тренировок, если они связаны с освоением новых двигательных навыков, выходом на новый уровень развития физических качеств [5].

Значительное развивающее воздействие на эмоции ребенка, на его желание двигаться оказывает антураж, в который входят и различное нестандартное оборудование, и разноцветный традиционный спортивный инвентарь (кубы, мячи, обручи, скакалки,

флажки), и яркие элементы наглядности (плакаты). Погружаясь в уютную обстановку, ребенок стремится исполнить упражнение на более высоком уровне, на эмоциональном подъеме.

В процессе проведения исследований были сформулированы условия, которые необходимо соблюдать воспитателям, в процессе занятий по физической культуре в дошкольном возрасте, для полноценного развития эмоционально-волевой сферы:

1. Закрепление детьми техники основных движений в старшем дошкольном возрасте предполагает включение их в игровую деятельность, которая, для снятия эмоционального напряжения личного соперничества, должна носить характер командной игры. Это связано с тем, что в групповых подвижных играх главным являются интересы группы, успех или неудачу делят все вместе, количество негативных проявлений снижается, ведь на общем фоне группы личные удачи и неудачи менее заметны.

2. В процессе игровых действий, должны быть созданы условия для снижения и предупреждения агрессивных появлений, ослабление негативных эмоций.

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, один из неадекватных способов психологической защиты. При организации игр с такими детьми необходимо направить свое руководство на развитие инициативы, умение устанавливать дружеские отношения, разрешать конфликты, считаться с мнением товарищей. В ходе подвижной игры с правилами формируются организаторские способности детей, умение спокойно и справедливо разрешать споры. Именно в условиях общения по поводу игры ребенок сталкивается с необходимостью устанавливать контакты. Подвижные игры используются в работе с агрессивными детьми и с целью освобождения от гнева и отрицательных эмоций. Это способствует снижению эмоционального напряжения у детей.

3. В игровых ситуациях содействовать нивелированию проявления тревожности, предупреждению и снижению страхов, повышению самооценки и уверенности в себе. В подвижных играх происходит воспитание смелости и решительности. Смелость всегда сопряжена с уверенностью ребенка в своих силах, способностью сознательно преодолевать страх. Она помогает проявлять инициативу и активность. В играх дети попадают в ситуации, когда необходимо побороть чувство неуверенности, проявить решительность, способность принимать обоснованные решения и своевременно переходить к их выполнению.

4. В играх должны быть условия, способствующие формированию самоконтроля и произвольности. Дисциплинированность, самоконтроль – обязательное и сознательное подчинение своего поведения установленным нормам общественного порядка. Выдержка и самообладание – это способность постоянно контролировать себя и свое поведение; владение собой, своими желаниями, настроением. Данное качество предполагает способность воздерживаться от действий, которые осознаются как ненужные и вредные в данных условиях. В ходе игры воспитываются такие стороны ребенка как подчинения общим требованиям, выполнение установленных правил, организация и контроль за своим поведением.

При организации и проведении подвижных игр, целесообразно начинать игру с приветствия. Это позволит детям настроиться на совместную работу, создать доброжелательную атмосферу, установить эмоциональный контакт между участниками, дать установку на внимание. А заканчивать игры необходимо анализом и прощанием, для того, чтобы создать у каждого участника чувства принадлежности к группе, закрепление изученных эмоций.

Диагностика показателей эффективности такого подхода характеризуется рядом качественных критериев, демонстрирующих уровень достижений детей. Ключевыми требованиями к контролю выступают следующие параметры: информативность и полнота, наглядность, достоверность и точность, объективность. В ходе экспериментальной работы для оценивания уровня сформированности эмоционально-волевой сферы дошкольников использовались такие диагностические методики, как «Графический диктант», «Лесенка», тест тревожности, «Выбор в действии», «Понимание ребенком состояния сверстника».

Анализ данных, полученных в ходе проведения исследований, выявил определенные изменения в формировании эмоционально-волевой сферы у детей участвующих в эксперименте. При этом можно наблюдать достоверное превосходство детей экспериментальной группы по окончании эксперимента (таблица 1).

Анализируя показатели «Теста тревожности», показывающие эмоциональное благополучие ребенка, следует отметить снижение индекса тревожности в по окончании эксперимента на 22 %. Среднегрупповой результат остался на «среднем» уровне.

Таблица 1

**Изменение показателей развития эмоционально-волевых качеств
в ходе эксперимента (n =26)**

| Наименование теста | Исходные данные | | | Данные после эксперимента | | | t расч | P |
|---|-----------------|----------|------|---------------------------|----------|------|--------|--------|
| | \bar{X} | σ | m | \bar{X} | σ | m | | |
| «Графический диктант», балл | 10,20 | 3,47 | 0,71 | 12,83 | 1,90 | 0,39 | 3,05 | <0,01 |
| «Лесенка», балл | 2,79 | 0,86 | 0,18 | 3,41 | 1,10 | 0,22 | 2,21 | <0,05 |
| Тест тревожности, % | 32,25 | 4,66 | 0,95 | 26,30 | 6,13 | 1,27 | 3,76 | <0,001 |
| «Выбор действия», % | 40,25 | 7,67 | 1,56 | 46,15 | 8,31 | 1,37 | 2,85 | <0,01 |
| «Понимание ребенком состояния сверстника», балл | 3,19 | 1,06 | 0,39 | 4,60 | 0,87 | 0,16 | 2,47 | <0,01 |

Условные обозначения: Для n = 26: t = 3,1 и более (p < 0,001); t = 2,4-3,0 (p < 0,01); t = 1,8-2,3 (p < 0,05).

Способность давать адекватную самооценку и выбрать тот вид деятельности, который будет способствовать ее повышению – важное условие эмоционального развития детей дошкольного возраста. С помощью теста «Лесенка» нами определялась особенность проявления у дошкольников самооценки. На протяжении эксперимента происходило постепенное увеличение показателей в этом тестовом задании. Зафиксированный результат (3,41 баллов) соответствовал «среднему» уровню.

Умение правильно выполнять задания, которые предлагает педагог непосредственно в ходе их исполнения, определяется в первой части теста «Графический диктант». Способность активно и верно выполнить поставленное задание без внешнего контроля взрослого – вторая часть данной методики. По итогам проведения эксперимента среднегрупповой результат дошкольников увеличился относительно исходного уровня на 25,7 %.

Изучение темпов прироста показателей в тестовом задании «Понимание ребенком состояния сверстника», отражающем эмоциональное отношение к сверстнику, указывает на то, что дошкольники опередили степень эмоционального проявления у своих сверстников в среднем на 13,5%.

В результате сравнения полученных результатов по окончании эксперимента установлено, что дошкольники успешно справились с предложенными тестовыми упражнениями и заданиями. Наиболее существенный прирост наблюдался в тестовых заданиях, где необходимо было оценить отношение к себе. В тех ситуациях, когда дошкольникам для выполнения задания надо было опираться на постороннее мнение, результативность понижалась. Следует отметить, что дошкольники увереннее стали обозначать свое мнение, а в случае возникновения по каким-то причинам затруднений – смелее стали прибегать к помощи сверстников и взрослых.

Литература:

1. Волошина, Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников : учеб.-метод. пособие / Л. Н. Волошина. - М. : АРКТИ, 2005. – 106 с.
2. Кошелева, А.Д. Взаимодействие «взрослый ребенок» и функциональная роль эмоциональных процессов в онтогенезе / А.Д. Кошелева // Проблемы гуманизации воспитательно-образовательного процесса в детском саду. – Пермь, 1993. – С. 73-87.
3. Магомедов А.М. Возможности использования подвижных игр с элементами ориентирования в процессе физического воспитания дошкольников / А.М. Магомедов, Б.М. Каялов, М.С. Бараданов. – Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2016. - № 48. – С.268-272.
4. Психическое развитие воспитанников детского дома / Под ред. И.В. Дубровиной, А.Г. Рузской. - М.: Педагогика, 2010. – 268 с.
5. Слободяник, Н.П. Формирование эмоционально-волевой регуляции в детском возрасте / Н.П. Слободяник. - М.: Айрис, 2004. – 246 с.

СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА КАК ИНТЕГРИРОВАННАЯ СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Фомина Н.А., доктор педагогических наук, профессор,
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»
Россия, Волгоград,
Карпушина С.В.,
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение д/с № 235 г.
Россия, Волгоград**

Аннотация: В статье раскрываются компоненты системы сюжетно-ролевой ритмической гимнастики, обеспечивающие интеграцию двигательной и познавательной деятельности детей дошкольного возраста. Приводятся экспериментальные данные подтверждающие эффективное воздействие представленных педагогических средств на физическое и психическое развитие детей.

Ключевые слова: физическое воспитание дошкольников, сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика, интеграция двигательной и познавательной деятельности.

PLOT-ROLE RHYTHMIC GYMNASTICS AS AN INTEGRATED SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN

**Fomina N.A., PhD, professor
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture», Russia, Volgograd
Karpushina S.V.
Municipal pre-school educational institution d / s No. 235, Russia, Volgograd**

Annotation: The article reveals the components of the system of subject-role rhythmic gymnastics, which ensure the integration of the motor and cognitive activity of children of preschool age. Experimental data confirming the effective effect of the presented pedagogical means on the physical and mental development of children are presented.

Keywords: pre-school children physical education, role play rhythmical gymnastics, motional and knowledge activities integration.

Разработанная на кафедре теории и методики физического воспитания Волгоградской государственной академии физической культуры (Россия, г. Волгоград) система сюжетно-ролевой ритмической гимнастики легла в основу базовых занятий по физической культуре с дошкольниками и с 2005 года стала компонентом комплексной программы «Детский сад 2100» Образовательной системы «Школа 2100» [1].

Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика представляет собой совокупность физических упражнений, музыки, литературы и игры-драматизации, обеспечивающих ярко выраженную интеграцию двигательной и познавательной деятельности дошкольников, и направлена на эффективное развитие физических и психических способностей детей [2, 3]. Программа по сюжетно-ролевой ритмической гимнастике ориентирована на природную потребность дошкольников к двигательной активности как источнику развития, игре как ведущей деятельности, на интерес детей к музыке и литературе как источникам радости и познания. Программа представлена преемственными комплексами физических упражнений, выполняемых в соответствии с музыкой и сюжетами литературных произведений - сказок. Последовательное их освоение позволяет решать основные задачи физического воспитания в совокупности с общепедагогическими. Базовой структурной единицей занятия является сюжетно-ролевой комплекс ритмической гимнастики. В нем выделяются три взаимосвязанных компонента – двигательный, музыкальный и литературный) [2, 3]. Двигательная составляющая представлена физическими упражнениями различной направленности. Выполнение упражнений поточным способом с большим количеством повторений дает возможность соединить преимущество циклических видов деятельности (бег, ходьба, плавание и др.) с их аэробными возможностями с доступностью и эмоциональностью гимнастических упражнений. Такие занятия эффективно воздействуют на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма. Возникает возможность стандартизировать физическую нагрузку благодаря использованию строго-регламентированного времени и количеством двигательных действий комплексов упражнений. Комплексы ритмической гимнастики регламентированы музыкой и сюжетами сказок, по сценарию которых они разрабатываются. Сказка активизирует воображение ребенка, заставляет сопереживать и внутренне содействовать персонажам, а в результате этого у него появляются не только новые знания и представления, но и, что самое главное, новое эмоциональное отношение к окружающему: к людям, предметам и явлениям

Теоретическому обоснованию системы физического воспитания дошкольников на основе сюжетно-ролевой ритмической гимнастики предшествовала многолетняя (1992-2011г.г.) научно-исследовательская работа, которая осуществлялась. В ходе экспериментальных исследований на базе ДООУ 235 города Волгограда были выявлены особенности формирования двигательных качеств и психических процессов. Установлено, что у детей 4-6 лет, занимающихся ритмической гимнастикой, в первую очередь отмечается опережающий рост координационных способностей по сравнению с их сверстниками [3, 4].: у 4-х летних детей: способности к согласованию движений, реагированию ($P < 0,05$); 5-ти летних: чувство равновесия, способности к реагированию ($P < 0,05$); 6-ти летних: чувство ритма, равновесия, способности к реагированию, к согласованию движений ($P < 0,05$). У детей 5-6 лет с задержкой психического развития и логопедическими нарушениями выявлены значительные сдвиги в развитии мелкомоторной координации (проба Озерцкого, $P < 0,001$), быстроты локального движения кисти (теппинг-тест, $P < 0,001$), согласования движений ($P < 0,001$), чувства ритма ($P < 0,001$), равновесия ($P < 0,05$). Дети, занимающиеся ритмической гимнастикой опережают своих сверстников в развитии следующих физических качеств: дети 4-х лет - скоростно-силовых (метание в даль и прыжок в длину с места, $P < 0,05$) и силе (сила мышц брюшного пресса, $P < 0,05$; сила мышц спины, $P < 0,05$); дети 5-ти лет - скоростно-силовых (метание и прыжок в длину с места, $P < 0,01$); силе (сила мышц брюшного пресса, $P < 0,05$; сила мышц спины, $P < 0,05$); гибкости ($P < 0,01$); дети 6-ти лет - скоростно-силовых ($P < 0,01$); силе ($P < 0,05$); гибкости ($P < 0,01$); быстроте ($P < 0,05$).

Воздействие средств ритмической гимнастики и сюжетно-ролевого характера занятий позитивно отражается на развитии познавательных процессов у детей 4-6 лет (двигательной, слуховой и зрительной памяти, внимания, мышления), что выражается достоверным приростом результатов и более высокими показателями, чем у их сверстников, не занимающихся ритмической гимнастикой ($P < 0,05$). У старших дошкольников с ЗПР и общим недоразвитием речи в результате занятий сюжетно-ролевой ритмической гимнастикой специальной коррекционной направленности отмечается улучшение психической сферы по показателям когнитивного развития. Они опережают сверстников из коррекционных групп в развитии памяти ($P < 0,05$), внимания ($P < 0,05$), наглядно-действенного ($P < 0,001$) и наглядно-образного мышления ($P < 0,05$), а также произвольности ($P < 0,05$). Установлено, что более раннее начало занятий ритмической гимнастикой способствует стойкой тенденции качественного и количественного улучшения двигательной и познавательной сферы детей дошкольного возраста. Дошкольники 6-ти лет, начавшие заниматься по экспериментальной программе с 3-4-х лет, отличаются от своих сверстников, подключившихся к занятиям позже, более высокими показателями развития всех исследуемых физи-ческих качеств, координационных способностей и познавательных процессов ($P < 0,05$). По данным логопедического обследования под влиянием занятий ритмической гимнастикой у детей с общим недоразвитием речи происходит значительное улучшение речевой функции [2]. Таким образом, занятия сюжетно-ролевой ритмической гимнастикой оказывают существенное влияние на двигательное развитие, формирование психических процессов и речи детей 3-6 лет.

Литература:

1. Комплексная программа развития и воспитания дошкольников в Образовательной системе «Школа 2100» («Детский сад 2100»). - Москва: Изд. Дом РАО, «Баласс», 2005, 2008.
2. Фомина Н.А. Физическое воспитание детей дошкольного возраста на основе системы сюжетно-ролевой ритмической гимнастики: Автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора педагогических наук / Адыгейский государственный университет, Майкоп, 2004. – 50 с.
3. Фомина Н.А., Карпушина С.В. Физическое воспитание детей дошкольного возраста на основе интегрированного подхода /Актуальные проблемы и пути совершенствования физического воспитания детей дошкольного возраста: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – 2012, С.51-56.
4. Фомина Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика. Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников. - Москва: Изд. Дом РАО, «Баласс», 2005. (2008) – 144 с. (Образовательная система «Школа–2100». Детский сад-2100).

УЧЕБНОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО КАК ФОРМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СЕМЬИ, ПЕДАГОГА И ВОСПИТАННИКОВ В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО

Цветкова М. А.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
№ 39 «Белоснежка»,
Россия, г. Сургут**

Аннотация: Возрождение комплекса ГТО происходит в изменившихся условиях (плохая экология, ухудшение показателей соматического здоровья населения). В последнее время наметилась тенденция к использованию оздоровительных технологий в образовательном процессе (НОД) и самостоятельных занятиях детьми физической культурой

и спортом при заботливой поддержке родителей. Внесенные инновации в НОД (физическая культура) при работе с детьми помогут развить в них физические качества, выявить одарённых детей для занятий спортом.

Ключевые слова: физическая культура; здоровье; здоровьесформирующие технологии; комплекс ГТО, ФГОС.

EDUCATIONAL COOPERATION AS A FORM OF INTERACTION OF FAMILY, TEACHER AND PUPILS IN CONDITIONS OF IMPLEMENTATION OF TRIZ-SPORTS COMPLEX OF TRP

Tsvetkova M.A.

**Municipal budgetary pre-school educational institution No. 39 «Belosneqka»,
Russia, Surgut**

Annotation: The revival of the TRP complex occurs in changed conditions (poor ecology, deterioration of the indicators of the population's physical health). Recently, there has been a trend towards the use of health technologies in the educational process (GCD) and independent training of children in physical culture and sports with the careful support of parents. The innovations introduced in the GCD (physical culture) when working with children will help develop their physical qualities, identify gifted children for sports.

Keywords: physical culture; health; health forming technologies; complex of TRP, GEF.

Обеспечение доступного и качественного дошкольного образования - важная задача для любой дошкольной образовательной системы. Ее решение позволяет в значительной степени повысить равенство стартовых возможностей для детей, принадлежащих к разным социальным группам, проживающих на разных территориях РФ.

По данным ЮНЕСКО, инвестиции в образование самых маленьких детей является примером наиболее эффективной общественной политики. Дети, посещавшие дошкольные образовательные организации, меньше болеют, остаются на второй год, выбывают из школы и не требуют социальной коррекционной помощи позже.

Югра - один из лидеров в Российской Федерации по рождаемости и приросту населения, доля детей в возрасте 1-6 лет в общей численности населения на треть больше, чем в России. Всё это ведет к опережающему росту спроса на услуги дошкольного образования и существенно обостряет проблему доступности.

В образовательных учреждениях созданы условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья детей. Сегодня дошкольное образование приобретает функцию серьезного социального института. Поэтому перед системой образования стоит важная задача расширения доступности и повышения качества услуг дошкольного образования. Кроме того, особое внимание уделяется созданию условий для семейного воспитания и активного вовлечения в него родителей дошкольников.

Одним из показателей качества дошкольного образования является забота о здоровье детей.

В автономном округе дети чаще пропускают занятия в ДОУ из-за болезни, чем по России в целом и примерно столько же, сколько дошкольники в группе сопоставимых регионов. Кроме того, в течение 6 лет число пропущенных дней неуклонно растет, увеличившись с 2008 года в 1,6 раза. Поэтому в ДОУ действует ряд целевых программ, в рамках которых реализуется комплекс мер на самых разных уровнях по сохранению и укреплению здоровья дошкольников. В детском саду применяются оздоровительные технологии и подобрано соответствующее оборудование: тренажеры, батуты, сухие бассейны, имеются спортивный зал и спортплощадка. В летний период воспитанники охвачены летними оздоровительными мероприятиями: игры и развлечения на открытом

воздухе, прием детей на улице, утренняя оздоровительная гимнастика, физкультурные занятия на улице, познавательные экскурсии. Однако медики отмечают общую тенденцию к ухудшению здоровья подрастающего поколения. Еще 2 года назад по данным медицинских осмотров каждый четвертый ребенок Югры, поступающий в школу, имел то или иное нарушение здоровья или отклонение в развитии, сегодня это - каждый третий.

Главный приоритет дошкольного образования - повышенное внимание к здоровью детей, профилактика заболеваемости, создание системы сопровождения и коррекции детей раннего возраста, поддержка семейного воспитания, качественное дошкольное образование - готовность детей к обучению в школе.

