

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Батанцев Николай Иванович

аспирант

ФГБОУ ВПО «Югорский государственный университет»
г. Ханты-Мансийск, ХМАО – Югра

ПРОБЛЕМА ГАРМОНИЗАЦИИ УМСТВЕННОГО И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

Аннотация: в данной статье рассматриваются особенности физического и умственного развития детей дошкольного возраста, создающие предпосылки для его гармоничного развития. Исследуется, как на практике организован процесс гармонизации. Анализируются подходы к решению данной проблемы.

Ключевые слова: гармоничность развития личности, гармония, физический компонент развития, умственный компонент развития, дети дошкольного возраста.

Педагогическая наука на протяжении своего существования при постановке цели чаще всего опирается на гармонизацию развития личности. Гармоничное развитие личности – ведущая цель системы отечественного образования и воспитания, направляющая ее на создание условий для всестороннего целостного непротиворечивого развития личности учащегося. Гармоничное развитие личности – это согласованное, взаимно обусловленное развитие духовных, душевных и физических сил и способностей, это воспитание человека, способного жить в ладу самим с собой, с природой, с обществом [2].

В основе проблемы гармонизации развития лежит само представление о понятии гармония.

К.Д. Чермит с соавторами, (1992) дают определение понятию «гармония» как состоянию системы, при котором проявляются согласие, соразмерность и

уравновешенность. Это состояние целостной динамической системы, обеспечиваемой взаимосвязью симметрии и ритма, при котором движение к новому состоянию осуществляется посредством сохранения достижений предыдущего состояния.

В энциклопедическом словаре, (2004) «гармония» (от греч. *harmonia* – связь, стройность, соразмерность) – соразмерность частей, слияние различных компонентов в единое органическое целое [1]. Гармония с точки зрения социологии – это соответствие, бесконфликтное сосуществование всех элементов социальной общности [22].

Развитие с точки зрения теории физического воспитания – это процесс количественных и качественных изменений в организме. Его результат – физическое, интеллектуальное, социальное, духовное развитие человека. Биологическое в человеке характеризуется физическим развитием, включая морфологические, биохимические, физиологические изменения. А духовное развитие находит выражение в интеллектуальном, социальном росте.

Развитие человека – сложный, длительный и противоречивый процесс. Изменения в организме происходят на протяжении всей жизни, но особенно интенсивно изменяются физические данные и духовный мир человека в детском и юношеском возрасте.

В дошкольном возрасте (от трех до семи лет) у ребенка возрастает потребность в движениях, развивается моторная память, появляется согласованность, слитность, четкость движений; вся двигательная деятельность становится более осознанной, целенаправленной и самостоятельной; повышается физическая и умственная работоспособность.

В качестве закономерностей развития дошкольника можно выделить смену форм мышления (наглядно-действенное – наглядно-образное – наглядно-словесное); развитие произвольности познавательных процессов; развитие эмоций, воли; формирование познавательных интересов как мотивов учебной деятельности; становление творческой игры как социальной школы ребенка [10].

Умственное воспитание дошкольников имеет свои специфические особенности и определяется как планомерное целенаправленное воздействие взрослых на умственное развитие детей с целью сообщения знаний, необходимых для разностороннего развития, адаптации к окружающей жизни, формирование на этой основе познавательных процессов, умения применить усвоенные знания в деятельности [11].

Исследователями доказано, что чем быстрее происходит развитие двигательной сферы, чем разнообразнее движения, тем активнее совершается освоение окружающего мира, тем больше информации поступает в мозг, следовательно, создаются предпосылки для раннего овладения речью и развития умственной сферы [4; 13; 14].

Таким образом, специально организованная двигательная деятельность, которая является основой физического воспитания, должна быть источником не только двигательного, но и умственного развития детей [3; 8; 21].

Отечественные исследователи при изучении возрастной динамики выявили, что возраст детей 5–6 лет является сенситивным в становлении мозговых механизмов, что имеет важное значение для их обучения.

И.К. Спирина, 2000 сделала вывод о том, что у дошкольников с возрастом усиливается взаимосвязь между показателями физической подготовленности и уровнем развития познавательных процессов [17].

В исследованиях (Н.И. Дворкиной, 2002) установлено, что наибольшее количество достоверных связей между показателями силовых и психических качеств отмечается у 3-х летних мальчиков и 5-летних девочек [6].

А.С. Дворкин, Ю.К. Чернышенко, (1997) доказали возможность повышения уровня развития психических процессов у детей 3–6 лет средствами физического воспитания. По мнению авторов, наиболее оптимальным для этого является возрастной период от 3 до 5 лет.

