

Тунгулова Арина Александровна

студентка

Научный руководитель

Сурина Ольга Александровна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ТЕЛЕСНОЙ И ПРЕДМЕТНОЙ ЛОВКОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье рассматривается проблема развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста. На основе анализа данных, полученных на констатирующем этапе педагогического эксперимента, выделяются особенности развития телесной и предметной ловкости у детей 5–6 лет.

Ключевые слова: предметная ловкость, телесная ловкость, особенности развития ловкости, дети, старший дошкольный возраст, физические качества.

Как известно, 2026 год объявлен годом дошкольного образования, что подтверждает значимость дошкольного возраста и внимание государства к этому этапу детства. В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, одной из важнейших образовательных областей, по которым осуществляется работа с детьми, является «физическое развитие». Физическое развитие направлено на охрану и укрепление здоровья детей, предполагает создание условий для приобретения ими опыта в двигательной деятельности, включает правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики [5].

Как отмечают Н.А. Бернштейн, Е.Н. Вавилова, А.В. Кенеман, П.Ф. Лесгафт, Т.И. Осокина, Э.Я. Степаненкова и др., для дошкольного возраста характерно интенсивное физическое и личностное развитие. В это время начи-

нают закладываться основы, которые определяют уровень физической подготовленности ребенка. По мнению ученых, старший дошкольный возраст является сенситивным периодом развития двигательных способностей и физических качеств, определяющих индивидуальный уровень физических возможностей человека.

Развитие двигательных функций и умения управлять своими движениями в значительной степени обеспечивает такое физическое качество, как ловкость. В.И. Лях называет ловкостью способность овладевать сложными движениями, быстро и точно перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки [2].

Т.И. Осокина указывает, что ловкость зависит от деятельности анализаторов (прежде всего двигательного), а также от пластичности центральной нервной системы [3].

Следует отметить, что ловкость – одно из самых сложных физических качеств. Наиболее полное и основательное исследование проблемы ловкости принадлежит Н.А. Бернштейну. Он представил всесторонний анализ ловкости и определил её особое место среди других качеств индивида, называя ловкость не психофизиологическим качеством, а способностью. В его работах рассматриваются две категории (разряда) ловкости: 1) физическая ловкость (телесная ловкость); 2) ручная ловкость (предметная ловкость, мелкая моторика).

Под телесной ловкостью автор понимает ловкость, проявляемую в упражнениях и движениях, связанных со сменой позы. Предметная ловкость определяется как разряд ловкости, который проявляется в действиях и манипуляциях с предметами [1].

С.Ю. Федорова считает главными характеристиками ловкости пространство и время. С учетом этих характеристик, автор выделяет три степени ловкости. Первая степень определяется пространственной точностью и координированностью движений. При этом скорость их выполнения не имеет ценности. Вторая степень ловкости отличается узкой пространственной точностью и тонкой пространственной координацией, которые могут осуществляться в короткие

сроки. Третья, высшая степень ловкости, имеет место быть уже не в обычных, а в переменных условиях. Характеристикой этого высочайшего проявления ловкости является то меньшее время, которое нужно для нахождения и четкого исполнения подходящего ответного деяния при непредвиденной смене критерия работы [6].

С целью определения уровня развития разрядов ловкости у детей 5–6 лет было проведено экспериментальное исследование на базе МБДОУ «Детский сад №130» «Улап» г. Чебоксары. В нём приняли участие 18 детей из старшей группы «Почемучки» и 21 ребёнок из старшей группы «Солнечные лучики». На констатирующем этапе педагогического эксперимента осуществлялось выявление особенностей развития телесной и предметной ловкости у детей старшего дошкольного возраста с использованием методики М.А. Руновой, основанной на методе наблюдения и тестовых испытаниях: челночный бег, подбрасывание и ловля мяча [4].

Для изучения уровня развития телесной ловкости у детей 5–6 лет, мы использовали методику «Челночный бег 3×10 м». В ходе диагностирования определялась способность испытуемых быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Как показал анализ полученных данных, более половины детей (54%) продемонстрировали средний уровень развития телесной ловкости. Преодолевая 10-метровую дистанцию, некоторые дошкольники нарушали инструкцию, задевали кубики, снижали темп бега при необходимости перестроить направление движения. У многих воспитанников были выявлены неустойчивые скоростные параметры, отсутствие ритмичности в беге, согласованности в движениях конечностей.

Для определения уровня развития предметной ловкости у детей 5–6 лет, использовалась методика «Подбрасывание и ловля мяча». В ходе обследования выявлялась способность детей точно выполнять движения с мячом диаметром 15–20 см.

Проанализировав результаты обследования, мы пришли к выводу, что у большинства детей средний (42%) и низкий (36%) уровень развития предметной ловкости. Дошкольники подбрасывали мяч, но не сохраняли равновесие при его ловле. У многих воспитанников не наблюдалась согласованность движений рук и ног.

Таким образом, можно сделать заключение о недостаточном уровне развития телесной и предметной ловкости у обследованных детей 5–6 лет, что проявилось в избыточном количестве ориентировочных двигательных реакций и отсутствии способности четко и адекватно управлять движениями при выполнении предложенных заданий.

Список литературы

1. Бернштейн Н.А. О ловкости и её развитии / Н.А. Бернштейн. – М.: Физкультура и спорт (ФиС), 1991. – 288 с. – ISBN 5–278–00339–1.
2. Лях В.И. Координационные способности: теория и практика их развития / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 1994. – №4. – С. 28–33.
3. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1986. – 240 с.
4. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду (5–7 лет): пособие для педагогов дошкол. учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М.А. Рунова; Центр «Дошк. детство» им. А.В. Запорожца. – М.: Мозаика-Синтез, 2002. – 255 с. – ISBN 5–86775–057–4.
5. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 №30384).
6. Федорова С.Ю. Развитие двигательных способностей дошкольников / С.Ю. Федорова. – М.: Мозаика-Синтез, 2019. – 176 с. EDN YHXALO.