Поэтому немаловажной и особенно актуальной является идея, высказанная президентом страны В.В. Путиным, о возрождении в Российской Федерации комплекса ГТО, то есть массовой готовности граждан к труду и обороне. Целенаправленные занятия физической культурой, обязательные для людей всех возрастов, способны оздоровить нацию, начиная с самых маленьких – дошколят.

Учитывая ФГОС, физическое развитие ребенка включает приобретение опыта в следующих видах деятельности: двигательной, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). А также необходимо взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам физического развития ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи. Учитывать безопасность предметно-пространственной среды, соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Осознавая необходимость требований ФГОС, изучая требования внедрения комплекса ГТО, знакомясь с документами государственной поддержки ГТО в Российской Федерации, я пришла к осознанию о необходимости подготовки детей дошкольного возраста к сдаче норм ГТО первой ступени обучения в школе. Задавала себе вопросы: Как будет проходить тестирование? В какой форме? На сколько ребенок-дошкольник будет подготовлен к сдаче тестов ГТО? Хватит ли у него сил? Насколько? Получил ли он определенный уровень знаний для выполнения тестов? Правильно ли я веду занятия со своими воспитанниками? Вопросов много. Учитывая актуальность темы и не забывая, что воспитанники – это дети старшего дошкольного возраста, я решила соединить здоровьесформирующие технологии физкультурного занятия с различными подходами, направленными на укрепление здоровья, улучшение показателей физического развития и двигательной подготовленности, в которых сочетаются традиционные и нетрадиционные формы и методы укрепления здоровья средствами физической культуры. Неоднократно ряд авторов предлагали с этой целью использовать восточные единоборства и оздоровительные системы. Например, В. У. Агеевец (2004) и другие авторы предлагали использовать элементы йоги в физическом воспитании детей и подростков. У нас в детском саду помимо основных физкультурных занятий, воспитанники занимаются с тренерами СДЮСШОР № 1 в спортивных секциях по греко-римской борьбе, художественной гимнастике, УШУ.

Внедрение возрожденного комплекса ГТО – это еще один из путей к здоровьесбережению. Ведь основной задачей и генеральной линией физкультурно-

спортивного комплекса ГТО является развитие физических качеств, что в свою очередь может повлиять на улучшение показателей соматического здоровья.

Разработанная и внедренная мною программа для детей дошкольного возраста «Здоровенок» положительно воздействует на физические качества, как сила, выносливость, гибкость, ловкость, быстрота, корректирует осанку, улучшает работу внутренних органов, повышает обменные процессы в организме ребенка. Использование здоровьесберегающих технологий положительно влияет не только на показатели здоровья, но и на физическую подготовленность. Важно отметить, что комплекс ГТО в качестве основной задачи ставит улучшение физической подготовленности людей разного возраста – детей и родителей.

Подготовленный мною проект по работе с родителями «Заботливые мамы и папы», девиз которого «Ребенок учится тому, что видит у себя в дому» предусматривает создание благоприятных условий для воспитания, развития физических качеств и двигательных навыков детей в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, формирует представление о здоровом образе жизни семьи, о здоровье и средствах его укрепления.

Проект ориентирует на создание в детском саду и дома обстановки, способствующей формированию навыков личной гигиены, осознанию у детей ценностей здорового образа жизни, бережного отношения к своему здоровью, с элементарными правилами безопасного поведения дома и в саду.

Проект предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной, ритмичной, лёгкой ходьбе, бегу, умению прыгать с места и с разбега, разным видам метания, лазанья, движений с предметами, получать удовольствие от игр, движений, упражнений.

На дополнительных занятиях создаются условия для улучшения физических качеств детей, воспитания в них стремления стать сильными, выносливыми, ловкими и быстрыми, появлению спортивного задора, что становится залогом успешного выступления на соревнованиях.

Здоровье рассматривается не только как физическое состояние и самочувствие, но гораздо шире – как эмоциональное, социальное, душевное и психологическое благополучие ребенка.

Учитывая особенности развития детей дошкольного возраста, реализация проекта связана с решением следующих задач:

1) укрепление здоровья дошкольников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

2) формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

3) развитие интереса у воспитанников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга вместе с родителями.

Для развития физических качеств разработаны:

- Индивидуальный образовательный маршрут ребенка-дошкольника (для родителей).
- План индивидуальной работы с детьми по совершенствованию основных видов движений, общеразвивающих упражнений, развитию кондиционных физических качеств (для воспитателей).

- Карточка упражнений по развитию кондиционных физических качеств детей на занятиях по физической культуре (НОД) (для инструктора по физической культуре).

- Консультации по развитию физических качеств у детей с подборкой комплекса упражнений и подвижных игр для родителей и воспитателей.

Чтобы вырастить здорового ребенка, необходимо грамотно распланировать свою педагогическую деятельность, и компетентно использовать свои знания. Изучив труды кандидата психологических наук В. Г. Алямовской, «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении», «Оздоровительные технологии в

дошкольном образовательном учреждении: инновационный аспект», доктора медицинских наук, профессора В.Н. Касаткина «Основы психологии и педагогики здоровья», мы в нашем детском саду приучаем ребенка к ежедневным занятиям физическими упражнениями и подвижным играм, создаем все условия для освоения многих видов движений, действий и закалывающих процедур. Многолетний опыт работы с детьми показал, что дети даже одного возраста существенно отличаются по степени двигательной активности, уровню развития двигательных умений и навыков, двигательным предпочтениям. Учет природных задатков и склонностей детей к тем или иным видам двигательной деятельности позволяет обеспечить ребенку ситуацию успеха, положительную мотивацию, сформировать устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями. Привлечь детей к занятиям физической культурой и спортом, развить интерес к данному виду деятельности и, как следствие, воспитать физически полноценное, здоровое подрастающее поколение – первоочередная задача родителей и педагогов. Систематические физкультурные занятия положительно влияют на процессы роста и развития детского организма, повышают функциональные возможности его ведущих систем, что способствует их совершенствованию и является средством увеличения биологических резервов организма. Благодаря этому ребенок будет подготовлен к дальнейшему освоению рабочих и спортивных движений.

С давних пор доказано положительное влияние физических упражнений на умственную деятельность ребенка. О создании условий полноценного физического развития, осознанного отношения к своему здоровью, укреплению традиций и принципов семейного воспитания говорится в послании Федеральному собранию РФ В.В. Путиным. Большую работу в поиске новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей провели известные в сфере дошкольного образования ученые – Л.А. Парамонова, Т.И. Алиева, О.М. Дьяченко, В.Г. Алямовская, С.М. Мартынов, Е.А. Екжанова, М.Н. Кузнецова и другие.

Я сделала вывод, что вырастить здорового ребенка, стремящегося к постоянным занятиям физкультурой, к выполнению физических упражнений самостоятельно и осознанно, с улыбкой, без упреков и наставлений, могу только в тесном сотрудничестве с родителями, и педагогами СДЮСШОР №1. Тренера – преподаватели по греко-римской борьбе, по художественной гимнастике, по УШУ вносят большой вклад в физическую одаренность ребенка. Воспитанники МБДОУ не раз отстаивали честь детского сада на городском уровне.

Можно с уверенностью сказать, что внедрение возрожденного комплекса ГТО, проведение занятий по подготовке к сдаче норм ГТО позволят существенно улучшить показатели физической подготовленности, повысить двигательную подготовленность, и это положительно скажется на состоянии здоровья детей. Поэтому с высокой степенью вероятности можно говорить о взаимосвязи комплекса ГТО и НОД в детском саду.

Литература:

1. Стратегия развития образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года
2. Общероссийская система мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи: постановление Правительства Российской Федерации от 29.12.2001 г.
3. Семенов Л.А., Синявский Н.И. Проект инновационной деятельности дошкольных образовательных учреждений города Сургута «Информационно-технологическое обеспечение реализации основной образовательной программы дошкольного образования в образовательной области «Физическое развитие»

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

**Филиппова С.О. д.п.н., профессор,
ФГБОУ ВПО «Российский государственный педагогический университет им А.И.
Герцена», Россия, г. Санкт-Петербург
Митин А.Е.,
Спортивная школа Красногвардейского района Санкт-Петербурга, Россия, г. Санкт-
Петербург**

Аннотация: Исследование посвящено анализу влияния современных условий, в которых осуществляется деятельность дошкольных учреждений, на качество физкультурно-оздоровительной работы, проводимой с детьми. В статье представлены результаты мониторинга основных проблем, обуславливающих снижение результативности усилий педагогов по сохранению и укреплению здоровья детей, а также определены возможные пути их решения.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, дошкольное учреждение, физкультурно-оздоровительная работа, специалист по физической культуре.

IMPROVING EFFECTIVENESS PHYSICAL AND HEALTH WORK OF PRESCHOOL INSTITUTIONS IN MODERN CONDITIONS

**Filippova S.O., PhD, professor
FGBOU VPO "The Russian State Pedagogical University named after A.I. Herzen», Russia,
St.-Petersburg
Mitin A.E.
Sports school Krasnogvardeysky district of St. Petersburg,
Russia, St.-Petersburg**

Annotation: The study is devoted to the analysis of the influence of modern conditions in which preschool institutions operate, on the quality of physical culture and health work carried out with children. The article presents the results of monitoring of the main problems that cause a decrease in the effectiveness of the efforts of teachers to preserve and strengthen the health of children, as well as possible ways of their solution.

Keywords: preschool children, pre-school, physical culture and health work, specialist in physical culture.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей остается по-прежнему актуальной. Многие авторы акцентируют внимание на продолжающемся ухудшении состояния здоровья, снижении уровня функционального состояния и физической подготовленности детей дошкольного возраста [1].

К сожалению, часть проблем организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении, которые были отмечены еще 10-15 лет назад [3], так и остаются нерешенными. Более того, к факторам, негативно влияющим на физическое состояние детей, добавляются факторы риска их психического развития [2].

В этой связи было проведено исследование, направленное на определение влияния современных условий, в которых осуществляется деятельность дошкольных учреждений, на качество физкультурно-оздоровительной работы, проводимой с детьми.

В исследовании были определены следующие задачи:

1. Оценка уровня физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в дошкольных учреждениях.

2. Определение основных проблем, снижающих результативность физкультурно-оздоровительной работы.

3. Поиск резервов, которые могут обеспечить повышение эффективности деятельности педагогов по формированию и укреплению здоровья дошкольников.

Организация исследования. Мониторинг организации и содержания физкультурно-оздоровительной работы, осуществляемой в дошкольных учреждениях, проводился в период с 1 ноября по 29 декабря 2017 года. В исследовании приняли участие администрация и специалисты по физической культуре 9 дошкольных учреждений Красногвардейского района Санкт-Петербурга: ГБДОУ № 17, 26, 72, 74, 76, 80, 82, 84, 89.

Анализ полученных результатов свидетельствует о следующем.

I. В большинстве случаев занятия проводятся на хорошем уровне, специалисты по физической культуре имеют большой стаж работы, являются энтузиастами своего дела, включены с различными формами профессионального взаимодействия (творческие группы, районные соревнования и фестивали и т.п.). В то же время, в отдельных случаях были зафиксированы методические и организационные ошибки, что актуализирует вопрос повышения квалификации данной категории педагогических кадров и привлечения их к городским научно-методическим мероприятиям.

II. Собеседование со специалистами по физической культуре и администрацией дошкольных учреждений выявило круг проблем, снижающих результативность физкультурно-оздоровительной работы.

Следует отметить, что основные негативные тенденции в физкультурно-оздоровительной работе дошкольных учреждений района отражают общее положение для дошкольного образования в Санкт-Петербурге последних лет:

- закрытие спортивных залов и бассейнов с целью освобождения помещений для организации дополнительных групп;
- сокращение медицинских ставок в учреждениях для детей с ослабленным здоровьем;
- изменение статуса специалиста по физической культуре (с руководителя на инструктора), что привело к снижению заработной платы и потере педагогической пенсии;
- сокращение ставок инструкторов по физической культуре.

Кроме этого, были выделены следующие проблемы:

1. На физкультурных занятиях не осуществляется деление на подгруппы. Во многих учреждениях группы достаточно большие и поддержание необходимого уровня двигательной активности является затруднительным (детям неудобно размещаться в командах, они долго ждут своей очереди и т.п.). Причины такой организации имеют неоднозначный характер и требуют отдельного обсуждения.

2. Площадь помещений, где проводятся занятия, недостаточна для полноценной реализации программного материала, особенно с детьми старшей и подготовительной групп:

- зал переоборудован из групповой комнаты;
- неудачное архитектурное решение: зал квадратной формы, что не позволяет проводить такие виды как метание на дальность, прыжки с разбега и т.п.;
- отсутствие специальных помещений для хранения оборудования, что приводит к его размещению в зале и уменьшению используемой для занятия площади.

В этой связи, специалисты по физической культуре при определении содержания занятий вынуждены делать выбор в пользу малоподвижных упражнений ациклического характера силовой и координационной направленности, что, безусловно, важно для развития детей дошкольного возраста. Однако упражнения, развивающие аэробные способности детей, в таких помещениях проводить практически невозможно. А именно уровень развития аэробных способностей определяет индекс здоровья в дошкольном возрасте.

К сожалению, в некоторых учреждениях занятия проводятся в помещении группы, что связано со следующими проблемами:

- отсутствие специального покрытия приводит к формированию у детей неправильной техники бега и прыжков;
- необходимость использования педагогом только легкого выносного оборудования вынуждает его максимально упрощать занятие, опираясь на элементарные движения;
- занятия в помещении с кроватями, столами и стульями не формируют у детей представления об эстетике физической культуры.

3. Организация занятий на улице затруднена в связи:

- с недостаточно оборудованными спортивными площадками;
- отсутствием террас и больших навесов, позволяющих проводить игры и упражнения в плохую погоду.

4. В связи с усилением мер безопасности и ограничением выхода групп детей за территорию дошкольного учреждения, практически не реализуется раздел программы «Простейший туризм». В то время как именно длительная ходьба в среднем темпе («прогулки в природу») обеспечивает наибольший оздоровительный эффект в дошкольном возрасте.

5. В связи с усилением мер безопасности дошкольные учреждения вынуждены отказаться от коллективных посещений детьми спортивных секций на базе ДЮСШ, которые практиковались в ряде учреждений (например, плавание в бассейне).

6. Со специалистом по физической культуре дети встречаются 3 раза в неделю по 25-30 минут. Все остальное время они проводят в группе с воспитателем. Если воспитатель не является носителем идей здорового образа жизни, то и дети в такой группе не активны, мало двигаются.

7. Семья. В последние годы значительно снизился уровень двигательной активности ребенка в семье. Дети с родителями мало гуляют, много времени проводят в транспорте, дома – с гаджетами.

III. Проведенное исследование позволило определить пути повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.

Возможно выполнение комплекса мероприятий трех уровней сложности.

1. Мероприятия, не требующие изменений образовательного процесса в дошкольном учреждении и финансовых вложений:

- проведение краткосрочных тематических семинаров, курсов повышения квалификации, серии открытых занятий и т.п. для специалистов по физической культуре дошкольников;
- повышение квалификации воспитателей и родителей в вопросах физического воспитания и здоровья детей;
- привлечение специалистов по физической культуре дошкольников района к методическим и научным мероприятиям, проводимым в городе;
- активное взаимодействие дошкольных учреждений с районным врачебно-физкультурным диспансером;
- активное взаимодействие дошкольных учреждений с физкультурно-спортивными учреждениями района (спортивными школами и т.п.).
- внедрение паспорта здоровья дошкольника.

2. Мероприятия, требующие незначительных изменений образовательного процесса в дошкольном учреждении и финансовых вложений:

- организация физкультурных занятий по подгруппам;
- оборудование спортивных залов в самых больших помещениях дошкольного учреждения;
- введение в эффективный контракт педагога разделов, связанных с физкультурно-спортивной активностью и сохранением здоровья;

- разработка и введение в оценку эффективности деятельности заведующей и методиста дошкольного учреждения показателей физкультурно-оздоровительной работы с детьми, педагогами и родителями;
- внедрение электронной системы оценки двигательной подготовленности дошкольников, позволяющей прогнозировать успешность их спортивной деятельности;
- проведение углубленных исследований эффективности оздоровительных технологий, используемых в дошкольных учреждениях;
- введение ставки инструктора по лечебной физкультуре;
- организация занятий, предусматривающих длительные нагрузки в аэробном режиме (простейший туризм, лыжная подготовка, обучение плаванию и т.п.);
- районное финансирование закупки спортивного оборудования для дошкольных учреждений;
- организация службы здоровья дошкольного учреждения с введением ставки руководителя службы.

3. Мероприятия, требующие значительных изменений образовательного процесса в дошкольном учреждении и финансовых вложений:

- оборудование спортивных площадок дошкольных учреждений в соответствии с современными требованиями к организации физкультурно-оздоровительной работы (аналогично пришкольным спортивным площадкам);
- нормативно-правовое упорядочение деятельности специалиста по физической культуре дошкольников (согласование с профессиональным стандартом).

Заключение. Проведенное исследование показало, что для повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях следует применить комплекс мер, часть из которых требует серьезной перестройки образовательного процесса и дополнительного финансирования от районной администрации. В то же время, значительную роль в решении данной проблемы призваны сыграть и мероприятия, которые дошкольное учреждение может реализовать только своими силами, при заинтересованности всех участников образовательного процесса.

Литература

1. Максимова, С.Ю. Антропологические направления формирования здорового образа жизни у дошкольников в условиях детского сада и семьи / С.Ю. Максимова, Р.Р. Магомедов, А.А. Сиротина, В.В. Боляк // Развитие системы педагогического образования в современной России: антропологический аспект: матер. науч.-практ. конф. – Ставрополь: СГПИ, 2015. - С. 236-240.
2. Митин, А.Е. Гуманитарные технологии и безопасность физкультурно-образовательной среды дошкольного учреждения / А.Е. Митин // Дошкольное воспитание. - 2010. - № 9. - С. 108-111.
3. Филиппова, С.О. Физическая культура дошкольников Санкт-Петербурга: проблемы и перспективы / С.О. Филиппова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2000. - № 3. - С. 51.

МУЗЫКАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ СПЕЦИАЛИСТА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ, КАК ФАКТОР ЭФФЕКТИВНОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Эйдельман Л.Н., к.п.н..

**Негосударственное образовательное учреждение
«Учебный центр фитнеса «Натали», Россия, Санкт-Петербург**

Аннотация: В статье фокусируется внимание на музыкально-теоретических знаниях специалиста в области физического воспитания, раскрыта специфика взаимосвязи музыки и

движения. Выделены критерии подбора музыкального сопровождения к физкультурным занятиям с дошкольниками.

Ключевые слова: физическое воспитание, музыкально-теоретические знания, закономерности синтеза музыки и движения.

MUSICAL LITERACY SPECIALIST IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN, AS FACTOR OF EFFECTIVE PEDAGOGICAL ACTIVITIES

Eydelman L. N, PhD

Non-state educational establishment

"Educational center of fitness "Natalie", Russia, St.-Petersburg

Annotation: The article focuses on the musical and theoretical knowledge of a specialist in the field of physical education, reveals the specifics of the relationship between music and movement. The criteria of selection of musical accompaniment to physical training lessons with preschoolers are highlighted.

Keywords: physical education, musical-theoretical knowledge, laws of music and movement synthesis.

В настоящее время в физическом воспитании детей дошкольного возраста при выполнении физических упражнений педагогами активно используется разнообразная музыка. Экспериментально доказано, что музыкальное сопровождение на физкультурных занятиях может способствовать решению воспитательных, образовательных и оздоровительных задач. Однако, музыка – это специфичный инструмент воздействия на организм ребёнка. Неграммотное её применение может оказать негативное влияние на физическое и психическое состояние занимающихся.