Л.П. Матвеев, 1991 утверждает, что физическое воспитание является органической составной частью системы комплексного формирования личности де-

тей дошкольного возраста. Однако «физическое развитие» обозначает совокупность некоторых морфофункциональных признаков, которые характеризуют в основном конституцию организма и выявляются посредством антропометрических и биохимических измерений (показатели роста, веса, окружности груди, жизненной емкости легких, состояние осанки, изгиб позвоночника, измерение свода стопы, динамометрия, становая сила и другие).

В более широком смысле слова физическое развитие предполагает развитие психофизических качеств (быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости и т.д.) [19].

Физическое развитие создает необходимые условия для освоения ребенком новых форм общественного опыта в процессе воспитания и обучения.

За последние десятилетия был опубликован целый ряд современных научных работ, в которых процесс физического воспитания детей дошкольного возраста рассматривается в сопряженном развитии с их умственными способностями (Н.И. Дворкина, 2002; И.В. Стародубцева, 2004; И.В. Минникаева, 2009; О.С. Трофимова 2010 и др.).

Н.И. Дворкиной, (2002), разработана методика сопряженного развития физических качеств и психических процессов дошкольников 3–6 лет на основе дифференциации подвижных игр. Суть ее заключается в том, что в течение 25 учебных дней, последовательно, день за днем, дети выполняли специально подобранные подвижные игры, благодаря которым сопряжено и целенаправленно развивались, например, сила и память, сила и воображение, сила и восприятие, сила и внимание, сила и мышление. Затем, в последующие 25 дней, проделывалось тоже самое, но уже с другим физическим качеством. Таких 25-дневных этапов было пять, по числу исследуемых физических качеств. Перед началом и в конце каждого 25-дневного эксперимента дети выполняли контрольные упражнения с целью определения исходного и итогового состояния физической подготовленности и уровня развития психических процессов. Разработанная методика позволяет путем сопряженного воздействия укрепить здоровье, повысить физическую

подготовленность и совершенствовать психические возможности дошкольников [7].

И.В. Стародубцева, (2004) в структуру физкультурного занятия старших дошкольников, добавила предварительную часть, содержащую: упражнения умственной направленности, разбор схем, планов с целью их решения на занятии, выяснение задач предстоящего занятия, игры на внимание, восприятие, память. Задачей предварительной части является активация мыслительной деятельности. Подготовительная, основная и заключительная часть также решает определенные задачи и содержит игры и упражнения умственной направленности. Разработанная методика способствует повышению уровня логического и наглядно-образного мышления, внимания, восприятия, памяти. В связи с этим происходит быстрое, прочное, осознанное усвоение двигательных умений и формирование физических качеств [18].

И.В. Минникаева, (2009) разработала экспериментальную модель варьирования двигательной деятельности в которой физические нагрузки различной интенсивности и объема в двигательном режиме дня ДОУ планировались на основе учета следующих факторов: гигиенического фактора, фактора эмоционального благополучия, фактора динамики геомагнитной обстановки в Кузбасском регионе. Формы организованной двигательной деятельности в режиме дня дошкольников (утренняя гимнастика, физкультурная пауза, прогулка, секция) разделены по времени, с учетом вышеизложенных факторов. Также увеличили суммарный объем игр во всех формах занятий физической культурой, через варьирование подвижных игр и игровых заданий, различных по интенсивности. Разработанная модель способствовала большему физическому и интеллектуальному совершенствованию детей в сравнении с традиционным планированием двигательного режима дошкольного образовательного учреждения [15].

О.С. Трофимова, (2010) в режим дня дошкольников включила дополнительные 20 минутные занятия с использованием подвижных и сюжетно-ролевых игр, классифицированных по отношению к развитию физических способностей и различных видов мышления. В результате мальчики и девочки через год превзошли

половозрастные группы, а также произошло увеличение уровня развития физических способностей и видов мышления [20].

Несмотря на интенсивный поиск путей гармонизации умственного и физического развития, проблема применительно к образовательной области «Физическая культура» в дошкольных образовательных программах [9; 16] решается через приоритет физического компонента развития.

Таким образом, проведенный анализ показывает, что гармонизация – это соотношение умственного и физического в дошкольнике как сопряженного фактора развития личности. Гармонизация физического воспитания — это построение процесса таким образом, чтобы физическое и умственное развитие осуществлялось сопряженно. Процесс физического воспитания должен быть построен таким образом, чтобы оба компонента были задействованы и находились в оптимальном соотношении.

Анализ ряда научно-технических примеров реализации идеи гармонизации, показывает, что О.С. Трофимова, (2010), Н.И. Дворкина, (2002), предлагают сопрягать подвижные игры, классифицированные по преимущественному развитию физических качеств с видами мышления (О.С. Трофимова) и психическими процессами (Н.И. Дворкина).

