

Мишурова Ольга Николаевна

инструктор по физической культуре
МБДОУ «Д/С №32 «Дружные ребята»
г. Старый Оскол, Белгородская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ МЕТОДОВ И ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЕ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** автор статьи отмечает, что саморегуляция в двигательной сфере – ключевой компонент общего развития ребенка, обеспечивающий управление мышечными навыками, координацию движений, умение сохранять внимание и контроль во время выполнения физических заданий. Подчеркивается, что в условиях современного образования важно внедрять инновационные методы, которые стимулируют развитие этих навыков.*

***Ключевые слова:** двигательная саморегуляция, методы и подходы, игровая деятельность, интерактивные технологии.*

Двигательная саморегуляция включает осознание ребенком своих движений, контроль за ними и коррекцию при необходимости. Развитие саморегуляции связано с усвоением моторных навыков, их автоматизацией и осознанностью.

Игровая деятельность является ключевым инструментом в развитии двигательной саморегуляции у детей дошкольного возраста. Игры способствуют формированию навыков контроля за собственными движениями, внимания, концентрации и умения планировать действия.

Игровые методики и моторные практики включают использование специально разработанных игр и упражнений, направленных на развитие внимания, концентрации и планирования движений; сенсорные игры, направленные на развитие тактильных, кинестетических и равновесных ощущений; моторные задания с элементами моделирования с использованием специальных упражнений, имитирующих различные движения и действия, способствующих развитию моторной памяти и самоконтроля; игры на развитие планирования и

последовательных движений; подвижные игры, предполагающие работу с командами и взаимодействие; интеграция элементов сюжета и драматизации – использование элементов приключенческих игр и движущихся сказок.

Таблица 1

Методы игровых практик и рекомендации по их внедрению
в образовательную среду

Ключевые области игр	Описание методов	Цели и развиваемые навыки	Рекомендации по внедрению
Сенсомоторные игры	Прыжки, катание мячей, игры с песком и водой	Координация, баланс, тактильное восприятие	Регулярное включение в ежедневные занятия, использование различных материалов
Моторные задания с моделированием	Формирование поз, обход препятствий, ловля и удержание мячей	Контроль за движением, осознанность, самоорганизация	Использовать в подгрупповых и индивидуальных занятиях, вариации сложности
Игры на планирование и последовательность	Лабиринты, гонки с препятствиями, повтор движений	Внимание, память, планирование, саморегуляция	Вводить игровые сценарии с усложнением, поощрять самостоятельное выполнение
Игры на командную работу и взаимодействие	Эстафеты, «Классики», игра «Море волнуется», командные эстафеты	Социальное взаимодействие, регуляция эмоций, согласованность движений	Создавать условия для совместных игр, поощрять взаимопомощь и согласованность действий
Движущиеся объекты и движущиеся сказки	«Путешествие», «Спасатели», движущиеся сказки, драматизации	Воображение, эмоциональная регуляция, моторика	Использовать сюжетные игры, включать в занятие, стимулирующие воображение и моторику

Для эффективного внедрения игровых практик важна регулярность – не менее 2–3 раз в неделю; разнообразие – использование разных видов игр для комплексного развития навыков; учет возрастных особенностей – подбор игр по уровню развития и индивидуальным интересам детей; интеграция – включение

игр в ежедневный распорядок, связывая их с образовательными задачами; обратная связь – постоянное наблюдение и коррекция сложности игр.

Интерактивные технологии и цифровые ресурсы так же помогают в развитии двигательной саморегуляции. Применение программ и приложений для развития моторики у дошкольников, предлагающих задания на выполнение повторяющихся движений, переключение внимания и управление импульсами, которые позволяют тренировать координацию, баланс и осознанность движений через игровые сценарии.

Современные методы и технологии предоставляют широкие возможности для развития двигательной саморегуляции у старших дошкольников. Их интеграция в образовательный процесс способствует не только улучшению моторных навыков, но и формированию важнейших личностных качеств, что в конечном итоге влияет на успешность дальнейшего обучения и социализации ребенка.

Список литературы

1. Давыдов В.В. Теория и практика развития двигательной активности детей / В.В. Давыдов. – СПб.: Питер, 2019.
2. Иванова О.А. Цифровые образовательные технологии в раннем возрасте: возможности и перспективы / О.А. Иванова // Вестник педагогики. – 2020. – №2.
3. Корчагина Ю.Л. Развитие моторной деятельности у дошкольников / Ю.Л. Корчагина. – М.: Просвещение, 2017.
4. Петрова Н.А. Сенсорная интеграция и развитие моторных навыков у детей дошкольного возраста / Н.А. Петрова. – М.: Наука, 2021.