Как показывает практика, грамотное использование танцевальной музыки на физкультурных занятиях с дошкольниками требует от педагогов по физическому воспитанию (ФВ) специальных компетенций в этой области, что и предопределило необходимость написания данной статьи.

Общеизвестно, что музыка – это звуковой вид искусства. Звуки музыки, воздействуя на тонкие струны детской души, способны дарить детям радость, удовольствие от выполняемых движений. В трактатах греческих философов утверждается, что музыка ближе всех стоит к психике, она наполняет души детей «энтузиазмом», а энтузиазм есть эффект этического порядка в психике. Каждый музыкальный лад содержит в себе эмоциональную природу, отражающую определённое душевное состояние, следовательно, при восприятии музыки ребёнок настраивается соответствующим образом на выполнение определённого задания. При этом музыкальные ритмы должны взаимодействовать с моторным и двигательным опытом ребёнка, за счёт чего усиливается эффект эмоционального воздействия.

Музыкальная основа физического упражнения формирует у ребёнка чувство ритма, метра, стиля, образа, музыкальную память, логику мышления. Получаемое при этом чувство удовольствия обуславливает потребность в систематических физкультурных занятиях, формирует потребность в двигательной деятельности, повышает двигательную активность.

Одним из ведущих факторов грамотного подбора музыкального сопровождения к занятиям является музыкальная грамотность педагога. Если специалист по ФВ слышит музыку, владеет культурой её восприятия, теоретически грамотен, тогда каждый ребёнок, независимо от возраста, будет не только воспринимать музыкальное произведение, но и понимать его суть.

Закономерности взаимосвязей музыки и движения продиктованы многовековым развитием народного танцевального творчества. Н.В. Соковикова отмечает два уровня

взаимосвязей - низшие и высшие. Низшие взаимосвязи прослеживаются в интонационной сфере, темпе, метроритме и динамике. Высшие – обнаруживаются в области жанра, стиля, формы или структуры [3].

Интонация, как живая основа музыки, позволяет выявить закономерности интонационных средств музыки и движения, гарантирующих успешное проведение занятий и полноценное усвоение изучаемого материала.

Закономерности взаимосвязей метроритмических средств музыки и движения отражают соответствие:

- звучания и движения;
- биомеханической и физиологической основы метра и ритма с динамико-пространственными характеристиками движения;
- метрической сетки и ритмической раскладки физкультурных движений.

Закономерности взаимосвязей темповых и динамических средств музыки и движения показывают биомеханическую и физиологическую основу двигательного темпа и динамики.

Закономерности структурных взаимосвязей музыки и движения обусловлены большей подвижностью звуковых средств в сравнении с подвижностью движений человеческого тела, ограниченной физическими возможностями занимающихся [3].

Остановимся подробно на основных музыкальных понятиях: ритм, метр, акцент, такт, длительность, темп. В музыке разных исторических эпох метроритмические свойства и закономерности проявляются по-разному, однако понятия метра и ритма в музыковедении являются основополагающими временными категориями.

Музыкальный ритм трактуется в научной литературе как «соотношение длительностей последовательного ряда звуков». Они бывают различной длительности и обозначаются нотными знаками. За единицу измерения принята целая нота, которая длится четыре счёта. Остальные её доли – половина, четверть, восьмая, шестнадцатая и т.д. Организованное сочетание длительностей звуков называется ритмическим рисунком. Его можно воспроизвести словами, хлопками, шагами, прыжками, щелчками и т.п. Ритмический рисунок соответствует динамике выполнения движений. Многообразие ритма воспитывает ритмическое чувство, координацию движений занимающихся, способствует воспитанию умения изменять длительность движений.

Метр – это форма организации музыкального ритма, позволяющая объединить ритмические компоненты в организованную систему.

Акценты присущи музыке всегда, они могут применяться в качестве ориентира, указывающего, где необходимо приложить усилие, расслабиться, улыбнуться, нахмуриться и т.д.

Такт – отрезок музыкального времени от одной ударной доли до другой. Такт начинается с акцентной доли, сильные доли чередуются с определённым количеством слабых долей с определённой периодичностью.

Темп – это скорость исполнения музыкального произведения. При музыкально-физкультурном взаимодействии темп – это скорость совместного действия. Быстрый темп (*allegro*), характеризуемый как радостный, весёлый и живой необходим для движений, выполняемых с небольшой амплитудой (бег, подскоки, прыжки и др.). Медленный темп (*adagio*) применяется для сопровождения движений, выполняемых с большой амплитудой, дыхательных упражнений, при выполнении заданий, связанных с мелкой моторикой. Наиболее доступным является средний темп движения, который соответствует музыкальным темпам *andante* (идя шагом) и *moderato* (умеренно, размеренно). Умеренный темп используется для большинства общеразвивающих упражнений.

Исследования показали, что специалисты в области ФВ испытывают затруднения в определении музыкального размера. Облегчить решение этой задачи может предварительная установка на определённый счёт, заданная жанром музыкального произведения. Например, польки, галопы, марши являются двух- или четырёхдольными, вальсы – трёхдольными, баркаролы – шестидольными и т.д.

Анализ работ по музыковедению [1] и собственный опыт работы с дошкольниками показывает, что для успешного выполнения педагогических задач специалист в области ФВ должен руководствоваться рядом критериев. Первое – это разнообразие музыкального материала (образное, жанровое, метроритмическое). Второе – танцевальный характер музыки (марши, польки, вальсы, гавоты и др.) должен соответствовать решению конкретных двигательных задач. Третье – функциональные свойства музыки должны соответствовать физкультурно-оздоровительной специфике.

При подборе музыки педагогу необходимо учесть ещё ряд важных факторов – её стилистическое и образное соответствие «языку» выполняемых упражнений, возрасту детей, уровню их физического и психического развития.

Специалисты в области ФК [2] рекомендуют следующее:

- продолжительность звучания одной мелодии для младших дошкольников не должна превышать 3 мин., для старших дошкольников – 5 минут;
- темп музыки не должен превышать у младших дошкольников – 110-120 уд/мин., у старших дошкольников – 150-160 уд/мин (в прыжково-беговой части);
- форма музыкального сопровождения должна быть с чёткой, ясной фразировкой.

В практической работе, используя данные критерии, педагог избежит однообразия и монотонности в подаче музыкального материала. Доступная и знакомая мелодия произведения, под которое выполняется упражнение, поможет детям повторить его без музыки, сохраняя нужный темп, ритм и даже динамические оттенки. Услышав мелодию, можно быстро восстановить (на основе сформировавшихся условно-рефлекторных связей между музыкой и движением) последовательность упражнений. Она как бы подсказывает характер движений, форму и последовательность элементов. Особо отметим, что музыкальный материал должен распределяться таким образом, чтобы дети не уставали от музыки, и их внимание не ослабевало в процессе занятия. Для этого рекомендуется сочетать различные по характеру и темпу движения. Контраст между движениями может быть достигнут за счёт изменения темпоритмовых соотношений, смены динамических оттенков и т.п.

При отборе музыкальных произведений встаёт вопрос о соответствии степени эмоциональной и интеллектуальной значимости музыки и характера предлагаемого упражнения. Проблема этой сопоставимости весьма актуальна на физкультурных занятиях. В этой связи, специалистам в области ФВ можно порекомендовать сборники музыки танцевального характера («Любимые пьесы», «От гавота до фокстрота», «Музыка для художественной гимнастики» и др.), детский танцевально-песенный материал с простой мелодией и чётким ритмом («Гномики», «Лето», «Паучок», «Не танцуй!», «Раз-ладошка» и др.), а также материал классического наследия, соответствующий возрастным психофизиологическим особенностям занимающихся. Примером могут служить нежные и плавные мелодии Штрауса, Моцарта, Грига, Генделя.

Очень важным в работе педагога является вопрос выбора методов музыкального оформления занятия, который должен подчиняться общепедагогическим принципам (научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, постепенности, систематичности, индивидуализации и дифференциации, прочности и прогрессирования), что особенно важно для занятий с детьми дошкольного возраста. Применяя метод предварительного отбора, педагог застрахован от возможных технических ошибок при выполнении упражнений, которые неизбежно возникают при использовании импровизационного метода. Как правило, импровизируя с музыкальным оформлением, очень трудно добиться равномерной нагрузки на все части тела и группы мышц, оптимальной дозировки упражнений и т.д. Способность импровизировать с музыкальным оформлением занятия, показатель высокой квалификации педагога [5, с. 500 - 506].

Исследования показывают, что музыка, эмоционально насыщая процесс обучения, увеличивает мотивацию, активизирует деятельность детей дошкольного возраста, а также стимулирует, в целом, их познавательный процесс; служит одним из основных

вспомогательных моментов, с помощью которого значительно упрощается организационный процесс, повышается эмоциональное состояние занимающихся, проявляется большой интерес к выполняемым упражнениям и сохраняется высокая работоспособность на протяжении всего занятия. Музыкальное оформление занятия является своеобразным средством и методическим приёмом, способствующим более быстрому и точному формированию двигательных умений и навыков у дошкольников. [4, с. 118-120].

В заключении следует отметить, что музыкальная грамотность специалиста в области физического воспитания детей рассматривается нами как фактор эффективной педагогической деятельности, способствующий полноценному включению ребёнка в процесс взаимодействия с музыкой и движением, формированию музыкальной и двигательной культуры детей, воспитанию поведенческих навыков, что невозможно сделать без углубления и систематизации музыкальных познаний.

Литература:

1. Безуглая Г.А. Анализ танцевальной и балетной музыки: учеб. пособие. - СПб.: Изд-во Политехн. ун-та, 2009. – 177 с.
2. Смирнова, Ю.В. Сайкина, Е.Г., Кадыров, Р.М. Музыкальное сопровождение в физической культуре: учеб.-методич. пособие. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2010. – 107 с.
3. Соковицова, Н.В. Психология балета: учеб. пособие. – Новосибирск: Новосибирский издательский дом, 2012. – 330 с.
4. Эйдельман, Л.Н. Оздоровительное воздействие музыки на психофизическое состояние детей в процессе танцевально-хореографической деятельности // Музыка в современном мире: наука, педагогика, исполнительство: тезисы междунар. науч.-практ. конф. / Тамбовский гос. муз.-пед. ин-т им. С.В. Рахманинова. – Тамбов, 2012. – С. 118-120.
5. Эйдельман, Л.Н. Принципы музыкального оформления занятий креативно-оздоровительной деятельностью танцевальной направленности // Музыка в современном мире: наука, педагогика, исполнительство: сборник статей по матер. X междунар. науч.-практ. конф. / Тамбовский гос. муз.-пед. ин-т им. С.В. Рахманинова. – Тамбов, 2014. – С. 500 - 506.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ СПОРТА

ПРИКЛАДНОЕ ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СКАЛОЛАЗАНИЮ В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Магомедов Р. Р., д.п.н., профессор,

Торикова Е. Ф., к.п.н., доцент,

ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт»,

Россия, г. Ставрополь,

Ториков Александр Владимирович, ст. преподаватель,

Технологический институт сервиса (филиал) ФГБОУ ВО «Донской государственный

технологический институт» Россия, г. Ставрополь

Аннотация: В статье рассматривается возможность применения элементов спортивного скалолазания для обеспечения физического и личностного развития детей дошкольного возраста в условиях образовательной организации. В условиях инновационного конструирования системы дошкольного образования осуществляются эффективные технологии всестороннего развития детей раннего и дошкольного возраста. Применяются традиционные средства, методы, формы обучения и виды деятельности специалистов в области дошкольного образования. Осуществляется попытка внедрения нового содержания и организационно-методического инструментария в области физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении при обучении детей дошкольного возраста скалолазанию.

Ключевые слова: скалолазание, дети дошкольного возраста, физическое развитие, образовательный процесс.

HANDS-ON LEARNING IN PRESCHOOL CHILDREN CLIMBING IN THE SYSTEM OF SPORTS AND RECREATION ACTIVITIES IN PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

Magomedov R.R., PhD, professor,

Torikova E.F., PhD, associate professor,

SBEI of HE «Stavropol State Pedagogical Institute» Stavropol State Pedagogical Institute,

Russia, Stavropol

Torikov A.V.

Technological institute of service (branch of Don State Technical University),

Russia, Stavropol

Annotation: The article discusses the possibility of using elements of sports climbing to ensure the physical and personal development of preschool children in an educational organization. In the conditions of innovative design of the system of preschool education effective technologies of all-round development of children of early and preschool age are carried out. Traditional means, methods, forms of education and activities of specialists in the field of preschool education are used. An attempt is made to introduce a new content and organizational and methodological tools in the field of physical culture and health work in preschool educational institution while teaching preschool children rock climbing.

Keywords: climbing, preschool children, physical development, educational process.

В современных условиях инновационного конструирования системы дошкольного образования осуществляется поиск эффективных технологий всестороннего развития детей раннего и дошкольного возраста. Наряду с применением традиционных средств, методов, форм обучения и видов деятельности специалисты в области дошкольного образования осуществляют попытки внедрения нового содержания и организационно-методического инструментария. Заслуживающим внимания на наш взгляд является рассмотрение целесообразности и возможности применения элементов спортивного скалолазания для обеспечения физического и психического развития детей дошкольного возраста в условиях образовательной организации.

На сайте Федерации скалолазания России отмечается, что скалолазание «(англ. rock climbing) - вид спорта и вид активного отдыха, который заключается в лазании по естественному (скалы) или искусственному (скалодром) рельефу. Зародившись как разновидность альпинизма, скалолазание в настоящее время - самостоятельный вид спорта» [1; 4]. На сегодняшний день данный вид спорта вошел в программу олимпийских игр 2020 года, обсуждается возможность его включения в программы основного общего образования РФ, разрабатываются и получают апробацию соответствующие программы дополнительного образования и специальные программы для людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Как вид физической активности скалолазание имеет значительный резерв потенциальных возможностей для обеспечения физического и психического развития занимающихся разных возрастных категорий, в том числе детей дошкольного возраста. Занятия скалолазанием позволяют укреплять опорно-двигательную систему, развивать вестибулярный аппарат, двигательный интеллект, способность к самоконтролю, выносливость, ловкость, сенсомоторную координацию, формирует настойчивость, решительность, мотивацию достижения и уверенность в себе. Специалисты основного дошкольного и дополнительного образования рекомендуют начинать систематические занятия скалолазанием со старшего дошкольного возраста. По данным М.Ю. Кистяковской и З.С. Уваровой, к 5-7 годам у детей появляется цикличность в движениях лазания, становится более точным направление и амплитуда движений рук и ног, что дает возможность при наличии необходимого оборудования ввести в образовательный процесс дошкольного учреждения непосредственно-образовательную деятельность по обучению детей элементам скалолазания [3].

Использование элементов скалолазания позволяет повысить интерес детей к занятиям в области физической культуры в целом, поскольку лазание как таковое является одним из основных и привлекательных видов движения в дошкольном возрасте.

Для организации непосредственно-образовательной деятельности по обучению детей элементам скалолазания понадобится скалодром, оборудованный зацепами в достаточном количестве с учетом ростовых возможностей детей. При этом и сам скалодром и элементы рельефа должны быть прочно закреплены. Также потребуются маты толщиной не менее 20-25 см, плотно примыкающие друг к другу и имеющие общую крышку. Перед началом занятий специалист по физической культуре должен убедиться в отсутствии неисправности и дефектов скалодрома [2].

В условиях дошкольной образовательной организации рекомендуется осуществлять непосредственно-образовательную деятельность по скалолазанию 1 раз в неделю с малыми подгруппами детей дошкольного возраста (2-3 чел.). Обязательным является проведение для детей инструктажа по технике безопасности и систематическое напоминание о правилах профилактики травматизма. Дети занимаются в удобной спортивной форме и обуви [2].

Повышенные требования предъявляются педагогу при организации страховки детей. Недопустимо отвлечение от процесса страховки на посторонние моменты. Специалист не должен позволять детям спрыгивать со скалодрома даже с незначительной высоты. Запрещено нахождение на скалодроме более одного ребенка.

Следует учитывать, что обучение скалолазанию длительный и сложный процесс, цель которого – планомерное совершенствование всех навыков необходимых для успешного лазания и ведущую роль в этом процессе занимает грамотная постановка техники движения. В этой связи необходимо применять подводящие упражнения, которые позволят сформировать правильный динамический стереотип определенного двигательного действия. В качестве подводящих упражнений можно использовать:

- отдельные компоненты изучаемого двигательного действия;
- имитацию подлежащих освоению двигательных действий;
- непосредственно осваиваемое движение, которое выполняется в облегченных условиях, в замедленном темпе [3; 4].

При освоении техники движений необходимо направлять внимание ребенка на качество выполнения двигательных действий. Затем можно усложнять условия выполнения упражнения, подводить детей к более трудным заданиям.

Структура каждого занятия на скалодроме должна включать в себя следующие компоненты:

- вводная часть: разминка (подготовка функциональных систем организма ребенка к более интенсивной работе), подводящие упражнения;
- основная часть: формирование новых двигательных умений, закрепление ранее сформированных движений, чередование более интенсивных и менее интенсивных упражнений;
- заключительная часть: приведение функциональных систем организма в спокойное состояние, умеренная растяжка, расслабление, подведение итогов деятельности.

Следует отметить, что практикуемые в спортивном скалолазании длительные статические упражнения не применяют в дошкольном возрасте. Трассы не должны быть протяженными. Необходимо, чтобы перехваты, совершаемые ребенком, находились в диапазоне его индивидуальных физиологических возможностей.

Обучение скалолазанию должно осуществляться с учетом физиологических и возрастных психологических особенностей дошкольников. Поскольку ведущим и наиболее привлекательным видом деятельности в дошкольном возрасте является игра, постановка двигательных задач перед детьми может осуществляться в игровой форме и опираться на игровую мотивацию. В связи с появлением в старшем дошкольном возрасте соревновательного мотива, допустима его актуализация при выполнении отдельных упражнений, когда дети уже владеют необходимым набором двигательных навыков. В тоже время организация участия детей дошкольного возраста в спортивных соревнованиях по скалолазанию не рекомендуется, так как требует от участников повышенного психического и физического напряжения, к которому большинство дошкольников еще не готовы. Преобладание наглядно-образного мышления в дошкольном возрасте позволяет оптимизировать процесс формирования двигательных умений посредством активизации образных представлений ребенка. Организация непосредственно-образовательной деятельности по обучению элементам скалолазания должна обеспечивать эмоциональную привлекательность для детей, оптимальное чередование видов активности. Не допускается монотонное повторение определенных движений, так как это снижает интерес дошкольников к занятиям и вызывает утомление.

Поскольку высшей формой регуляции движений человека является сознательный интеллектуальный контроль, необходимо объяснять ребенку целесообразность выбора тех или иных двигательных приемов при прохождении трассы на скалодроме, что позволит ему в последующем осознанно применять свой двигательный опыт.

Таким образом, обучение детей дошкольного возраста элементам скалолазания в образовательной организации позволяет реализовать значительный развивающий и воспитывающий потенциал данного вида активности при условии четкого соблюдения правил техники безопасности, физиологических возможностей и психологических особенностей детей дошкольного возраста.

Литература:

1. О скалолазании. - (<http://c-f-r.ru/climbing/>).
2. Рубина, К.К. Обучение детей старшего дошкольного возраста элементам скалолазания с использованием скалодрома / К.К. Рубина. - (<https://pedportal.net/doshkolnoe-obrazovanie/fizkultura/obuchenie-detey-starshego-doshkol-nogo-vozrasta-elementam-skalolazaniya-s-ispol-zovaniem-skalodroma-al-piyskoj-stenki-631123>).
3. Корюкин, В.В. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной направленности «Спортивное скалолазание для дошкольников» [Текст] / В.В. Корюкин. - Гремячинск, 2016. – 25 с.
4. Магомедов Р.Р. Биомеханический анализ двигательных действий альпиниста на скальном рельефе // Экстремальная деятельность человека. – 2017. № 3 (44) – 2017. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30605968> (дата обращения 05.12.2017). – С. 25 – 30.

МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ВИБРАЦИОННОЙ ГИМНАСТИКИ

**Пожидаев С.Н., к.п.н., доцент, Туранский Д.С., Пожидаева И.Л., Смирнова Е.О.
ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»
Институт физической культуры и спорта, Россия, г. Ростов-на-Дону**

Аннотация: модернизация программ оздоровительной физической культуры с применением методологии инновационного проектирования педагогических объектов приводит к появлению эффективной методики оздоровительной вибрационной гимнастики, реально повышающей качество спортивно-оздоровительной работы со школьниками.

Ключевые слова: оздоровительная физическая культура, оздоровительная вибрационная гимнастика, программа, методика, средства, методы, «механизмы», упражнения.

THE METHODS OF IMPROVING VIBRATION GYMNASTICS

**Pozhidaev S. N., PhD, associate professor,
Turanskiy D. S., Pozhidaeva I. L., Smirnova E. O.
FGBOU VO «Donskoy state technical University»
Institute of physical culture and sports, Russia, Rostov-on-don**

Annotation: modernization of programs of health-improving physical culture using the methodology of innovative design of pedagogical objects leads to the emergence of an effective method of health-improving vibration gymnastics, which really improves the quality of sports and recreational work with students.

Keywords: health-improving physical culture, health-improving vibration gymnastics, program, methodology, means, methods, "mechanisms", exercises.

В настоящее время, здоровье детей вызывает серьезную озабоченность. Учитывая этот факт, нами предложена процедура усовершенствования (модернизации) программ оздоровительной физической культуры с применением методологии инновационного проектирования педагогических объектов. Такая процедура образует переход *от комплексов упражнений к целостной методике* с выделением средств, методов и процедур воздействия [2; 3; 4].

В предложенном подходе, производится модернизация эмпирической программы «Психофизическая реабилитация» (ПР) [1], основу которой составляет комплекс упражнений дыхательно-вибрационного типа, в методику «Оздоровительной вибрационной гимнастики» (ОВГ).

Таким образом, цель исследования - разработать методiku оздоровительной вибрационной гимнастики.

Проведенное исследование, привело к следующим результатам. Так, в ходе работы нами осуществлено распредмечивание программы ПР с использованием теоретических положений и категорий, выделяющих в любом процессе физического воспитания *средства (упражнения) и методы*, а также «механизмы» и «знания» воздействия. (Необходимо отметить, что в классической теории физической культуры основной акцент делается на описание упражнений, а также методов обучения и воспитания физических качеств. Здесь практически не фиксируются методы оздоровления, а механизмы и знания оздоровительного воздействия описываются моделями анатомии и физиологии, биомеханики и психологии, т.д.).

Результатом анализа по распредмечиванию явилось вычленение и реконструкция категорий ОВГ, образующих методiku:

- метода вибрационного воздействия (МВВ);
- нагрузки (дозирование нагрузки по компонентам объема и интенсивности, характера и продолжительности отдыха, количества подходов);
- средств (видов двигательных действий, движений);
- упражнений (движений в совокупности с дозой нагрузки);
- механизмов оздоровительного воздействия.

Так, *механизмами* ОВГ (теоретическим обоснованием оздоровительного воздействия) выступают следующие факторы:

- синергетическое усиление вибрации мышц и органов;
- гипервентиляция;
- очищение стенок сосудов посредством гидравлического импульса;
- преимущественно аэробный характер обеспечения работоспособности;
- включение в работу «мышечного» сердца.

Выделенный *метод* ОВГ – метод вибрационного воздействия (МВВ), по нашему мнению, заключается в создании вибрации ритмическим импульсным движением определенной частоты, посредством учащенного поверхностного дыхания.

Средства ОВГ – общеразвивающие движения, структурированные в комплексы:

- базового характера, направленные на комплексное развитие крупных мышечных групп и основных суставов, в положениях стоя, лежа и упорах;
- продвинутого характера с координационным усложнением базовых движений;
- локального характера, направленные на развитие отдельных частей тела и мышечных групп;
- специального характера, направленные на преимущественное решение какой-либо педагогической задачи.

Дозирование нагрузки (ДзНг) ОВГ описывается через компоненты (Кт) и выглядит следующим образом:

$ДзНг = (Кт1 - Кт2 - Кт3 - Кт4 - Кт5)$, где:

- Кт1 (объем времени выполнения движения в секундах или минутах);
- Кт2 (ритм выполнения движения по вибromетоду в виде дроби, где в числителе количество импульсов, а в знаменателе количество секунд. Например 1/1 означает 1 импульс за 1 секунду);
- Кт3 (объем времени на отдых в секундах, минутах или ощущениях – до восстановления или недовосстановления);
- Кт4 (характер восстановления – пассивный, активный, смешанный);
- Кт5 (количество подходов повтора упражнения).

На этом основании ДзНг по МВВ в ОВГ имеет следующие параметры:

- Кт1 (0,25-3 мин.);
- Кт2 (от 1/1 до 3/1);
- Кт3 (от полного восстановления до недовосстановления);

- Кт4 (от пассивного через смешанный к активному);
- Кт5 (от 2-6 до 8-16 раз).

Изменения нагрузки по этим пяти параметрам, от меньшего значения к большему, и вызывает оздоровительный эффект ОВГ.

В результате, само *упражнение* (Упр) в методике ОВГ строится на основе средств, выполняемых в соответствии с дозированием нагрузки по МВВ, и описывается как: Упр ОВГ = Ср x ДзНгМВВ

Целостная методика ОВГ появляется при разработке документов планирования в виде сетевого или ленточного планов-графиков работы, комплексов средств, конкретных программ упражнений и (или) конспектов занятий.

Опытно-экспериментальное обоснование методики ОВГ на базе спортивно-оздоровительного клуба (по десять девочек в экспериментальной и контрольной группе) выявила высокую эффективность (по параметрам возраста сосудистой системы, физической подготовленности и гармоничности, сбалансированности звеньев тела) в сравнении традиционными методиками работы оздоровительной физической культуры [5].

Таким образом, разработка методики оздоровительной вибрационной гимнастики с применением методологии инновационного проектирования педагогических объектов приводит к появлению эффективных методик, реально повышающих качество программ и методик спортивно-оздоровительной работы со школьниками.

Литература:

1. Гринштат, А. М. Двигайтесь правильно – и будете здоровы / А. М. Гринштат. – М.: Приложение к журналу «Физкультура и спорт», 2003. – 160 с.
2. Пожидаев, С. Н. Инновационное проектирование педагогических объектов спорта как фактор решения современных научных проблем / С. Н. Пожидаев, И. Л. Пожидаева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - № 2. - С. 11-12.
3. Пожидаев, С. Н. Инновационные проекты, на основе прототипов, спортивно-оздоровительных технологий в эстетических сложно-координационных видах спорта / С. Н. Пожидаев, А. А. Князев, Н. В. Рыжкин, И. Л. Пожидаева // Культура физическая и здоровье. - 2016. - № 5 (60). - С. 74-79.
4. Пожидаев, С. Н. Комплексный педагогический контроль в оздоровительной гимнастике / С. Н. Пожидаев // Теория и практика физической культуры. - 2012. - № 5. - С. 26-30.
5. Пожидаев, С. Н. Экспериментальное обоснование вибрационной гимнастики / С. Н. Пожидаев, С. Н. Черновалова // Инновационные преобразования в сфере физической культуры, спорта и туризма. Науч. труды XII-ой международной научно-практ. конф. под редакцией Евсеева Ю.И., Горбунова С.В., Князева А.А., Пожидаева С.Н. Том 2. – Ростов-на-Дону, 2009. – С. 264-265.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Усачев Н.А., к.п.н., доцент, Сурнин Д.И., к.п.н., доцент
ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет сервиса»
Россия, г.о. Тольятти**

Аннотация: Статья посвящена проблеме научного обоснования организации занятий по плаванию детей раннего и дошкольного возраста. Представлены результаты первого этапа исследования, посвященного анализу учебно-методической и научно-исследовательской литературы по вопросам физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития и обучения плаванию данной возрастной категории.

Ключевые слова: раннее плавание, физическое развитие, дети дошкольного возраста.

ORGANIZATION OF STUDY OF SWIMMING LESSONS FOR CHILDREN OF EARLY AND PRESCHOOL AGE

Usachev N.A., PhD, associate professor, Surnin D. I., PhD, associate professor, Volga State University of Service, Russia, Togliatti.

Annotation: The article is devoted to the problem of the scientific substantiation of the organization of classes for the instruction of children of early and preschool age. The results of the first stage of the study devoted to the analysis of the educational-methodic and scientific literature on physical education of children of early and preschool age, physical development and learning of swimming of this age category are presented.

Keywords: early and preschool age, swimming, physical education, physical development.

Ухудшение экологической обстановки, негативные изменения в условиях повседневной жизни оказывают неблагоприятные воздействия на организм и здоровье детей, снижая их физическое развитие и подготовленность. Огромное значение для укрепления здоровья ребенка, правильного его развития, имеет не только соблюдение строгого режима питания, сна, бодрствования, но и приобщение с самого раннего возраста к занятиям физической культурой — закаливанию, занятиям гимнастикой, массажу, плаванию [6].

Плавание является одним из мощных и эффективных средств укрепления здоровья, а также физического развития детей, что является ведущим критерием состояния здоровья растущего организма. Занятия плаванием оказывают положительное влияние на состояние различных систем организма. Особенно это касается центральной нервной системы, где занятия способствуют формированию уравновешенного и сильного типа нервной деятельности. Приятные ассоциации, связанные с плаванием, поддержкой равновесия тела в воде, благотворно сказываются на состоянии психики, способствуют формированию положительного эмоционального фона, необходимого в повседневной жизни ребенка [1].

На сегодняшний день организацию занятий плаванием для детей раннего и дошкольного возраста осуществляют как муниципальные и частные детские дошкольные образовательные учреждения, так и специализированные физкультурно-оздоровительные клубы, ДЮСШ, фитнес центры общей направленности и др.

Согласно плану мероприятий по реализации «Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 года № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства», «Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 года», «Концепция демографической политики РФ на период до 2025 года» «Предложения по внесению изменений в текст стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» [2,3,4,5] в г.о Тольятти активно развивается система массового физкультурно-спортивного движения и физкультурно-оздоровительных услуг (организация оздоровительных занятий для всех возрастных групп населения; создание условий в спортивных комплексах для посещения их всей семьей);

Однако, в рамках изучаемой проблемы выявлено противоречие между быстро развивающейся сетью физкультурно-оздоровительных клубов (движений) занимающихся плавательной подготовкой детей раннего и дошкольного возрастов с одной стороны, и отсутствием научно-обоснованных исследований по эффективности применения различных технологий и методик обучения плаванию данной возрастной категории.

В связи с вышесказанным, целью исследования является научное обоснование разработанной авторской методики обучения детей раннего возраста (от 1 до 3 лет).

В соответствии с поставленной целью определены задачи исследования:

1. Анализ научно-методической литературы по изучаемой проблеме
2. Сбор субъективных и объективных показателей физического развития детей в течение педагогического эксперимента

3. Разработка практических рекомендаций по итогам результатов педагогического эксперимента.

Исследование проводилось в несколько этапов.

На первом этапе (январь 2018 – март 2018) проведен анализ учебно-методической и научно-исследовательской литературы по вопросам физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития и обучения плаванию данной возрастной группы.

Анализ осуществлялся посредством изучения информационно-аналитического портала в области науки, технологии, медицины и образования «научная электронная библиотечная система elibrary.ru». По итогам выявлено отсутствие систематизированных научно обоснованных исследований по изучению влияния занятий плаванием на темпы и особенности физического развития детей раннего возраста.

Большинство изученных исследований посвящены особенностям организаций занятий по плаванию с детьми с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), детьми-инвалидами.

С целью изучения учебно-методического материала преподавателями кафедры «Физическое воспитание» ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет сервиса» пройдены курсы повышения квалификации по следующим дополнительным профессиональным программам:

1. «Теория и методика гидрореабилитации в адаптивной физической культуре» при ФГБОУ ВО «НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург»

2. «Современные подходы к обучению плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста» ЧОУ ОДПО «Межрегиональный институт дополнительного профессионального образования», Тольятти

3. «Основы и особенности проведения занятий по плаванию с детьми грудного возраста» ФГБОУ ВО «ВГАФК», Волгоград

На основе полученных данных были внесены коррективы в авторскую программу обучения плаванию детей раннего и дошкольного возраста в условиях мелкого и глубокого бассейна.

Литература:

1. Апариева, Т.Г. Методические основы работы инструктора по водным видам спорта: Учебное пособие / Т.Г. Апариева, Т.А. Крохина. - Волгоград: ФГБОУ ВПО «ВГАФК», 2014. - 108 с.

2. Официальный сайт департамента физической культуры и спорта г.о.Тольятти [Электронный ресурс] // URL: <http://tgl-sport.ru/>. – Дата обращения 05.02.2018.

3. Официальный сайт Правительства России [Электронный ресурс] // URL: <http://government.ru/>. – Дата обращения 15.02.2018.

4. Официальный сайт Президента России [Электронный ресурс] // URL: <http://kremlin.ru/>. – Дата обращения 27.01.2018.

5. Предложения по внесению изменений в текст стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года [Электронный ресурс] // URL: <http://minsport.gov.ru/.../Предложения-по-внесению-изменений-в-текст-Стратегии.pdf>. – Дата обращения 30.01.2018.

6. Шалаева И.Ю. Особенности проведения занятий плаванием с детьми раннего возраста в группах «мама и малыш» / И.Ю. Шалаева И.М. Сазонова, Т.А. Крохина // Успехи современной науки. – 2016. – Т.2. - №6. – С.117-119.

СТАТЬИ, ПРЕДСТАВЛЕННЫЕ НА КОНКУРС СТУДЕНЧЕСКИХ НАУЧНЫХ РАБОТ

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИТНЕСОМ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ НА ОСНОВЕ ХАТХА-ЙОГИ

**Ефименко Я.А., студент,
Дворкина Н.И., д.п.н., профессор,
ФГБОУВО «Кубанский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма», Россия, г Краснодар**

Аннотация: В настоящее время нет достаточно полной информации в отношении организации занятий фитнесом на основе хатха-йоги в условиях дошкольных образовательных учреждений (ДОУ). Отсюда возникла проблемная ситуация, связанная с необходимостью разработки и обоснования методики организации таких занятий в ДОУ на основе хатха-йоги. В исследовании принимало участие только дошкольники 6 лет: в экспериментальной группе мальчиков 12 и девочек –14, соответственно в контрольной группе – 11 и 16. Уроки фитнеса на основе хатха-йоги были включены в процесс физического воспитания ДОУ один раз в день (утром) в объеме 12-18 минут и выполнялись три раза в неделю. Такие занятия, интегрированные в традиционный процесс физического воспитания дошкольников 6 лет, позволили получить более высокие результаты по сравнению с традиционным подходом физического воспитания в ДОУ, в частности на повышение уровня развития основных физических способностей (силы, гибкости, выносливости и быстроты), как в группе мальчиков, так и девочек.

Ключевые слова: хатха-йога, физические способности, дошкольники, позы, мальчики, девочки.

CONTENT OF EMPLOYMENT FITNESS A PRESCHOOL AGE ON THE BASIS OF HATH-YOGA

**Yefimenko YA, student,
Dvorkina N.I., PhD, professor
FGBOUVO "Kuban State University of Physical Culture, Sport and Tourism" Russia,
Krasnodar**

Annotation: Currently, there is not enough information about the organization of fitness classes on the basis of hatha yoga in pre-school educational institutions (DOW). Hence, a problem situation arose, related to the need for the development and justification of the methodology for organizing such classes in the DOW on the basis of hatha yoga. The study involved only pre-schoolers 6 years old: in the experimental group of boys 12 and girls -14, respectively in the control group - 11 and 16. The lessons of fitness on the basis of hatha yoga were included in the physical education process of the DOW once a day (in the morning) in volume 12-18 minutes and two or three times a week. Such occupations, integrated into the traditional process of physical education of preschool children of 6 years, allowed to get better results in comparison with the traditional approach of physical education in the DOW, in particular, to increase the level of development of basic physical abilities (strength, flexibility, endurance and speed) , and girls

Keywords: hatha-yoga, physical abilities, preschool children, poses, boys, girls

Актуальность. Детство - прекрасное и беззаботное время, когда энергия и фантазия находятся на очень высоком уровне, а разум ребёнка открыт для внешнего мира и впитывает любую информацию, как губка. Поэтому детство является самым подходящим моментом,

чтобы привить ребёнку интерес к изучению своего тела и его возможностей. Задача родителей и других взрослых принимающих участие в воспитании и развитии ребенка заключается в том, чтобы помочь ему воспринимать информацию и преподносить её в доступной форме, давать понятие о правильном функционировании организма в целом и всех систем в отдельности [2]. Физические упражнения или позы Хатха-йоги достаточно выразительны, очень напоминают игровые позы животных, что будет привлекать детей. Детская йога помогает развить координацию, гибкость, укрепить работу функциональных систем и улучшить общее состояние детей подросткового возраста [3, 4]. Исследования других авторов показывают, что йога способствует развитию спокойствия, концентрации внимания и эмоционального равновесия у детей и подростков [1]. В то же время, согласно литературным данным нет общего подхода авторов к решению проблемы организации занятий фитнесом в дошкольном возрасте на основе использования системы Хатха-йоги, как в условиях дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ), так и в семейных условиях физического воспитания детей [5]. Отсюда возникла проблемная ситуация, связанная с необходимостью разработки и обоснования содержания и организации занятий фитнесом в ДОУ на основе оздоровительной системы Хатха-йоги.

Цель исследования. Обосновать возможности эффективной организации и содержания занятий фитнесом в дошкольном возрасте на основе Хатха-йоги.

Методы исследования: В исследовании (в течение 6 месяцев) принимали участие только дошкольники 6 лет: в экспериментальной группе мальчиков 12 и девочек –14, соответственно в контрольной группе – 11 и 16. Занятия фитнесом на основе оздоровительной системы Хатха-йоги были включены в процесс физического воспитания ДОУ, в количестве не более одного раза в день (утром) в объеме 18-12 минут, три раза в неделю (таблица 1).

Таблица 1

Пример планирования занятий фитнесом на основе Хатха-йоги в условиях ДОУ для дошкольников 6 лет

| Занятия | 1 неделя | | | | | 2 неделя | | | | | 3 неделя | | | | | 4 неделя | | | | | Σ |
|---------|----------|---|---|---|---|----------|---|---|---|---|----------|---|---|---|---|----------|---|---|---|---|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 1 | + | | + | | + | | | | | | + | | + | | + | | | | | | 6 |
| 2 | | | | | | | + | | + | | | | | | | | + | | + | | 4 |
| | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 10 |

Примечание: 1,2,3,4,5 – дни недели. В режим дня детей занятия фитнесом на основе Хатха-йоги включались не более 1 раза (утром)

Проводились занятия под руководством опытного и сертифицированного инструктора. Все дети были отнесены к основной группе здоровья и имели допуск врача к таким занятиям. Организация педагогического эксперимента осуществлялось следующим образом. До начала проведения педагогического эксперимента дети, включенные в экспериментальную и контрольную группы, на основе случайной выборки прошли контрольное испытание по следующим четырем тестам: кистевая динамометрия, бег 120 и 10 м с хода, выполнение моста. Эти результаты были взяты как исходные. Затем через шесть месяцев те же дети прошли второе испытание (итоговое). Оценивались результаты при помощи методов математической статистики.