Другой подход основан на связи двигательных действий с упражнениями умственной направленности, которые способствуют развитию видов мышления И.В. Стародубцева, (2004).

И.В. Минникаева, (2009) в решении задач гармонизации предлагает сопряженное развитие физических качеств и обучение двигательным действиям, через приоритетное использование игровой деятельности. Утверждается, что через игровую деятельность можно добиться эффективного развития основных психических процессов, таких как память, внимание, мышление, восприятие, воображение.

Список литературы

1. Большой энциклопедический словарь [Текст] / А.М. Прохоров [и др.]. -2-е изд., перераб. и доп. – М.: Большая Российская энциклопедия; Санкт-Петербург: Норинт, 2004. – 1456 с.
2. Безрукова В.С. Основы духовной культуры [Текст] / В.С. Безрукова. – Екатеринбург: Энциклопедический словарь педагога, 2000 – 937 с.
3. Барбашов С.В. Теоретико-методические основы личностно ориентированной технологии физкультурного образования школьников [Текст]: дис.... док. пед. наук: 13.00.04 / С.В. Барбашов. – Омск, 2000. – 389 с.
4. Выготский Л.С. Психология [Текст]: учеб. пособие / Л.С. Выготский. – М.: Эксмо-Пресс, 2000. – 1008 с.
5. Возрастные особенности развития психических процессов детей 3-6 лет средствами физического воспитания [Текст] / А.С. Дворкин [и др.] // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1997. – №2. – С. 32–34.
6. Дворкина Н.И. Взаимосвязь силовых и психических качеств дошкольников 3–6 лет [Текст] // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2002. – №4. – С. 7–11.
7. Дворкина Н.И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов у детей 3–6 лет [Текст]: дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.И. Дворкина. – Краснодар, 2002. – 186 с.
8. Запорожец А.В. Психология действия [Текст]: учеб. пособие / А.В. Запорожец. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. – 736 с.
9. Истоки: Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования [Текст] / Л.А. Парамонова [и др.]. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: ТЦ Сфера, 2011. – 320 с.
10. Козлова С.А. Дошкольная педагогика [Текст]: учеб. пособие / С.А. Козлова, Т.А. Куликова. – М.: Академия, 2000. – 416 с.

11. Козлова А.М. Дошкольное образование: Психолого-педагогическая практика [Текст]: учеб.-методич. пособие / А.М. Козлова, Е.В. Некифорова, Н.А. Скипинова; под. ред. А.М. Козловой. – М.: ЦГЛ, 2002. – 80 с.
12. Лобанова Е.А. Дошкольная педагогика [Текст]: учебно-методическое пособие / Е.А. Лобанова. – Балашов: Николаев, 2005. – 76 с.
13. Маланов С.В. Развитие умений и способностей у детей дошкольного возраста. Теоретические и методические материалы [Текст] / С.В. Маланов. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2001. – 160 с.
14. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество [Текст]: учебн. пособие для студ. вузов. – 7-е изд., стереотип. / В.С. Мухина. – М.: Академия, 2002. – 456 с.
15. Минникаева Н.В. Игровая деятельность в двигательном режиме дня старших дошкольников как средство формирования физической культуры личности [Текст]: дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / Н.В. Минникаева. – Омск, 2009. – 177 с.
16. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) [Текст] / Н.Е. Вераксы [и др.]. – 2-е изд., испр. – М.: Мозаика-Синтез, 2014. – 336 с.
17. Спирина А.К. Методика формирования физической готовности детей дошкольного возраста к обучению в школе [Текст]: автореф. дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.К. Спирина. – Волгоград, 2000. – 24 с.
18. Стародубцева И.В. Интеграция умственного и двигательного развития дошкольников 5–7 лет в процессе физического 5–7 лет в процессе физического воспитания [Текст]: дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.В. Стародубцева. – Тюмень, 2004. – 141 с.
19. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений. – 2-е изд., испр. / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2006. – 368 с.

20. Трофимова О.С. Интегрированное развитие физических способностей и мышления детей подготовительной к школе группы средствами игровой деятельности [Текст]: дис.... канд. пед. наук: 13.00.04 / О.С. Трофимова. – Краснодар, 2010. – 235 с.
21. Фарбер Д.А. Младший школьник: развитие мозга и познавательная деятельность. От 6 до 10 лет [Текст] / Д.А. Фарбер. – М.: Вентана–Графф, 2004. – 30 с.
22. Энциклопедия социологии, 2009 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://enc-dic.com/sociology/Garmonija-Socialnaja-1350.html>.