

Забродина Евгения Юрьевна

воспитатель

Серова Альфия Шамиловна

воспитатель

Уразляева Альбина Маратовна

воспитатель

АНО ДО «Планета детства «Лада» –

Д/С №194 «Капитошка»

г. Тольятти, Самарская область

ДВИГАТЕЛЬНАЯ СЕНСОРИКА КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА У ДОШКОЛЬНИКОВ К ФИЗКУЛЬТУРНЫМ ЗАНЯТИЯМ

Аннотация: в данной статье проанализировано понятие «двигательная сенсорика». В работе также описаны этапы двигательной сенсорики, которые способствуют развитию творческой двигательной активности дошкольников.

Ключевые слова: физическое развитие, двигательная сенсорика, творчество, фантазия, движения.

Двигательная сенсорика – это сенсорное развитие детей через движение. В дошкольный период детства продолжают формироваться и развиваться все анализаторы, поэтому сенсорное воспитание считается одним из приоритетных направлений в развитии ребенка. Мысль о наличии двигательного анализатора была высказана еще И.М. Сеченовым, который считал, что «мышечное чувство» не только усиливает все другие ощущения, но и объединяет их, является определяющим при развитии координации движений. Исследования В.М. Бехтерева, Д. Селми, Т.П. Хризман, М.И. Звонаревой доказывают значимость соматосенсорной системы организма, т.к. ее рецепторы расположены в коже, воспринимают прикосновение, давление, вибрацию, тепло, холод, боль, ученые определили, что в эту систему поступают сигналы от проприорецепторов, воспринимающих движение в суставах и мышцах. Поэтому наряду с развитием таких сенсорных систем организма, как зрительной, слуховой, вестибулярной, вкусовой,

обонятельной необходимо целенаправленно развивать и соматосенсорную. Из-за отсутствия притока сенсорной информации нервные клетки проекционной коры не развиваются. Для дошкольного возраста можно выделить девять этапов сенсорики, которые будут определять систему планирования основных видов движений и физических упражнений при проведении физкультурных занятий, утренних гимнастик, побудок после дневного сна и других форм проведения физкультурно-оздоровительной работы.

Этапы двигательной сенсорики

Этап 1 – развитие двигательной памяти у детей (многократное повторение одного и того же движения или комплекса упражнений, не меняя своего положения в пространстве).

Этап 2 – обострение мышечного чувства (выполнение отдельных упражнений с закрытыми глазами): стойка на одной ноге с закрытыми глазами; стойка на одной ноге с закрытыми глазами после предварительного выполнения поворотов.

Этап 3 – развитие чувства равновесия (после полного освоения движения или комплекса дети выполняют его на ограниченной площади опоры – кубик, дощечка): для младших дошкольников используются предметы шириной на уровне плеч ребенка и не выше 5 см от пола; для старших дошкольников подбирают предметы не выше 10 см от пола, так, чтобы вся стопа находилась на поверхности дощечки или кубика.

Этап 4 – развитие чувства правильного положения тела (способствует формированию правильной осанки и укреплению мышц спины) – выполнение упражнений и комплексов с мешочком на голове (вес мешочка определяется возрастом ребенка).

Этап 5 – развитие чувства пространства (выполнение упражнений и комплексов с предметами разного размера и веса): с мелкими предметами (мячами, кольцами, игрушками, кубиками, гантелями, кистевыми эспандерами и т. д.) в каждой руке; со средними предметами (физкультурное и спортивное

оборудование подходящего, т.е. среднего размера); большими предметами (мячами, палками, обручами).

Этап 6 – развитие чувства пространственно-временных характеристик (выполнение упражнений и комплексов под музыку в разном темпе): разучивание упражнений и комплексов в медленном темпе; выполнение движений с постепенным ускорением; выработка навыка быстрого реагирования на изменения темпа, выполнение движений под музыку в меняющемся темпе.

Этап 7 – развитие пространственной ориентации – выполнение упражнений и комплексов: в ходьбе, в беге, в положении сидя, лежа на животе, лежа на боку.

Этап 8 – развитие чувства координации – выполнение упражнений и комплексов: сидя с предметами; лежа с предметами; стоя с мешочком на голове и с предметом; стоя на ограниченной площади с предметом; в ходьбе с предметом; в беге с предметом.

Этап 9 развитие творчества (конструирование движений) – на основе знакомых движений ребенок создает движение: придумывание движений с опорой на метод «эмпатии», «аналогии»; выполнение одного и того же движения под музыку с разным темпом придумывание движений с опорой на метод «фантазирования».

Такой подход позволяет ребенку осознанно выполнять упражнения, так как они ему хорошо знакомы, повышает общий эмоциональный настрой детей, вызывает интерес к физической культуре, и позволяет дошкольнику проявить творчество в самостоятельной двигательной деятельности.

Список литературы

1. Бочарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: пособие для родителей и воспитателей. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Аркти, 2003. – 94 с.
2. Кузнецова С.В. Двигательная сенсорика как средство повышения интереса у дошкольников к физкультурным занятиям [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://seluk.ru/zdorove/277628-22-aktualnie-problemi-sovremennogo-obra>

[zovaniya-opit-innovacii-materiali-3-y-nauchno-prakticheskoy-konferencii-zao.php](https://interactive-plus.ru/zovaniya-opit-innovacii-materiali-3-y-nauchno-prakticheskoy-konferencii-zao.php)

(дата обращения: 16.01.2019).