Комплекс разогревающих упражнений №1

Этот комплекс выполняется в начале занятия и направлен на укрепление мышц рук, запястья и кисти, делает спину гибкой и растягивает мышцы ног. Во время выполнения каждого упражнения необходимо следить за правильным дыханием. Выполнять все позы от 30 секунд до 1 минуты, весь комплекс повторять от 1 до 2 раз.

Поза кошки (рисунок 1). Исходное положение - стоя на коленях. Плечи над кистями рук, пальцы широко расставлены. Необходимо сконцентрировать внимание на выполнении этой позы в статическом режиме и удерживать эту позу в течение 30 секунд.

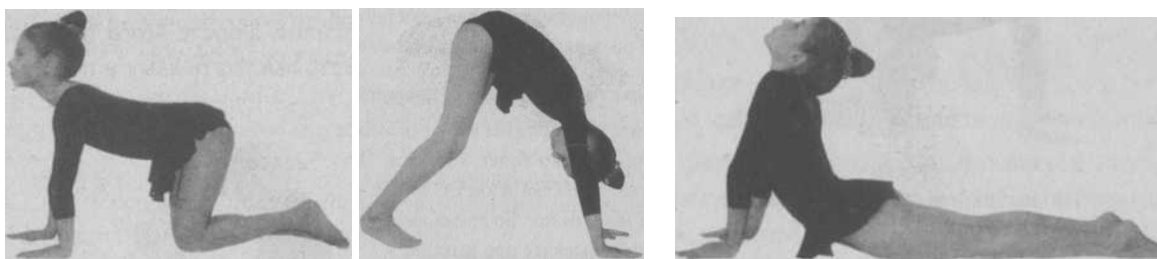


Рисунок 1. Поза кошки Рисунок 2. Поза собаки Рисунок 3. Поза змеи

Поза собаки (**рисунок 2**) на выдохе встать на пальцы ног и поднять вверх ягодицы, выпрямляя колени. Голову при выполнении этой позы отвести вниз. Тренеру можно спросить у детей: Вы видели собачку, потягивающуюся с утра после сна? При правильном выполнении вы будете похожи на нее. Следить за тем, чтобы пятки упирались в пол, и не забывать про дыхание, в этом положении сделать несколько полных дыханий.

Поза змеи (**рисунок 3**) на вдохе развернуть пальцы ног и лечь на живот, а после этого пальцы ног направить назад. Можно высунуть язык и пошипеть.

Поза мышки (**рисунок 4**). Сесть на пятки, подняв ягодицы. Опустить лоб на пол и задержаться в этой позе на 1 минуту. Для продолжения комплекса сначала надо поднять ягодицы и встать на колени. Это будет исходное положение для позы кошки.

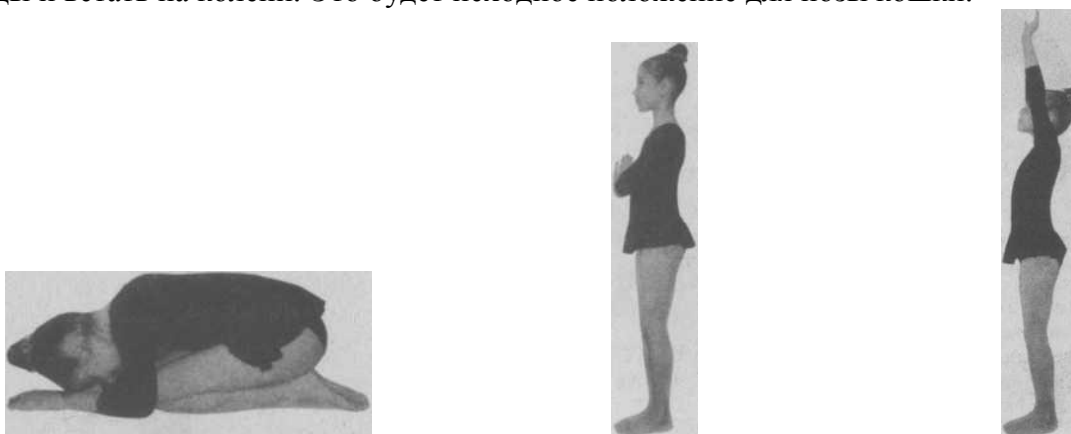


Рисунок 4. Поза мышки Рисунок 5. Цикл встреча рассвета (а) Рисунок 6. (б)

После того как дети разучат первую часть комплекса Хатха – Йоги, можно приступать к изучению более сложного комплекса.

Комплекс упражнений №2 (усложнённый)

Поза горы (**рисунок 5**) или Тадасана. Взгляд ребёнка должен быть направлен перед собой. Руки должны быть сложены в намастэ перед грудью. Ребёнок должен представлять, как он растёт вверх, при этом твёрдо стоять ступнями на полу. Вытянуть сложенные руки вверх над головой (**рисунок 6 б**) удерживать эту позу в течение 10 секунд. Сделать выдох и наклон вперёд. Поставить ладони на пол перед собой. Ноги немного согнуты в коленных суставах (**рисунок 7 в**). Прыжком отставить ноги максимально назад в этом положении задержаться на 10 секунд. Не прогибаться, ноги должны быть прямыми.



Рис. 7. (в)

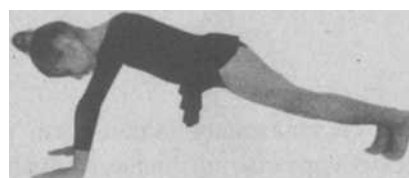


Рис. 8. (г)

Важнейшей составляющей хатха-йоги, как, впрочем, и всех физических упражнений, является правильное дыхание. **Дыхание** - самая важная составляющая нашего повседневного

существования, ведь без нормального функционирования дыхательной системы наш организм не сможет обеспечить каждый орган кислородом и необходимыми питательными веществами. Правильное дыхание - залог физического, психического и эмоционального здоровья. В процессе дыхания происходит газообмен воздуха, полученного из внешнего пространства. Носовое дыхание, принятое в йоге даёт дополнительное сокращение диафрагмы, следствием чего является легкий массаж сердца и органов брюшной полости. Если дыхание будет неглубоким, то легкие не смогут получить достаточное количество нормального воздуха, что приведет к недостатку кислорода и впоследствии к ослаблению защитных систем организма.

Правильное дыхание позволяет ребенку увеличивать запасы праны в своем организме, а это приводит к более совершенному контролю над разумом. Контроль количества праны и её увеличение производится при помощи пранаям (специальных упражнений). Дыхание играет роль некоего моста между разумом и телом. Приводим пример упражнений направленных на регуляцию правильного дыхания.

Сделать вдох и выдох, на выдохе упереться пальцами ног в пол и принять Позу приседа (рисунок 9). Выполнить в этом положении несколько вдохов и выдохов. Задержаться в этом положении на 5-10 с.



Рисунок 9. Поза присед Рисунок 10. Поза сидя Рисунок 11. Дыхание животом

Поза сидя (рисунок 10) ребёнок занимает эту позу, дыхание осуществляется через нос, медленно и глубоко, одновременно с дыханием руки ребёнка приподняты над головой.

Поза дыхание животом (рисунок 11). Ребёнку можно положить на живот игрушку либо руки, для того чтобы удобно было следить за дыханием. Делается глубокий вдох через нос и выдох через рот.

Результаты исследования. Проведенные исследования состояния физической подготовленности детей 6 лет, которые в течение шести месяцев в условиях ДОО занимались фитнесом на основе хатха-йога, позволили выявить следующие параметры увеличения уровня физической подготовленности (таблицы 2 и 3). Для этой цели были использованы четыре теста, которые характеризуют, развитие следующих физических способностей: сила – кистевая динамометрия; выносливость – бег 120 м; быстрота – бег 10 м с хода; гибкость – мост. Для сравнения были исследованы и их сверстники - дети шести лет в качестве контрольной группы, занимающиеся физической культурой в ДОО по традиционной программе.

Таблица 2

Характеристики физических способностей дошкольников 6 лет (мальчики)

| Показатели | Экспериментальная (n=12) | | Контрольная группа (n=11) | |
|---------------------------|--------------------------|-----------------|---------------------------|-----------------|
| | Исходные M±m | Итоговые M±m | Исходные M±m | Итоговые M±m |
| Кистевая динамометрия, кг | 7,6±0,2 | 8,8±0,3* | 7,7±0,23 | 8,4±0,3 |
| Бег 120 м, с | 30,2±1,3 | 25,3±1,1* | 31,0±1,15 | 28,3±1,1* |
| Бег 10 м с хода, с | 2,4±0,13 | 1,9±0,12* | 2,1±0,11 | 2,0±0,12 |
| Мост, см | 42,0±1,2 | 46,6±1,1* | 43±1,3 | 44±1,2 |

Примечание: * - различия достоверны при P<0,05

Из этой таблицы 2 характеризующей изменение физических способностей мальчиков через 6 месяцев видно, что, если из четырёх тестовых показателей у экспериментальной группы были зафиксированы достоверные изменения во всех случаях, то в контрольной группе только в одном случае (в беге на 120 м). У мальчиков экспериментальной группы относительный показатель прироста силовых возможностей за шесть месяцев составил 15,8%, у их сверстников из контрольной группы – 9,2%, соответственно в беге на 120 м – 19,4 и 9,5%, в беге на 10 м – 26,3 и 5,0% и при выполнении теста мост – 9,8 и 2,3%. Следовательно, хотя мальчики из контрольной группы заметно увеличили свои показатели в физической подготовленности, но, тем не менее, они значительно уступали по своим результатам сверстникам из экспериментальной группы, которые занимались в течение шести месяцев хатха-йогой.

Не менее впечатляющие результаты влияния занятий фитнесом на основе хатха-йоги на процесс физической подготовленности были получены и в исследованиях, проведенных с девочками шести лет (таблица 3).

Таблица 3

Характеристики физических способностей дошкольников 6 лет, занимающихся фитнесом на основе хатах-йоги (девочки)

| Показатели | Экспериментальная (n-14) | | Контрольная группа (n=16) | |
|---------------------------|--------------------------|--------------|---------------------------|--------------|
| | Исходные M±m | Итоговые M±m | Исходные M±m | Итоговые M±m |
| Кистевая динамометрия, кг | 5,9±0,2 | 6,7±0,3* | 5,8±0,2 | 6,3±0,4 |
| Бег 120 м, с | 32,3±1,2 | 26,7±1,1* | 31,5±1,3 | 27,3±1,25* |
| Бег 10 м с хода, с | 2,3±0,09 | 2,0±0,1 | 2,3±0,11 | 2,2±0,11 |
| Мост, см | 45,5±1,3 | 49,3±1,2* | 45,4±1,2 | 47,2±1,3 |

Примечание: * - различия достоверны при P<0,05

Дошкольницы из экспериментальной группы за шесть месяцев увеличили свои исходные результаты во всех четырёх случаях, но достоверно только в трех тестах (кроме бега на 10 м). У девочек контрольной группы через шесть месяцев был зафиксирован, также как и у их сверстниц из экспериментальной группы, положительные изменения во всех тестах. Однако только в одном случае показатель прироста был достоверным – в беге на 120 м. Девочки из экспериментальной группы за шесть месяцев увеличили свои результаты в кистевой динамометрии на 13,5%, а их сверстницы из контрольной группы - на 8,6%; в беге на 120 м соответственно – на 19,8 и на 15,4%; в беге на 10 м - на 15,0 и на 4,5% и при выполнении теста мост – на 8,3 и на 4,0%. Следовательно, только в беге на 120 м девочки из контрольной группы составили существенную конкуренцию девочкам из экспериментальной группы.

Таким образом, анализ показателей относительного прироста результатов тестирования уровня развития физической подготовленности дошкольников 6 лет позволил выявить в целом выраженное преимущество детей из экспериментальной группы, которые занимались в процессе физического воспитания в ДОУ хатха-йогой.

Заключение. Занятия фитнесом на основе хатха-йоги в условиях ДОУ, интегрированные в традиционный процесс физического воспитания дошкольников 6 лет, безусловно, дают положительные результаты, в повышении уровня развития их физических способностей. Особенно выражено эти занятия привели к приросту результатов у мальчиков при тестировании быстроты (26,3%), на втором месте – выносливости (19,4%), на третьем месте – силы (15,8%) и на четвертом месте гибкости (9,8%); соответственно у девочек экспериментальной группы: выносливости (19,8%), быстроты (15,0%), силы (13,5%) и гибкости (8,3%). Показатель прироста уровня развития гибкости у мальчиков экспериментальной группы превысил этот уровень у их сверстников из контрольной группы в 4 раза, а у девочек экспериментальной группы по отношению к их сверстницам из контрольной группы - в 2 раза.

Литература:

1. Дворкин Л.С. Влияние занятий Хатха-йогой на функциональное и физическое состояние пожилых людей / Л.С. Дворкин, Е.И. Ончукова, М.В. Одегал // Культура физическая и здоровье, № 5 (60), 2016. – С. – 64-70.
2. Дворкина Н.И. Формирование базовой физической культуры родителя как ресурс физического воспитания ребенка в дошкольном онтогенезе / Н.И. Дворкина, Л.С. Дворкин // Здоровьесберегающее образование: современные факторы развития. Монография. – Самара: ООО («Офорт») 216. – 206 с.
3. Ильинская О. Детская йога. Готовые игровые программы для ребенка любого возраста / О. Ильинская, О. Казак М // 2011- 230 с.
4. Йога для детей, родителей и преподавателей. пер. с англ. К. Янус, 2008. – 327с.
5. Николаева М.В. Основные школы хатха-йоги / М.В Николаева // Традиция, АБВ. – 2014. – 272 с.

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ КАК ОСНОВНОЙ КРИТЕРИЙ ДОЗИРОВАНИЯ НАГРУЗКИ У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

**Любименко В.С., студент,
Мартынов А.А., к.п.н., доцент,
ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»,
Россия, г. Волгоград**

Аннотация: Психоэмоциональное состояние - особая форма психического состояния человека, где по типу доминанты преобладает эмоциональное реагирование. В зависимости от этого состояния человек тем или иным образом реагирует на внешние раздражители и соответственно эта реакция определяет настроение личности. У детей этот процесс отличается большей динамикой. Доказательством этому являются достаточно частые перепады настроения у детей.

Раннее детство - первый этап психического развития ребенка и поэтому самый ответственный. В это время закладываются основы всех психических свойств и качеств личности, познавательных процессов и видов деятельности. Ранний возраст это период от года до трех лет, который отличается активным исследованием ребенком окружающего мира. Именно за эти два года происходит очень много качественных изменений, как в физическом, так и в умственном развитии малыша, поэтому здесь необходимо создать условия для эффективного освоения новых навыков во всех сферах деятельности детей раннего возраста. Развитие психических функций неотделимо от развития эмоционально-потребностной сферы детей в возрасте от 1-3 лет. Доминирующее в раннем возрасте восприятие аффективно окрашено. Ребенок эмоционально реагирует только на то, что непосредственно воспринимает.

В раннем возрасте развитие ребенка не будет полноценным без значительной двигательной активности. На выполнение активных движений у двухлетних детей приходится 70 %, а у трехлетних – 60 % времени их бодрствования. У раннего развития существуют как положительные, так и отрицательные стороны. К положительным сторонам относится, прежде всего, внесение разнообразия в жизнь малыша. Плюс раннего развития также в том, что благодаря ему в мозге ребенка активно формируются нейронные связи. О вреде раннего развития часто предупреждают неврологи, которые сталкиваются с проблемами перегрузки центральной нервной системы, вызванной как раз обилием занятий.

Ключевые слова: динамическая гимнастика, психоэмоциональное состояние, дети раннего возраста, раннее физическое развитие.

PSYCHOEMOTIONAL STATE AS THE MAIN CRITERION OF DOSING EXERCISES IN YOUNG CHILDREN

**Lyubimenko V.S. student,
Martynov A.A. PhD, associate professor
FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture», Russia, Volgograd**

Annotation: The psychoemotional state is a special form of a person's mental state, where the dominant type is the emotional response. Depending on this state, a person reacts in one way or another to external stimuli and, accordingly, this reaction determines the mood of the person. In children, this process is more dynamic. Proof of this are quite frequent mood swings in children.

Early childhood is the first stage of the child's mental development and therefore the most responsible. At this time, the foundations of all mental properties and qualities of the individual, cognitive processes and activities are laid. Early age is a period of one to three, which is distinguished by an active study of the child around the world. It is during these two years a lot of qualitative changes, happen both in the physical and mental development of the baby, so here it is necessary to create conditions for the effective development of new skills in all areas of activity of young children. The development of mental functions is inseparable from the development of the emotional-needs sphere of children aged 1-3 years. The perception, dominant at early age, is affectively colored. The child reacts emotionally only to what he perceives directly.

At early age, the development of the child will not be complete without significant motor activity. The implementation of active movements in two-year-olds account for 70%, and for three-year-olds - 60% of the time of their wakefulness. Early development has both positive and negative sides. The positive aspects include, above all, the introduction of diversity in the life of the baby. Plus, early development is also due to the fact that neuronal connections are actively forming in the child's brain. The harm of early development is often prevented by neurologists who face problems of central nervous system overload caused by the sheer amount of exercise.

Keywords: dynamic gymnastics, psychoemotional state, children of early age, early physical development.

В раннем возрасте у детей отмечается достаточно высокая чувствительность к разного рода раздражителям окружающей среды, при этом независимо от того, являются ли они положительными или отрицательными. Исходя из этого необходимо понимать, что даже незначительные методические просчеты в физическом воспитании могут способствовать формированию у ребенка негативного отношения к занятиям физическими упражнениями. Это объясняется ещё и тем, что в этом возрасте у детей физическое и психическое развитие очень тесно взаимосвязаны.

Физическая готовность означает, что ребенок физически готов отреагировать на определенную ситуацию, т.е. у него достаточно развиты двигательные умения, необходимые для выполнения упражнений. Гораздо более сложной проблемой является психоэмоциональный настрой или психоэмоциональное состояние. Это выражается в желании ребенка вообще заниматься физическим развитием и соответственно переживать различные эмоции, связанные с выполнением упражнений. Получается особое значение для развития ребенка имеет эмоциональное состояние.

Не правильно утверждать что при выполнении упражнений динамической гимнастики ребенок не получает физической нагрузки, так как он сам не делает, а педагог выполняет с ним. При выполнении упражнений в организме ребенка возникают различные физиологические изменения точно такие же, как если бы сам ребенок выполнял эти упражнения. Примером этому может служить воспоминание о собственных ощущениях при выполнении обычного виса на перекладине.

Ответной реакцией организма на выполнение упражнений являются физиологические сдвиги, в зависимости от их силы протекания от ребенка требуется в той или иной степени

проявление волевых качеств. Очевидно, что последние еще не сформированы у детей этого возраста. Любая нагрузка выводит ребенка из «зоны комфорта», естественно это для него не самое приятное, поэтому ребенок начинает проявлять нежелание выполнять упражнение, что в свою очередь выражается в капризах различной степени. Психологи объясняют это включением защитной или оградительной функции. По существу получается следующее, несмотря на высокий уровень физического развития ребенка, он может проявлять нежелание выполнять упражнение лишь по одной причине, - упражнения выводят его из «зоны комфорта». Исходя из этого основным критерием дозирования нагрузки с детьми раннего возраста в такой ситуации является не уровень их физического и двигательного развития а прежде всего психоэмоциональное состояние ребенка во время занятия, которое при этом и является определяющим их поведения.

Надо понимать, что мы предлагаем такой подход при занятиях с детьми, у которых отсутствует слабость мышечно-связочного аппарата и костной системы, т.е. у детей наблюдается достаточный уровень физического развития.

