

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОУ

Козлова Мария Александровна

инструктор по физической культуре

МБДОУ Д/С №8

г. Химки, Московская область

Козлов Алексей Владимирович

заместитель директора по спорту и досугу

ГБУ ЦДС «Возрождение»

г. Москва

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ И ИНТЕРЕСОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ.

Аннотация: статья посвящена проблеме формирования мотивации дошкольников к физическим упражнениям. Автор полагает, что одной из главных проблем в осуществлении физического воспитания в дошкольном возрасте является формирование мотива к занятиям физической культурой, спортом и двигательной активностью в целом.

Ключевые слова: мотивация, интерес, физическая культура, двигательная активность, дети дошкольного возраста, подвижные игры.

Потребность в движении ребёнок активно проявляет уже сразу после своего рождения. Когда мать в силу устаревшей традиции пытается туго запеленать своего малыша, он отвечает на это протестом – тужится, кричит, морщится. Полноценное развитие головного мозга, возможно лишь в результате его функционирования. Поэтому мозг нуждается в раздражителях, вызывающих его морфологическое и функциональное развитие. В период до трёх лет у ребенка идет ускоренное формообразование и созревание нервных структур головного мозга. Совершенствование структуры приводит к функциональному скачку: росту познавательных возможностей ребенка как в преддошкольном, так и в особенности в дошкольном возрасте [2]. Чем больше анализаторов (слуховой, зрительный,

двигательный и др.) задействовано в деятельности, тем лучше и быстрее развивается мозг.

Ограничивать двигательную активность ребенка – значит тормозить его развитие. Под влиянием постоянных мышечных нагрузок улучшается состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Движение стимулирует созревание ЦНС, увеличивая массу мозга, улучшая его функциональное состояние, в свою очередь ЦНС направляет рост и развитие мышц. Особенно важную роль играет движение в психическом развитии ребенка [1].

Уже в 4 – 7 лет происходит становление координационных механизмов двигательной функции, появляется возможность тонких дифференцировок в движениях, легко образуются новые условные двигательные рефлексы. Исследования показали, что в возрасте от 5 до 12 лет ребенок приобретает до 90 % всех двигательных навыков и умений. Психологи утверждают, что чем больше простых двигательных навыков в этом возрасте осваивает человек, тем легче ему в дальнейшем освоить более тонкую и сложную координацию и специальную технику спортивных упражнений [5].

Л.С. Выготский призывал устанавливать оптимальные сроки обучения с учетом границ критических периодов развития детей, отличающихся более высокой или менее высокой «обучаемостью» (способностью к усвоению знаний, умений и навыков) и различной восприимчивостью к развивающим воздействиям. Факторы, воздействующие на ребенка в процессе обучения и воспитания, могут давать принципиально различный эффект в зависимости от периода его развития (в одни периоды – оптимальный эффект, в другие – нейтральный, в иные – даже отрицательный). Лишь зная особенности периодов онтогенеза и соответственно нормируя воздействия, можно рационально управлять индивидуальным развитием, оптимально строить процесс обучения и воспитания [2].

Исследования ученых определили, что такие периоды существуют и в становлении двигательных функций и развитии физических качеств. Если упущено время, пропущена так называемая сенситивная зона, возрастной период, когда

наиболее успешно формируются те или иные качества, заполнить пробел в воспитании или знаниях, двигательном опыте почти невозможно [4].

Дошкольный возраст (от 4-5 лет) является сенситивным периодом для развития координационных способностей. Если в этот период, когда стремление двигаться, бегать, прыгать, играть у ребенка так же естественно, как желание дышать, его не научили правильно, свободно, красиво двигаться, выполнять различные физические упражнения, то в период полового созревания он будет стесняться своей неловкости, слабости и, чтобы не стать посмешищем в глазах товарищей, будет избегать занятий. Здесь важно научить множеству движений каждого ребёнка, а для этого нужно много занятий, много разнообразного спортивного инвентаря и, главное, учить должен опытный специалист [3].

«Новые потребности возникают у ребенка в процессе развития в связи с усвоением им новых форм поведения и деятельности, с овладением готовыми предметами культуры. Научился читать – возникла потребность в чтении, слушать музыку – потребность в музыке» [2]. Добавим: овладев двигательными навыками – потребность в спорте.

Потребность в движении не пропадает в дошкольном и даже школьном возрасте. Она проявляется в древнем как мир инстинкте – игре. Смысл ее с возрастом изменяется от просто игры, к роли в игре, затем качеству выполнения ролей. Перескакивать через этапы игры невозможно – это противоречит основным законам детского развития. Поэтому необходимо организовать подвижные игры дидактической «развивающие» направленности [3].

Если ребёнок не прочувствует на себе благотворное влияние физической культуры, чувства удовлетворения от красивых экономных движений, от «вкуса пота», не ощутит на деле «мышечную радость», радость «маленьких» побед над соперниками или в борьбе со своей слабостью, не увидит, что систематические занятия обязательно приводят к изменениям телосложения, улучшению работы различных систем организма и росту показателей физической подготовленности, то как бы мы красиво его не убеждали в необходимости и пользе физических упражнений, он, скорее всего, самостоятельно заниматься не будет.

Таким образом, первостепенной задачей в осуществлении физического воспитания является формирование мотивов и интересов к занятиям физической культурой и спортом, учитывая психофизиологические закономерности развития детей дошкольного возраста. Первостепенной задачей для формирования потребности в занятиях физической культурой, считаем, формирование положительной мотивации, которая происходит наиболее эффективно через познавательно-игровой вид деятельности. Поэтому, учитывая сенситивные периоды дошкольников, при правильном подборе подвижных игр, возможно повысить мотивацию к занятиям физической культурой и двигательной активностью в целом, развивая интеллектуальные и физические способности.

Список литературы

1. Бернштейн Н.А. О построении движений. – М.: Медицина, 1947. – 165 с
2. Божович Л.И., Проблемы формирования личности: избранные психологические труды. / Под ред. Д.И.Фельдштейна // Акад. пед. и соц. наук; Моск. психол. соц. ин-т, М., Ин-т практической психологии, Воронеж, НПО «МОДЭК», 1995. – 349 с.
3. Выготский Л.С. Игра и ее роль в развитии ребенка // Вопросы философии. – № 6. – 1966. – 65 с.
4. Комков А.Г., Антипова Е.В. Формирование физической активности детей и подростков как социально-педагогическая проблема // Теория и практика физической культуры – 2003. – № 3. – С. 5-8.
5. Рыбалко Е.Ф. Возрастная и дифференциальная психология. / Учебное пособие ЛГУ. Л.: Изд-во ЛГУ, 1990. – 252 с.
6. Особенности мотивации к физкультурной деятельности у детей разного возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://sheblov8.narod.ru/fm/prd_2.html