Психоэмоциональное состояние ребенка не является постоянным, соответственно частым сменам могут способствовать различные факторы:

- не соблюдение режима сна;
- растущие зубы; смена погоды;
- смена обстановки и т.д.

Поэтому при выполнении упражнений у ребенка к окончанию занятия может произойти смена эмоционального состояния по очевидной причине: образование утомления. Выглядеть это может следующим образом: вначале ребенок охотно все выполняет, а уже во второй половине занятия может проявляться пассивное отношение, и это несмотря на вполне еще достаточные физические возможности.

Исходя из этого при дозирование нагрузки у детей раннего возраста, безусловно, подбор физических упражнений должен соответствовать развитию мышечно-связочного аппарата и костной системы. При этом основным определяющим фактором для выбора объема и интенсивности нагрузки является эмоциональное состояние ребенка. В противном случае, продолжая работу с ребенком при его нежелании заниматься у малыша будет формироваться негативное отношение к занятиям, а это в свою очередь выразится отказом выполнять упражнения в дальнейшем на следующих занятиях. То есть может произойти эмоциональное выгорание ребенка. Осуществляя физическое развитие в раннем детстве у ребенка необходимо формировать комплекс ощущений удовольствия и «мышечной радости» как основу будущих потребностей в двигательной активности.

Литература:

1. Трунов М., Экология младенчества. Первый год / М. Трунов, Л. Китаев. – М.: Центр Экологии семьи, 1993. – 208 с.
2. Фомина, Н.А. Музыкально-двигательное направление физического воспитания дошкольников / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 7. – С. 57-58.

ФИТБОЛ-ГИМНАСТИКА КАК ТЕХНОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ ФУНКЦИИ РАВНОВЕСИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Новичкова К. А., студент,
Макарова Н. В., к.п.н.,
ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры», Россия,
Челябинск**

Аннотация. В статье раскрываются результаты внедрения фитбол-технологии в процесс физического воспитания старших дошкольников разработанных комплексов

упражнений с фитболами. Проиллюстрированы темпы прироста развития функции равновесия, как одного из компонентов координационных качеств, среди девочек и мальчиков. Показаны результаты исследования физического развития детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: технологии физического воспитания, функция равновесия, старшие дошкольники, фитбол-гимнастика.

FITBALL GYMNASTICS AS THE TECHNOLOGY OF DEVELOPMENT OF BALANCE FUNCTION IN CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE

Novichkova, K. A., student

Makarova N. V. PhD

FGBOU VO «Ural state University of physical culture», Russia, Chelyabinsk

Annotation. The article describes the results of introducing the fitball technologies in the process of physical upbringing of senior preschoolers of developed complexes of exercises with stability balls. The growth rate of the balance function as a component of coordination qualities among girls and boys is illustrated. Results of research of physical development of children of the senior preschool age are shown.

Keywords: technologies of physical education, function of balance, older preschoolers, fitball-gymnastics.

Актуальность. Совершенствование функции равновесия, как одного из компонентов координации движения у детей, имеет огромное значение, так как согласованная работа мышц тела является условием его нормального роста и развития [4]. Кроме того, устойчивое сохранение положения тела в пространстве, говорит о достаточном проявлении статического напряжения мышц – стабилизаторов, что в свою очередь отражает и форму осанки, и много другие функции, характеризующее состояние здоровья дошкольников. Именно поэтому родители должны создать условия для развития у малышей равновесия, ловкости и ритмичности с раннего детства. Развитие функции равновесия, как одного из компонентов координации движения у детей предполагает не только совершенствование выполняемых ребенком двигательных действий. Это, прежде всего, согласованное взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга ребенка, создающих благоприятные условия для координированной работы центральной нервной системы в целом.

Организация и методы исследования. Исследование проводилось на кафедре теории и методики легкой атлетике ФГБОУ ВО УралГУФК; в Частном образовательном учреждении «Спортивная школа Ушу»; в Муниципальном автономном образовательном учреждении «Образовательный центр № 4 г. Челябинска». В исследовании приняли участие 10 девочек и 10 мальчиков в возрасте от 6 лет.

Исследование проводилось в три этапа с 2016 по 2018 гг. на которых последовательно применялись следующие методы: теоретический анализ, педагогическое наблюдение, констатирующий эксперимент; педагогическое тестирование; метод антропометрии; методы математической обработки результатов исследования.

Результаты исследования и их обсуждение. В результате теоретического анализа научно-методической литературы по теме исследования, определено, что координационные способности дошкольников играют важную роль в физическом воспитании детей и подростков [3]. Их своевременное развитие, обеспечивает нормальное функционирование всех физиологических систем организма [2]. Кроме того, координация движений позволяет рационально распределять мышечные усилия, благодаря чему происходит экономия энергозатрат и повышается эффективность двигательных действий.

Т. И. Осокина отмечает, что функция равновесия совершенно необходима для полноценной двигательной активности ребенка и заключается в накоплении «двигательного опыта, обогащении представлений о пространстве и окружающем его мире предметов, явлений, для формирования первичных волевых процессов».

На сегодняшний день особую актуальность приобретают оздоровительные, коррекционные и тренировочные занятия, в которых для решения поставленных задач применяются инновационные технологии и также современный спортивный инвентарь. Примером такой технологии является фитбол-гимнастика – гимнастические, игровые упражнения с разноцветными мячами большого диаметра, используемые в физическом воспитании детей дошкольного и младшего возраста, являющегося особенно важными в становлении здорового, гармонически развитого поколения в нашей стране [1].

Целью нашего исследования является разработка комплексов упражнений различного уровня сложности с применением фитбол-гимнастики для развития функции равновесия, как компонента координационных качеств, детей старшего дошкольного возраста.

Для решения поставленной цели исследования мы составили три комплекса упражнений, состоящие из 10 упражнений каждый и отличающиеся уровнем сложности. Данные комплексы применялись на протяжении 5 месяцев по технологической схеме, обозначенной в таблице 1.

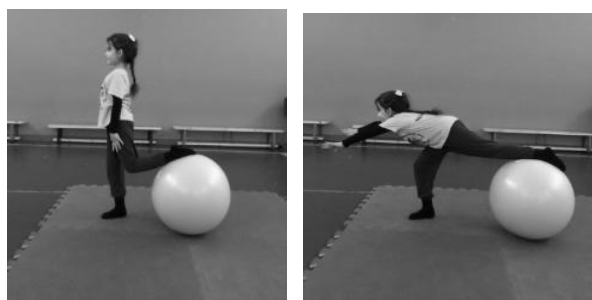
Таблица 1

Схема применения комплексов упражнений фитбол-гимнастики

| № комплекса | № 1 | | №2 | | № 1 | | №2 | | № 3 | | № 3 | | №2 | | № 3 | | | | | |
|--------------------------------------|-------------------|------|-----|------|------|------|------|------|-----|------|------|------|------|------|------|------|----|----|----|----|
| | Уровень сложности | * | | ** | | * | | ** | | *** | | *** | | ** | | *** | | | | |
| Кол-во повторений каждого упражнения | 4-6 | 8-10 | 4-6 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | 4-6 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | 8-10 | | | | |
| № недели | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

В качестве примера приведем следующие упражнения комплекса № 1, № 2, № 3:

«Ласточка» (уровень сложности *)



И.п. – стоя на одной ноге, другая согнута в колене, наружная часть стопы лежит на фитболе.

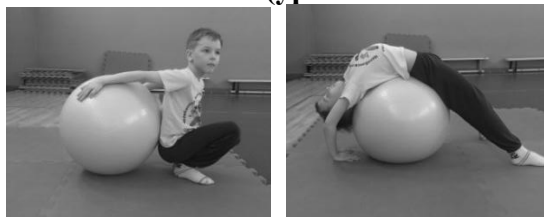
1-4 – приседом одной ноги перевести корпус тела в горизонтальное положение, мяч перекатывается со стопы до голени, руки вытягиваются вперед.

5-8 – и.п.

Тоже другой ногой.

Методические указания: вес тела сохраняется на опорной ноге, руки вытягиваются вперед в стороны, корпус тела переходит в параллель по отношению к полу.

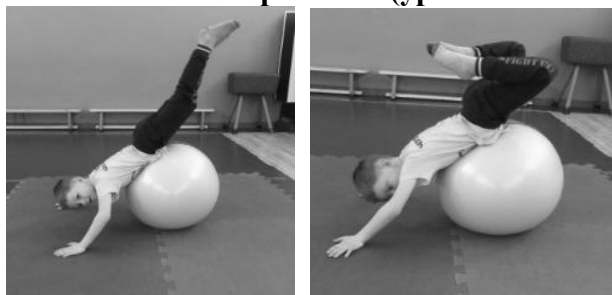
«Колобок» (уровень сложности **)



И.п. – сидя спиной к фитболу.
Перекат выпрямляясь в спине, руки откинуть назад, при перекате достаём пол.

Методические указания: ноги вытягиваются до полного выпрямления коленных суставов, позвоночник полностью прижат к мячу. Темп медленный.

«Хвост скорпиона» (уровень сложности ***)



И.п. – лежа животом на фитболе, руки упираются в пол, ноги оторваны от пола.

1-2 – бедра поднять, голени сгибаются, стопы при этом соединяются в хвост.

3-4 – и.п.

Методические указания: руки плотно упираются в пол, живот упирается в мяч, темп медленный.

В составленных комплексах прослеживается тенденция, заключающаяся в том, что практически все упражнения имеют названия образных предметов и животных («Колобок», «Пловец», «Хвост скорпиона», «Звёздочка», «Стульчик»), что облегчает понимание выполняемых действий детьми, развитию у них воображения, введение элементов игры в процесс физического воспитания.

Для оценки уровня развития координационных качеств было проведено педагогическое тестирование до и после применения разработанных комплексов упражнений, определены темпы прироста, результаты которых представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты педагогического тестирования среди старших дошкольников до и после применения экспериментальных комплексов упражнений с фитболами

| | | Педагогический тест | | | |
|----------|-------|-------------------------|--------------------|---------------------------|----------------------------|
| | | Полоса препятствий, сек | Челночный бег, сек | Стойка на левой ноге, сек | Стойка на правой ноге, сек |
| | | М±м | М±м | М±м | М±м |
| Девочки | До | 22,8±0,83 | 11,41±0,13 | 13,57±1,43 | 9,57±1,34 |
| | После | 17,62±0,72 | 9,46±0,16 | 22,17±3,65 | 20,48±3,31 |
| | P | ≤0,01 | ≤0,05 | ≤0,01 | ≤0,01 |
| | W, % | 25 % | 19 % | 48 % | 72 % |
| Мальчики | До | 21,7±2,01 | 10,36±0,18 | 11,71±1,76 | 7,91±1,98 |
| | После | 16,18±1,23 | 9,07±0,27 | 19,88±2,31 | 20,86±5,4 |
| | P | ≤0,01 | ≤0,05 | ≤0,01 | ≤0,01 |
| | W, % | 29 % | 13 % | 51 % | 90 % |

Как показано в таблице 2, среди девочек достоверный прирост результатов на полосе препятствий составил 25 %, среди мальчиков – 29 %. Результаты, полученные в ходе расчета,

свидетельствуют, что прирост результата данным тесте произошел за счет эффективного использования физических упражнений.

Темпы прироста результатов в челночном беге составили 13 % у мальчиков и 19 % у девочек.

В упражнениях на равновесие – «Стойка на правой ноге» и «Стойка на левой ноге» были получены следующие результаты среди девочек 72 % и 48 %, а среди мальчиков 90 % и 51 %.

Графическое изображение темпов прироста результатов педагогического тестирования среди девочек проиллюстрировано на рисунке 2.



Рис. 2. Диаграмма прироста результатов педагогического тестирования среди девочек

Как можно заметить из рисунка 2, значительные изменения в результатах произошли в тестах «Стойка на левой ноге», «Стойка на правой ноге», т. е. в упражнениях на равновесие. В тестах «Полоса препятствий» и «Челночный бег», это повышение менее значительно. На наш взгляд это объясняется тем, что в данных тестах кроме непосредственно координационных способностей, проявляются скоростные качества, что отражается на общем времени преодоления теста.

Среди мальчиков графическое изображение результатов тестирования до и после применения авторских комплексов упражнений с фитболами показано на рисунке 3.

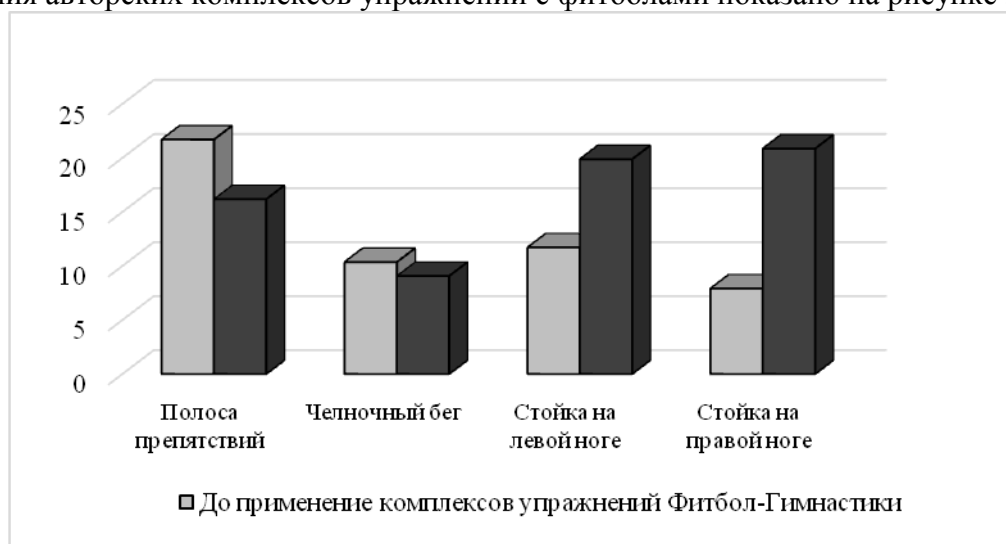


Рис. 3. Диаграмма прироста результатов педагогического тестирования среди мальчиков

Исходя, из полученных данных на рисунке 3 можно увидеть, что в результатах среди мальчиков, как и у девочек, просматривается высокий скачок результатов в тестах «Стойка на левой ноге» «Стойка на правой ноге». Это свидетельствует о высокой эффективности

разработанных комплексов упражнений в развитии функции равновесия. Наряду с этим, мы можем свидетельствовать, что целенаправленное развитие одного из компонентов координационных качеств, способствует совершенствованию и других компонентов координации движений дошкольников.

Исследование физического развития дошкольников показало, что средние значения массы тела и длины тела девочек и мальчиков находятся в зоне нормальных величин, соответствующих возрасту.

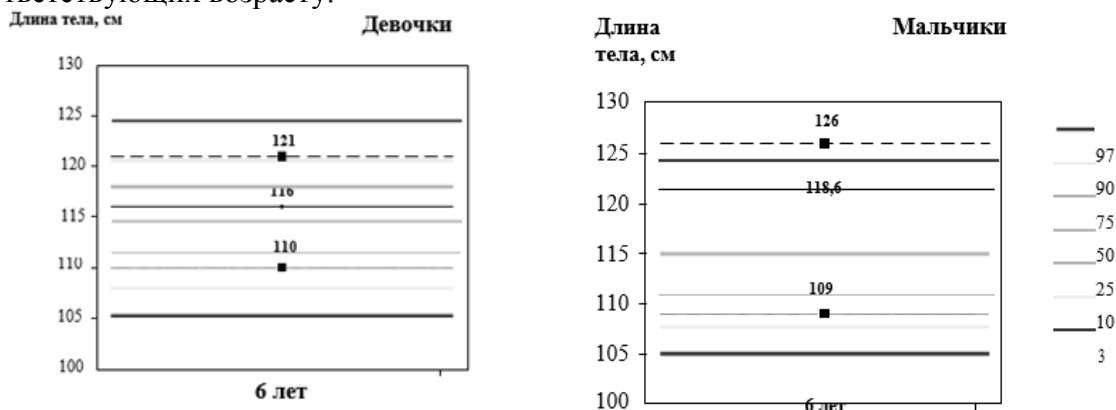


Рис. 4. Сравнительный анализ параметров роста у детей 6 лет с нормами, установленными в Челябинской области

Из рисунка 4 можно заключить, что средние значения длины тела у девочек и мальчиков находятся в границах благополучных значений (от 75 % до 25 %). Максимальная длина тела у девочек и мальчиков находится в границах верхних коридоров, что встречается у 10 % здоровых детей. По наблюдениям родители этих детей являются высокорослыми.

На рисунке 5 проиллюстрированы средние, минимальные, максимальные параметры массы тела дошкольников.

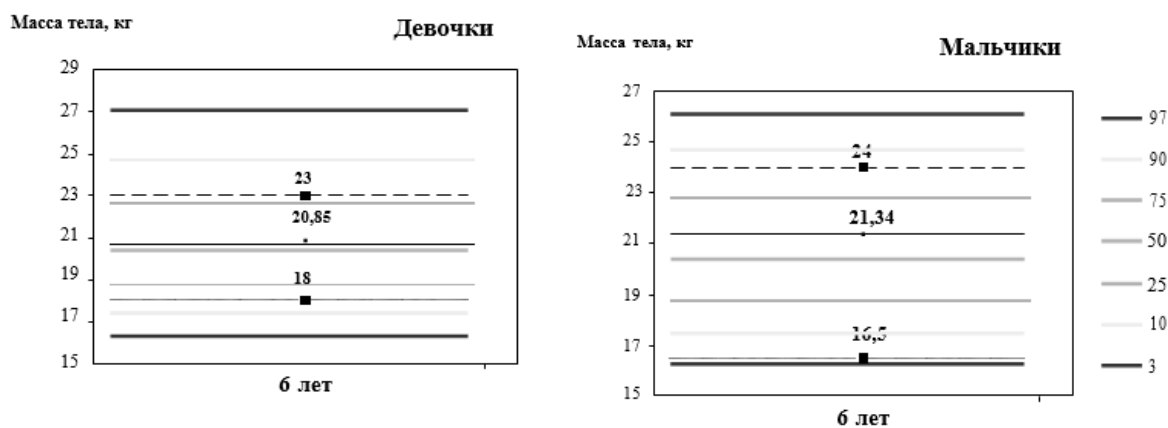


Рис. 5. Сравнительный анализ параметров роста у детей 6 лет с нормами, установленными в Челябинской области

Как видно из рисунка 4 средние значения массы тела у девочек и мальчиков находятся границах благоприятных значений (от 75 % до 25 %). У одного мальчика выявлена недостаточна масса тела (16,5 кг), при этом и его длина тела также небольшая, ростовой показатель соответствует норме.

Выводы. В результате проведенного исследования, показано что координационные качества важны, необходимы в формировании физического здоровья детей дошкольного возраста. Применение авторских упражнений с фитболами привело к улучшению результатов развития координационных качеств. Благодаря комплексам упражнений

различного уровня сложности решается большое количество образовательных, оздоровительных, развивающих, воспитательных задач.

На основе результатов исследования были разработаны методические рекомендации по использованию технологии фитбол-гимнастики в физическом воспитании старших дошкольников. Данные рекомендации внедрены и успешно используются в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 73 «Росинка» г. Челябинска», и Муниципальном автономном образовательном учреждении «Образовательный центр № 4 г. Челябинска».

Литература:

1. Еникеева, Г. Фитбол-гимнастика для дошкольников : метод реком. / Г. Еникеева. – М. : ГKB № 34, 2015. – 15 с.

2. Михайлович, Г. Н. Двигательное развитие детей 6-7 лет в связи с ориентацией к сложнокоординационной деятельности // Г. Н. Михайлович. – М. : Медицина, 2002. – 88. с.

3. Назаренко, Л. Д. Содержание и структура равновесия как двигательного-координационного качества / Л. Д. Назаренко // Теория и практика физической культуры. – 2000. – №1. – С. 54-58.

4. Новичкова, К. А. оценка развития координационных качеств детей старшего дошкольного возраста / К. А. Новичкова, Н. В. Макарова // Физическая культура, спорт, туризм: наука, образование, технологии : матер. рег. науч-метод. конф. магистрантов / под ред. Н. Ю. Мищенко. – Челябинск : Уральская академия, 2017. – С. 242- 246.

ПРОБЛЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Почтенная М.В., студент,

Лосев Ю.Н., к.п.н.,

Санкт-Петербургская академия Следственного комитета

Россия, г. Санкт-Петербург

Аннотация: в статье рассмотрены актуальные проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста, представлены рассуждения о влиянии родительского желания на мнение ребенка по поводу выбора спортивных секций, а также предложен способ разрешения проблемы детской пассивности по отношению к спорту.

Ключевые слова: физическое воспитание, дети дошкольного возраста, родители, любовь к спорту, мотивация.

THE PROBLEM OF PHYSICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN

Pochtennaya M.V., student,

Losev Yu.N., PhD

**Saint Petersburg Academy of the Investigative Committee of the Russian Federation Russia,
Saint Petersburg**

Annotation: the article deals with actual problems of physical education of preschool children, presents arguments about the influence of parental desire on the opinion of the child about the choice of sports sections, and suggests a method for resolving the problem of child passivity in relation to sport.

Keywords: physical education, preschool children, parents, love of sport, motivation.

На сегодняшний день одной из актуальных проблем является сохранение и укрепление здоровья, а также физическое и моральное развитие подрастающего поколения. Еще в дошкольном возрасте складывается представление о здоровом образе жизни, проявляется интерес к определенным видам спорта или же появляется желание «стать

сильным как папа». Несомненно, все родители хотят вырастить и воспитать здорового и всесторонне развитого ребенка. Для того чтобы достичь такой цели, необходимы регулярные занятия физической культурой. Самая главная задача родителей – это поощрять разумные увлечения детей, всячески пытаться помочь развить этот интерес к спорту, чтобы со временем ребенок не потерял его. Любое занятие ребенка спортом способствует повышению его физических качеств и навыков [3, с. 29].

Как известно, общий уровень физической подготовленности определяется уровнем развития основных видов физических качеств и навыков. Например: сила, выносливость, быстрота, гибкость, ловкость. Развитие данных качеств является неотъемлемой задачей физического воспитания дошкольников.

Под физическим воспитанием понимается вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях. Непосредственно огромную роль в этом деле играют родители ребенка, которые способны привить ребенку интерес или любовь к здоровому образу жизни.

Основной трудовой резерв государства – это молодежь, и их здоровье и благополучие определяет здоровье и благополучие нации [2, с. 163]. Чтобы воспитать здоровое и крепкое поколение в будущем, детям еще в дошкольном возрасте необходимо прививать любовь к физической культуре и к спорту. В современном обществе такие возможности есть. Для решения таких задач в дошкольных учреждениях используются наглядные пособия и мероприятия спортивной направленности. Например: кубки-награды победителей, фотографии спортсменов, проводятся разного рода беседы о спорте и спортивной жизни, спортивные мероприятия, куда привлекаются родители, а также разработано достаточное количество книг, содержание которых связано со спортом.

В формировании разносторонне развитой личности ребенка отводится важное место подвижным играм, так как они рассматриваются как одно из самых важных средств физического воспитания. Подвижные, активные игры оказывают на организм ребенка оздоровительное воздействие, способствуют развитию физических способностей и освоению каких-либо иных качеств, таких как память, внимание, чувство коллективизма, стремление к победе и т.д.

К сожалению, в настоящее время дети на «ты» обращаются с компьютером и другими технологиями, что плохо сказывается на дальнейшем развитии, в том числе и физическом. Ребенок готов часами сидеть за компьютером, играть в приставку и т.д. 20 лет назад и подумать нельзя было о том, что компьютеры так сильно притянут к себе детей. В то время детей невозможно было загнать домой с улицы. Однако сейчас мы наблюдаем абсолютно противоположную ситуацию, что является важной причиной влияющей на ухудшение показателей здоровья подрастающей молодежи [1, с. 27]. Безусловно, многие родители понимают проблему, которая стоит перед ними, но не всегда, получается, справиться с ней. Они бессильны, когда ребенок напрочь отказывается от активного времяпрепровождения и предпочитает остаться дома и поиграть в компьютер.

В связи с этим многие родители вынуждены заставлять ребенка ходить заниматься спортом или же развиваться духовно. Каждый родитель хочет, чтобы их ребенок рос крепким и физически здоровым. Для этого они с детства заставляют ребенка заниматься физической культурой и спортом. Основная проблема в том, что редко то, что привлекает интерес ребенка каком-либо виде спорта, совпадает с желаниями родителей. Чаще всего родители заставляют посещать те секции, какие они сами бы посещали, если были бы детьми. Стоит отметить тот факт, что любовь к спорту не возникает за один день. Лишь с течением времени человек способен привязаться к определенному виду спорта или же наоборот понять, что это не для него и попробовать себя в другой спортивной области.

В дошкольном возрасте ребенку необходимо приучаться к коллективу, общаться со сверстниками, так как именно это способствует развитию мотивации. Занятия физическими упражнениями, как правило, проводятся в коллективе. При выполнении физических

упражнений во многих случаях действия одного занимающегося зависят или во многом определяют действия другого или команды в целом. Происходит как бы согласование своих действий с мотивами и действиями коллектива, подчинение личности общей стратегии действий. Это проявляется во многих подвижных и спортивных играх. Умение быть сдержанным, подчинить себя воле коллектива, найти одно-единственное правильное решение и, не считаясь со своими личными амбициями, помочь товарищу. Эти и многие другие нравственные качества формируются при занятиях физическими упражнениями [4, с. 28]. Существует определенные мотивы, которые побуждают детей заниматься физической культурой. Как правило, это не один мотив, а несколько.

Очень часто дети дошкольного возраста берут пример со своих родителей. Если мама и папа, например, каждое утро, бегают в парке и берут с собой своего ребенка, который тоже старается преуспеть за родителями – это достойный пример для подражания. У ребенка со временем входит это в привычку. Объяснения родителей про то, что если заниматься каждый день, то он будет полон сил и энергии, помогают ребенку быть похожим на своих родителей. Однако, к сожалению, не каждая семья способна дать ребенку достойный пример. Зачастую этому виной нехватка времени или же просто нежелание.

В настоящее время, к сожалению, в каждом доме есть интернет и компьютер. Многие дети перестали гулять на улице. Здоровый потенциал страны подрывает отношение к спорту. А это то, что должно противодействовать внешним неблагоприятным условиям среды, закалять растущий организм. Многие даже не задумываются о том, какой образ жизни они ведут. Стоит ли вообще заниматься спортом? Нередко можно встретить человека в возрасте, который занимается, например, бегом или скандинавской ходьбой. Казалось бы, такие люди в возрасте уже могли бы сидеть дома и отдыхать. В связи с этим, возникает ряд вопросов. Кто их заставляет этим заниматься? Почему они, не смотря на свой возраст, продолжают активно заниматься спортом? На самом деле, им с детства заложили тягу к спорту, мотивацию заниматься им на протяжении всей жизни. Получается, для того, чтобы человек вел активный образ жизни, занимался спортом, надо мотивировать его с раннего детства.

Так как сейчас дети с малых лет привязаны к гаджетам, нет сомнений в том, что они огромное количество времени проводят за ними. Очень часто родители отдают своих детей в секции занятия спортом, однако не всегда наблюдается интерес ребенка в посещении данного кружка. Иными словами, его заставляют туда ходить. Данную проблему можно решить следующим образом.

Если во всех учреждениях, где проводятся занятия с детьми дошкольного возраста создать приложение или сайт с общим доступом каждого маленького спортсмена или их родителей, где будут указываться баллы каждого ребенка, заработанные на тренировке. Например, освоил новое движение или прием, не баловался, соблюдал дисциплину на тренировке и т.д. Дети, чтобы заработать больше баллов будут готовы как можно быстрее прогрессировать. А в конце определенного срока продумать систему поощрений и награждений особо отличившихся. Мотивация также будет расти. Интерес может проявиться не только у детей, но и у родителей, который определяется тем, чтобы их ребенок прогрессировал на каждой тренировке. Не исключено и то, что начнется психологическая работа со стороны родителей, которая заключается в дополнительных занятиях под их руководством. Данная система со временем может обрести глобальные масштабы.

Литература:

1. Батурин, А. Е. Характер мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов различных профилей [Текст] / А.Е. Батурин, Д.А. Каменский, К.А. Ефимов // Сборник статей Международной научно-практической конференции «Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения»: (Казань, 23.10. 2017 г.) / в 2 ч. Ч.1 – Уфа: Аэтерна, 2017. – 178 с.

2. Каменский, Д. А. Исследование мотивации к занятиям физической культурой у студентов СЗГМУ им. И.И. Мечникова [Текст] / Д.А. Каменский, А.Е. Батурин // Сборник

статей по итогам Международной научно-практической конференции «Психолого-педагогический взгляд на профессионально-ориентированное образование»: (Оренбург, 26.10.2017 г.) / в 2 ч. Ч.1 – Стерлитамак: АМИ, 2017. – 202 с.

3. Рогожников, М. А. Обучение юных тхэквондистов безопорным сложнокоординационным техническим действиям: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / М.А. Рогожников / НГУ им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2016. – 187 с.

4. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж.К. Холодов. – 8-е изд., стер. – М.: Изд. центр «Академия», 2010. – 480 с.

ФИТБОЛ-ГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Солодкова А.М., студент

Волгоградский государственный социально-педагогический университет

Россия, г. Волгоград

Финогенова Н.В., к.п.н., доцент

ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»

Россия, Волгоград

Аннотация: В статье представлены научно-теоретические, организационно-методические и практические основы фитбол-гимнастики, которые необходимы педагогам для грамотного планирования и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми дошкольного возраста.

Ключевые слова: фитбол-гимнастика, укрепление здоровья, физкультурно-оздоровительная работа, профилактика.

FITBOOL-GYMNASTICS AS A MEANS OF PRESERVING AND IMPROVING THE HEALTH OF PRE-SCHOOL AGE CHILDREN

Solodkova A.M., student,

Volgograd State Pedagogical University, Russia, Volgograd

Finogenova N.V., PhD, associate professor,

FGBOU VO «Volgograd State Academy of Physical Culture», Russia, Volgograd

Annotation: The article presents the scientific-theoretical, organizational-methodical and practical basics of fitball gymnastics, which are necessary for teachers to plan and conduct physical training and wellness promotion with pre-school age children

Keywords: fitball-gymnastics, health promotion, physical training and wellness promotion, prevention.

В настоящее время перед дошкольными образовательными учреждениями остро встает вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, внедрения современных здоровьесберегающих технологий и методик, обусловленных прогрессивно ухудшающимся здоровьем дошкольников. У значительного количества детей наблюдаются аномалии осанки, деформации стоп, увеличивается частота тяжелых форм сколиоза [6]. Вследствие чего как ученые, так и практикующие специалисты активно ищут эффективные способы обновления и совершенствования процесса физического воспитания с учетом потребностей, интересов и склонностей дошкольников. Новые подходы к содержанию физкультурных занятий способствуют повышению уровня здоровья современных дошкольников, поэтому педагоги применяют в своей работе новые подходы к организации занятий физическими упражнениями. По мнению Т.А. Соловьевой, современная

физкультура в дошкольном учреждении должна предупреждать заболевания, то есть быть профилактической. Ее не могут заменить программы по лечебной физической культуре, так как они адресованы детям с предпатологией и патологией. На занятиях с ослабленными детьми должны использоваться программы по профилактической физической культуре. Спектр фитнес-технологий, применяемых в физическом воспитании детей дошкольного возраста, стабильно расширяется. Наряду с такими направлениями, как оздоровительная аэробика, ритмопластика, игровой стретчинг, детская йога и другие, все большую популярность и востребованность приобретает фитбол-гимнастика [3].

Мячи большого размера - фитболы - впервые применила швейцарский врач-физиотерапевт Сюзан Кляйн-Фогельбах для лечения больных церебральным параличом в 50-е годы XX века. А уже в 80-х годах ее американская коллега Джоан Познер Мауэр стала использовать мяч для восстановления опорно-двигательного аппарата. Гимнастика с использованием фитболов относится к одному из видов фитнес-гимнастики. В настоящее время мячи различной упругости, размеров, веса используются в спорте, педагогике, медицине. Так и в дошкольной педагогике новой формой работы по физическому воспитанию является фитбол-гимнастика. Фитбол в переводе с английского языка означает мяч для опоры, используемый в оздоровительных целях. Программы по фитбол-гимнастике уникальны по своему воздействию на организм занимающихся и вызывают большой интерес у детей и взрослых. Эффективность применения гимнастических упражнений с фитболами в системе физического воспитания и оздоровления детей подтверждается многочисленными научными исследованиями медиков, педагогов, психологов. Так, Е.Г. Сайкина, С.О. Филиппова и М.М. Борисова рассматривают физические упражнения и подвижные игры с фитболами в рамках внедрения современных фитнес-технологий с целью обновления содержания физкультурного образования подрастающего поколения. За счет вибрации при выполнении упражнений и амортизационной функции мяча улучшаются обмен веществ, кровообращение и микроциркуляция в межпозвоночных дисках и внутренних органах, что способствует разгрузке позвоночного столба, мобилизации различных его отделов, коррекции лордозов и кифозов. Упражнения на мячах тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия, оказывают стимулирующее влияние на обмен веществ организма, активизируют моторно-висцеральные рефлексy. Упражнения верхом на мяче по своему физиологическому воздействию способствуют лечению таких заболеваний, как остеохондроз, сколиоз, невралгия и других [2].

Т.С. Овчинникова и А.А. Потапчук в программе «Двигательный игротренинг для дошкольников» достаточно широко раскрыли влияние фитболов на сенсорное развитие дошкольников [4]. Они утверждают, что никакое тело другой формы не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, чем шар и это соприкосновение дает полноту ощущения формы. Недаром один из выдающихся немецких педагогов-философов 19 века Фридрих Фребель отнес шар к великим дарам педагогики и назвал его «идеальным средством для упражнений». Шар посылает оптимальную информацию всем анализаторам. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и тактильного анализаторов, которые включаются при выполнении упражнений на мяче, усиливает эффект занятий. Фитболы бывают не только разного размера, но и цвета. Мячи различных цветов оказывают цветовое влияние на организм, вследствие чего влияют на психическое состояние и физиологические функции дошкольников [6].

Кроме цветового влияния на организм, мячи обладают еще и вибрационным воздействием. Отечественные авторы практического пособия «Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста» Г.В. Каштанова, Е.Г. Мамаева, О.В. Сливина, Т.А. Чуманова раскрывают вибрационный эффект фитбол-гимнастики. Механическая вибрация оказывает специфическое воздействие практически на все органы и системы человека. Это практически единственный вид аэробики, где в выполнении физических упражнений совместно включены двигательный, вестибулярный, зрительный и тактильный анализаторы, что усиливает положительный

эффект от занятий на фитболах. Мяч по своим свойствам многофункционален. В дошкольных образовательных организациях в комплексах упражнений фитбол-аэробики мяч может использоваться как предмет, опора, ориентир, препятствие, амортизатор, отягощение, массажер [1].

Занятия на детском фитболе полезны и доступны абсолютно всем детям - фитбол практически не имеет противопоказаний для детей. Эти занятия способствуют формированию у детей жизненно важных двигательных навыков, развитию гибкости, прыгучести и аэробной выносливости. Для большего развивающего эффекта важно использовать веселую музыку. Использование фитболов в детском учреждении позволит увеличить двигательную активность детей в течение дня: дети могут метать вдаль, прокатывать, подбрасывать и отбивать, выполнять гимнастические упражнения в положении "сидя" и "лежа" на мяче, упражнять мышцы рук и ног, проводить самомассаж [5]. Регулярное использование гимнастических мячей и выполнение методических рекомендаций по их применению обеспечит профилактику и лечение многих видов заболеваний, повысит эффективность занятий. Комплекс упражнений на фитболе для детей улучшает подвижность, гибкость суставов и кровообращение всех органов. Идет положительное воздействие на дыхательную и сердечно - сосудистую системы организма.

Требования современной педагогики побуждают педагогов к поиску новых подходов к организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. Именно этим критериям отвечают такие направления в работе с дошкольниками, как фитбол –гимнастика, фитбол – атлетика, фитбол – танец, фитбол – коррекция, фитбол – игра. [8]

«Фитбол-гимнастика» включает в себя упражнения и комплексы общеразвивающей направленности, которые служат базой для овладения ребенком основных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых для дальнейшей работы. К ним относятся: строевые, упражнения сидя на мяче, основные движения шеи, рук, ног, туловища, упражнения типа зарядки, прыжки, основные исходные положения на мяче, акробатические упражнения, а также упражнения в равновесии и упражнения на растягивание и стретчинг. [7]

«Фитбол-ритмика» является основой для развития чувства ритма, что позволяет детям свободно, красиво и координированно выполнять движения под музыку соответственно ее структурным особенностям, характеру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. Обретая свободу движений, ребенок может самореализоваться через образ, пластику, показательные выступления, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. В этот раздел входят: ритмика, основы хореографии, танцевальные шаги, базовые шаги фитбол-аэробики. [7]

«Фитбол-атлетика» имеет общеукрепляющую направленность и включает упражнения, направленные на формирование и укрепление рук, ног, туловища, развитие силовой и общей аэробной выносливости. Использование данных упражнений, кроме радостного настроения, свободного выражения эмоций и мышечной нагрузки, дает возможность ребенку повысить уровень физической подготовленности, проявить упорство, терпение и выдержку. [7]

«Фитбол-коррекция» состоит из упражнений профилактико-корректирующей направленности, которые являются основой оздоровления и развития детского организма, формирования у ребенка сознательного стремления к здоровому образу жизни, а также способствуют профилактике различных заболеваний и быстрому восстановлению после физической нагрузки. В этот раздел входят упражнения для формирования, закрепления и совершенствования правильной осанки, профилактики плоскостопия, развития и укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем, упражнения пальчиковой гимнастики, игрового самомассажа, упражнения на растягивания и расслабление.[7]

«Фитбол-игра» предусматривает целенаправленную работу педагога по применению специальных упражнений и творческих заданий, включение музыкально-подвижных игр и эстафет в физкультурно-оздоровительную деятельность, проведение сюжетных уроков.

Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, развивает выдумку и творческую инициативу. Благодаря использованию упражнений этого раздела создаются возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, внимания, раскрепощенности и свободного самовыражения.[7]

Несмотря на большое разнообразие направлений работы с фитболами, особую актуальность приобретает умение специалистов в области физического воспитания дошкольников эффективно использовать фитбол-гимнастику в практике физкультурно-оздоровительной работы. Вместе с тем многие педагоги отмечают недостаток специальной литературы, раскрывающей научно-теоретические, организационно-методические и практические основы фитбол-гимнастики, необходимые для грамотного планирования и проведения занятий с детьми. В связи с этим мы предлагаем рекомендации по использованию фитболов в условиях дошкольных образовательных учреждений:

1. Подбирать фитбол каждому ребенку по росту так, чтобы обеспечить при посадке угол в 90° между туловищем и бедром, бедром и голенью, голенью и стопой. Для большей устойчивости ноги в опоре стопами на полу расположены на ширине плеч.

2. Перед занятием убедиться, что поблизости отсутствуют острые предметы, которые могут повредить фитбол.

3. Проследить, чтобы на детей была удобная одежда, не мешающая движениям, и нескользящая обувь.

4. Начинать занятия с простых упражнений, постепенно переходя к более сложным.

5. Следить за тем, чтобы ни одно упражнение не причиняло детям боли и не вызывало дискомфорт.

6. Исключить во время занятий быстрые и резкие движения, скручивания в шейном и поясничном отделах позвоночника, интенсивное напряжение мышц шеи и спины, позвоночно-двигательных сегментов.

7. При выполнении упражнений в положении лежа не задерживать дыхание.

8. При выполнении упражнений в положении лежа на животе и лежа на спине голова и позвоночник должны составлять одну прямую линию.

9. Физическая нагрузка по времени должна соответствовать возрасту занимающихся.

10. Каждое упражнение повторять сначала 3-4 раза, постепенно увеличивая до 6-7 раз. Упражнения выполнять последовательно, с чередованием нагрузки на разные группы мышц из различных.

11. Время упражнений с фитболами не должно превышать 40-60% общей длительности занятия.

12. Для постепенного правильного освоения упражнений рекомендуется организовать обучение детей по этапам.

13. Время проведения одного занятия с детьми 3-4 лет – 20-25 мин., с детьми 5-6 лет – 30-35 мин. Занятия проводятся в чистом, проветренном помещении, дети занимаются на ковриках, одеты по возможности легко, лучше без обуви (в носках). Положительный эмоциональный фон, позитивное отношение к занятиям, улыбка, радость делают занятия особенно эффективными.

Таким образом, результаты современных исследований подтверждают эффективность внедрения фитбол-гимнастики в процесс физического воспитания дошкольников при условии грамотного использования ее широкого потенциала. Соблюдая все требования к проведению занятий по фитбол-гимнастике, можно создать необходимый двигательный режим, положительный психологический и эмоциональный настрой, а также способствовать укреплению здоровья занимающихся, развитию их физических способностей, профилактике различных заболеваний и повышению физической подготовленности.

Литература:

1. Каштанова Г.В., Мамаева Е.Г., Сливина О.В., Чуманова Т.А. Лечебная физкультура и массаж. Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста:

АРКТИ, 2007.

2. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. – М.: Академия 2002, 320с.

3. Лукина Г.Г. Оздоровительная направленность упражнений фитбол-гимнастики на занятиях с детьми дошкольного возраста в детском саду//Фитнес: становление, тенденции и перспективы развития: сборн.матер.науч.практ.конф.-СПб.,2006. С.155-165.

4. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. - СПб.: Речь, 2002

5. Потапчук А.А. Средства лечебной физкультуры в управлении физическим состоянием дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата: автореф.дисс. ...д-ра мед. Наук.-СПб.,2005

6. Потапчук А.А./Лечебные игры и упражнения для детей. – СПб.: РЕЧЬ, 2007. – 99 с

7. Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Фитбол-аэробика для дошкольников «Танцы на мячах». Парциальная программа.- СПб.:ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2016.-160с

8. Степаненкова Э.Я./ Теория и методика физического воспитания развития ребёнка. - М.: Академия 2007, 368с.

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИОБЩЕНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ К КУЛЬТУРЕ ЗДОРОВЬЯ

**Тарасова Н. И., студент,
Волошина Л.Н., д.п.н., профессор,
ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Россия, г. Белгород**

Аннотация. Игровые технологии обучения широко применяются в обучении и воспитании дошкольников. В статье представлен материал о технологии использования квестов в работе по воспитанию у старших дошкольников культуры здоровья.

Ключевые слова: культура здоровья, квест, игра.

DESIGNING GAMING TECHNOLOGY INTRODUCING THE SENIOR PRESCHOOL CHILDREN TO A CULTURE OF HEALTH

**Tarasova N. I., student
Voloshina L. N., PhD, professor
Federal STATE Autonomous educational institution "Belgorod state national research University», Russia, Belgorod**

Annotation: Game learning technologies are widely used in the training and education of preschoolers. The article presents the material on the technology of using quests in the work on the education of senior preschool culture of health.

Keywords: culture health, quest, game.

Приобщение дошкольников к культуре здоровья - одна из задач физического воспитания дошкольников, предполагающая интеграцию различных видов детской деятельности: познавательной, игровой, двигательной и взаимодействие различных специалистов: воспитателя, медицинских работников, инструктора по физической культуре, музыкального руководителя.

Целенаправленная и систематическая работа этих педагогов вместе с родителями позволит сформировать у старших дошкольников устойчивые ценности здоровья, мотивацию к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих его людей. В.А. Деркунская [2] отмечает, что такой ребёнок знает свои возможности и верит в собственные силы, имеет представления о себе, своей самооценности, ощущает себя субъектом здоровой

жизни, бережно и уважительно относится к своим близким, он гуманный, добрый, заботливый, честный, справедливый.

В число задач образовательной области «Физическое развитие» включено формирование у старших дошкольников представлений о здоровье и здоровом образе жизни, о правилах здоровья: режим дня, питание, сон, прогулка, культурно-гигиенические навыки, навыки самообслуживания, активные занятия физкультурой, профилактика болезней.[4]

Контрольный срез уровня представлений детей о здоровье и болезни по рисуночной методике О.С. Васильевой и Ф.Р. Филатова [1] показал недостаточный уровень их сформированности. В исследовании принимали участие 86 воспитанников старших и подготовительных групп. Анализ детских рисунков позволяет утверждать, что представления детей о здоровье и болезни не дифференцированы, примитивны и эмоционально малозначимы для большинства воспитанников. Результаты представлены в диаграмме на рисунке 1.

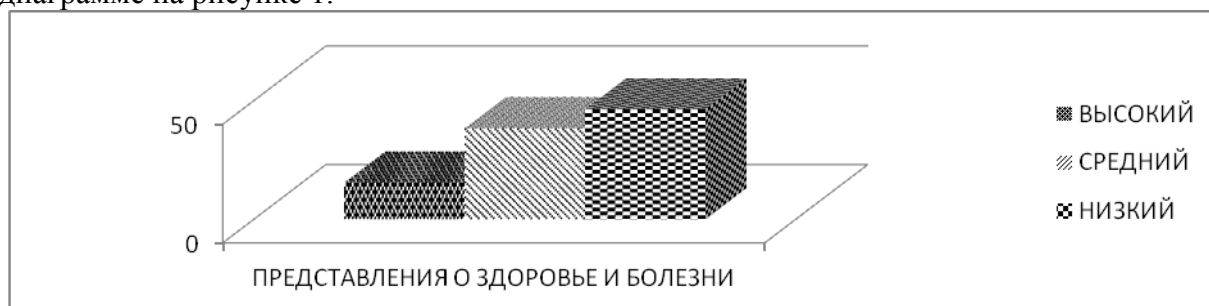


Рис. 1. Представления старших дошкольников о здоровье и болезни. Констатирующий этап. Количество респондентов в процентах.

Чтобы исправить положение, было принято решение наряду с традиционными формами приобщения детей к культуре здоровья увеличить долю игровых форм и методов обучения, использовать квесты. Игра как форма активности занимает значительное место в жизни ребёнка-дошкольника, является источником радостных эмоций, здоровья. Отсутствие жёсткой регламентации действий, вариативные условия их выполнения обеспечивают широкие возможности для обогащения знаний, развития самостоятельности и творчества дошкольника [3].

В играх – квестах увлекательный сюжет, основанный на поиске чего-то, а по пути возникают неизбежные проблемы разного характера, без разрешения которых невозможно достичь привлекательной цели и получить награду. Поведение участника игры определяется непрерывной цепью отдельных эпизодов: вначале всегда возникает промежуточная задача, которая затем через действие приводит к достижению промежуточной цели, после чего появляется следующая и т. д. Так происходит до тех пор, пока не реализуется и не будет достигнута главная цель.

Квесты сейчас очень популярны, потому что это приятная для ребёнка (гедоническая) деятельность; игрок понимает значимость для себя непосредственного ее результата; он может удовлетворить личные потребности в достижении, в доминировании, в самостоятельности, в аффилиации (стремлении быть в обществе других). Привлекательным мотивом для участия в игре может быть и вознаграждение за победу, хотя оно всегда условно и не является главным стимулом.

Целью наших квестов было обогащение представлений детей о здоровом образе жизни, развитие их двигательной активности, умения работать в команде.

Разработка технологии организации квестов строилась на важных для нас методологических подходах:

- ориентация на гуманную цель воспитания дошкольника, как эмоционально благополучного, разносторонне развитого и счастливого ребёнка. Рассмотрение детства как периода жизни, значимого самого по себе без всяких условий;
- организация образовательного процесса на основе личностно-развивающей модели

взаимодействия взрослых (родителей и педагогов) и детей;

- понимание того, что приоритетное значение для ребёнка имеет его собственная активность. Ребёнок социализируется и учится с помощью взрослых, но на своём опыте;
- роль взрослого состоит в создании среды для проявления инициативы детей, в оказании помощи, в осуществлении совместной деятельности, в учёте соотношения между мерой активности дошкольника и его возможностями.

Квест – итоговая форма работы, которой предшествовали познавательные, речевые, физкультурные, музыкальные занятия, так или иначе связанные с проблемой культуры здоровья; чтение детской художественной литературы в свободное время; совместная с взрослым продуктивная деятельность; игры: подвижные, театрализованные, самостоятельные сюжетно-ролевые, дидактические в которых отражались здоровьесберегающие знания детей.

Технологию организации квестов с детьми старшего дошкольного возраста мы выстраивали так, чтобы каждый ребёнок имел возможность проявить свою активность в деятельности.

Это значит, что предварительная работа к квесту и сама игра представляет собой логическое сочетание разных видов деятельности, включаясь в которые ребёнок не может быть пассивным. Для усиления активизирующей роли квеста подбирали методы и приёмы, направленные на повышение познавательной, эмоциональной, двигательной и другой активности.

Значение квестов для развития ребёнка в целом и формирования представлений о культуре здоровья в частности очень велико. Ведь квест – это, во-первых, игра, а игра, как всем известно, ведущая деятельность дошкольников, которая обеспечивает их развитие. Уже одно это утверждение позволяет использовать квесты как форму работы с дошкольниками. Кроме этого:

- это игра-приключение, игра с «секретами» и открытиями, поэтому она всегда эмоционально насыщена, доставляет детям удовольствие. Она предполагает взаимодействие личности и ситуации. Наряду с побудительными аспектами ситуации, на привлекательность предвосхищаемых последствий действия оказывают влияние и актуализируемые этой ситуацией мотивы;

- задания в игре требуют сообразительности и нестандартного решения задач, значит, игра будет развивать умственные способности детей. Преодолевая, предусмотренные сюжетом трудности, ребята осваивают массу новой интересной информации о здоровом образе жизни. Квест можно представить как содержащий эмоциональные компоненты процесс когнитивной обработки ситуации, подталкивающий к достижению цели. В нем всегда присутствует нечто похожее на «стремление к завершению», т.е. нарастающее со временем стремление довести процесс до некоторого итога.

- как правило, квесты – коллективная игра. Чтобы победить, нужно научиться взаимодействию, взаимопомощи, умению принимать компромиссные решения. Кроме того, если приходится отвечать не только за себя, а за победу всей команды, игра становится значительно увлекательней.

- квесты требуют определенной ловкости, выносливости, силы. Если игра проводится на открытом воздухе, в нее обязательно включаются задания связанные с бегом, лазанием, метанием, прыжками, равновесием, таким образом укрепляется здоровье детей.

Все вместе это создает атмосферу приключения, веселой игры, запоминается яркими впечатлениями, доставляет радость детям.

Значит, квест является целесообразной и эффективной формой организации здоровьесберегающей деятельности детей, только необходимо и содержание, и задания, и условия организации выстроить в соответствии с возрастными возможностями детей.

Квесты для дошкольников отличаются от таких же игр для взрослых двумя важными характеристиками.

- В них недопустимы ситуации риска, «страшилки», которыми изобилуют молодежные поиски приключений.

- Выезжать в лес без родителей нельзя. Если игра проводится за пределами детского сада, в парковой зоне или в лесу, участие родителей, по понятным причинам, обязательно.

Место, время, состав участников для квеста зависят от задач, которые ставит педагог, от времени года, от возможностей выезда за пределы детского сада. Его можно проводить и в групповой комнате, но это самый примитивный вариант. Гораздо интереснее выйти за пределы группы и искать секреты по многим помещениям детского сада: в медицинском кабинете, кабинете психолога, музыкальном и физкультурном залах, в галокамере и др.

Удобное место для проведения квеста – территория детского сада, она большая по площади, здесь много мест, где можно спрятать секрет, откуда могут неожиданно появиться разные персонажи, включенные вами в сценарий.

Отличный вариант – выезд вместе с родителями в лес или парковую зону, там всё чисто, территория безопасная, близко вода, хороший песчаный пляж, удобные места для обеда, для размещения палаток.

Время, удобное для квеста, если он проводится в детском саду, – вторая половина дня, когда основные занятия не занимают залы и кабинеты, что позволяет детям передвигаться свободно по всему детскому саду. Если мы выезжали в лес с родителями в тёплое время года, то лучшее время – первая половина дня, до обеда.

Главными участниками квеста являются, конечно, дети. Но это такая игра, которая без организаторов невозможна. Поэтому в квесте главную роль играют воспитатели, заранее продумавшие путь и расположившие на нём всё необходимое. В нашем опыте были и родители, которые замечательно организовывали квест.

Кроме детей, воспитателей, родителей в квесте могут участвовать, в зависимости от темы и задач, разные специалисты детского сада: музыкальный работник, врач, педагог-психолог, педагог дополнительного образования по рисованию. При необходимости можно привлечь любого работника детского сада, если его участие украсит игру, придаст ей загадочности.

Задания должны быть посильными, но не лёгкими, т.е. находится в зоне ближайшего развития детей. Здесь нужно найти золотую середину, иначе, если все легко – теряется интерес, а если очень сложно – исчезает игра, все силы уходят на решение сложных задач, дети быстро устают, могут быть даже эмоциональные срывы.

В каждом квесте есть свой сюжет и свои герои. Как правило, кто-то из них что-то прячет, убегает, уносит сокровища, а второй – герой положительный, он помогает ребятам распутать следы, прочесть подсказки, следит, чтобы все были вовлечены в игру, чтобы не возникало неразрешимых проблем.

Квест – командная игра, ребята могут быть в одной команде, а можно разделиться и на две, идти параллельными маршрутами, но в конце все встречаются в общей точке. Во втором случае у каждой команды будет свой ведущий, в образе любимого героя сказки или мультфильма и стимул появится «Кто первым найдёт секрет?», он у каждой команды свой.

В конце игры дети обязательно находят искомый «секрет», он всегда приятно удивляет, радуется. Поскольку наши квесты направлены на воспитание культуры здоровья, то такими секретами были фрукты, новые игры, или какие-то привлекательные предметы, например, красивые зубные щётки и паста каждому, детское мыло в яркой упаковке или интересной формы, микроскоп, лупа и т.д.

Квест, который устраивают педагоги для дошкольников, – это больше чем игра. Это возможность организовать образовательный процесс по освоению правил культуры здоровья без принуждения, дать детям возможность почувствовать себя следопытами, самостоятельными, умными и большими. Это весёлая и увлекательная деятельность: всевозможные полосы препятствий, погони, в которых силовые задачи гармонично сочетаются с необходимостью быстро решать логические задачи, подключая к этому всю команду. Эмоционально положительная окраска квеста, интерес детей к поиску, всегда

гарантируют высокий уровень включенности и активности всех участников.

Организуя квест, важно учесть: игра пройдет интересно, если взрослые, участвующие в ней, искренне заинтересованы предложенной детям деятельностью, владеют способами организации квеста, действуют согласованно, «в ансамбле» между собой и с детьми.

Квесты всегда связаны с движениями, здесь нужно быстро передвигаться от одной точки к другой, куда-то взбираться или подо что-то подлезать, подпрыгивать, ловить и т.д. Для всего этого требуются определенная ловкость, выносливость, сила, т.е. организм ребёнка получает необходимую физическую нагрузку, тренируется, что и укрепляет его здоровье.

Квест формирует оптимистическое отношение детей к окружающему, учит находить выход в сложных ситуациях, значит, обеспечивает позитивное эмоционально-личностное и социально-коммуникативное развитие. Но детям квест нравится не поэтому. Для них это веселое приключение, игра, яркие эмоции, удовольствие от победы, а проигравших здесь не бывает.

Широкое использование квестов во взаимосвязи с другими формами здоровьесберегающей образовательной деятельности дало положительные результаты (рис.2).

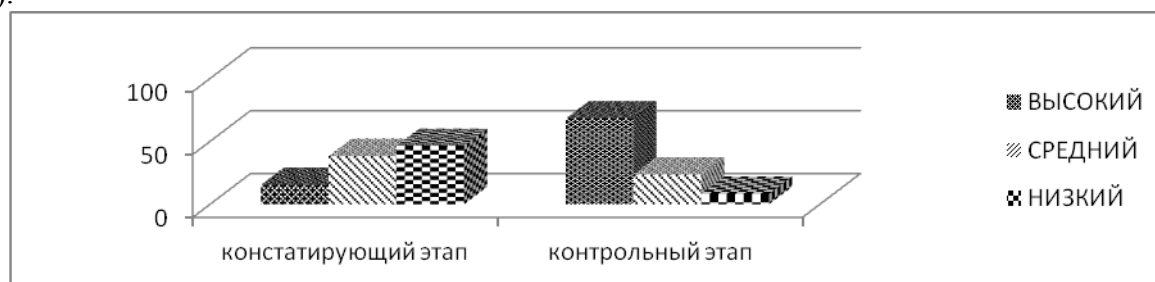


Рис. 2. Представления старших дошкольников о здоровье и болезни. Сравнительные данные на констатирующем и контрольном этапах. Количество респондентов в процентах.

У детей заметно изменился характер эмоционального отношения к проблемам здоровья. Их рисунки, в той части, где они изображали «здоровье» стали более яркими, детализированными. Появились изображения различных действий, а в комментариях дети уточняли: «Чтобы быть здоровым, нужно бегать, прыгать, кататься на лыжах». Подобных рисунков и высказываний много. Деталей стало больше и во второй части рисунка, где дети изображали «болезнь», значит их представления о здоровье и болезни стали богаче, дифференцированнее. Цветовая гамма рисунка «Здоровье» отличалась яркостью и разнообразием цветов, а «Болезнь» изображалась чёрными, коричневыми, темно зелёными карандашами. Заметна положительная динамика и в поведении детей, характеризующая их понимание, что значит здоровый образ жизни.

Подводя итоги сказанному, необходимо подчеркнуть, что игровые формы и методы приобщения детей к культуре здоровья, в том числе и квесты, очень привлекательная для детей деятельность, позволяющая эффективно решать задачи воспитания полезных навыков и формировать положительную мотивацию к занятиям физической культурой.

Литература:

1. Васильева О.С. Педагогика и психология здоровья человека: эталоны, представления, установки / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. – М.: Академия, 2001. – С.298.
2. Деркунская, В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников – учебное пособие [Текст] /В.А. Деркунская. – М. Педагогическое общество России, 2006. – 147с.
3. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников/ авт.-сост. Л.Н. Волошина, Е.В. Гавришова, Т.В. Курилова. – Волгоград: Учитель, 2013.-141с.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: Письма и приказы Минобрнауки. [Текст] – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 96.

Научное издание

**Материалы Всероссийской с международным участием
научно-практической конференции**
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста: теория,
практика и перспективы**

Сборник материалов Всероссийской с международным участием научно-
практической конференции
под общей ред. Максимовой С.Ю., Финогенова Н.В.

Усл. печ. листов – 11,1
Тираж 50 экз. Заказ № 1568
Отпечатано на множительной технике.

Волгоградская государственная академия физической культуры

400005, Волгоград пр. им. Ленина 78