

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ФИТНЕС КЛУБЕ И БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ



Гвоздева Кристина Игоревна

Старший преподаватель Кафедры Физическое воспитание и спорт, Факультет базовых компетенций, Московский политехнический университет.

Аннотация: В статье проанализировано психолого-педагогическая направленность при занятиях физической культурой с детьми дошкольного возраста в фитнес клубе и бюджетном дошкольном учреждении.

Ключевые слова: Физическая культура, спорт, психолого-педагогическая направленность, дошкольное учреждение, фитнес клуб.

Abstract: The article analyzes the psychological and pedagogical orientation in physical education with children of preschool age in a fitness club and a budget preschool institution

Keywords: Physical culture, sports, psychological and pedagogical orientation, preschool, fitness club.

В настоящее время противоречие современного образования состоит в приоритете развития интеллектуальной сферы ребенка в ущерб его полноценного нравственного, художественного и физического развития. Единство обучения, воспитания и развития – сегодня данный принцип поддержания большинства педагогов, однако зачастую он остается лишь декларацией. В этой ситуации именно дополнительное образование, к которому можно отнести детский фитнес, может способствовать сокращению этого разрыва. Во-первых, дополнительное образование не зря называют образованием личностно-ориентированным: предмет, или сфера деятельности «приближается» к ребенку. Детям дают возможность определить собственный образовательный путь, означающий по сути, что педагог, приглашая ребенка включиться в ту или иную деятельность, обеспечивает ему условия реализации собственных интересов, развития индивидуальных способностей, которые отличаются от интересов его сверстников [5, 8].

Во-вторых, личностный подход в образовании и развитии ребенка подразумевает ориентацию на принципы гуманистической психологии:

1. создание психологического климата доверия между педагогом и воспитанником;
2. обеспечение сотрудничества в принятии решения между всеми участниками учебно-методического процесса;
3. актуализация мотивационного ресурса обучения;
4. помощь в личностном развитии ребенка [8].

Хореография является одним из наиболее привлекательных способов активизировать **психофизическое развитие детей – дошкольников**. При этом под хореографией в данном случае подразумевается не

только танец в него классическом варианте, прежде всего это инструмент для обучения умениям владеть своим телом. У детей трудно провести границу между интеллектуальным, сенсомоторным и когнитивным развитием. С помощью тела ребенок проживает образы, чувства, эмоции, когнитивную (познавательную) сферу и отражает «Образ мира» [2; 6; 8].

Детство – период, продолжающийся от новорожденности до полной социальной и, следовательно, психологической зрелости; это период становления ребенка полноценным членом человеческого общества. При этом продолжительность детства в первобытном обществе не равна продолжительности детства в эпоху средневековья или в наши дни [1].

Детство в первобытном обществе было коротким, в средневековье длилось дольше; детство современного ребенка еще больше растянулось во времени и наполнилось сложными видами деятельности. Продолжительность детства находится в прямой зависимости от уровня материальной и духовной культуры общества.

Этапы детства человека – продукт истории, и они столь же подвержены изменению, как и тысячи лет назад. Поэтому нельзя изучать детство ребенка и законы его становления вне развития человеческого общества и законов, определяющих его развитие. Исторически понятие детства связывается не с биологическим состоянием незрелости, а с определенным социальным статусом, с кругом прав и обязанностей, присущих этому периоду жизни, с набором доступных для него видов и форм деятельности [1, 3].

В контексте культурно-исторической психологии изучать детское развитие исторически – значит изучать переход ребенка от одной возрастной ступени к другой, изучать изменение его личности внутри каж-

дого возрастного периода, происходящее в конкретных исторических условиях [1].

Дошкольный возраст. Дошкольное детство – большой отрезок жизни ребенка. Этот возраст является прямым продолжением раннего возраста в плане общей сензитивности, осуществляемой неудержимостью онтогенетического потенциала к развитию. Это период овладения социальным пространством человеческих отношений через общение с близкими взрослыми, а также через игровые и реальные отношения со сверстниками [1, 2].

Условия жизни в это время стремительно расширяются: рамки семьи раздвигаются до пределов улицы, города, страны. Ребенок открывает для себя мир человеческих отношений, разных видов деятельности и общественных функций. Он испытывает сильное желание включиться во взрослую жизнь, активно в ней участвовать, что, конечно, ему еще недоступно. Он стремится к самостоятельности. Из этого противоречия рождается ролевая игра – самостоятельная деятельность детей, моделирующая жизнь взрослых [2].

Мышление в дошкольном возрасте характерно переходом от наглядно-действенного к наглядно-образному и в конце периода – к словесному мышлению. Основным видом мышления тем не менее является наглядно-образное, что соответствует репрезентативному интеллекту (мышлению в представлениях) по терминологии Жана Пиаже. Дошкольник образно мыслит, но еще не приобрел взрослой логики рассуждения. Решает мыслительные задачи в представлении, мышление становится вне ситуативным [7].

На умственное развитие ребенка дошкольного возраста постоянное влияние оказывают игровая ситуация и действия. Опыт игровых и реальных взаимоотношений ребенка в сюжетно-ролевой игре ложится в основу особого свойства мышления, позволяющего стать на точку зрения других людей, предвосхитить их будущее поведение и в зависимости от этого строить свое собственное поведение [6].

Самым важным личностным механизмом, формирующимся в дошкольном возрасте, считается соподчинение мотивов. Оно появляется в начале дошкольного возраста и затем последовательно развивается. Именно с этими изменениями в мотивационной сфере ребенка связывают начало становления его личности [1].

Уже в младшем дошкольном возрасте ребенок сравнительно легко может принять решение в ситуации выбора одного предмета из нескольких, не реагировать на привлекательный предмет. Это становится возможным благодаря более сильным мотивам, которые выполняют роль «ограничителей». Наиболее сильный мотив для дошкольника – поощрение, получение награды. Более слабый – наказание (в общении с детьми это в первую очередь исключение из игры), еще слабее – собственное обещание ребенка. Требовать от детей обещаний не только бесполезно, но и вредно, так как они не выполняются, а

ряд неисполненных заверений и клятв подкрепляет такие личностные черты, как необязательность и беспечность. Самым слабым оказывается прямое запрещение каких-то действий ребенка, не усиленное другими дополнительными мотивами, хотя как раз на запрет взрослые часто возлагают большие надежды [1; 6].

Регулировать свое поведение дошкольнику помогает образ другого человека (взрослого, других детей).

Сначала ребенку нужно, чтобы кто-то был рядом, контролировал его поведение, а оставшись один, он ведет себя более свободно, импульсивно. Затем, по мере развития плана представлений, он начинает сдерживаться при воображаемом контроле [6].

В дошкольном возрасте ребенок включается в новые системы отношений, новые виды деятельности. Появляются, соответственно, и новые мотивы, связанные с формирующейся самооценкой, самолюбием, мотивы достижения успеха, соревнования, соперничества; мотивы, связанные с усваивающимися моральными нормами, и некоторые другие. Особенно важны интерес к содержанию деятельности и мотивация достижения.

В этот период начинает складываться индивидуальная мотивационная система ребенка. Мотивы приобретают относительную устойчивость. Среди них выделяются доминирующие мотивы – преобладающие в формирующейся мотивационной иерархии [10].

Самосознание формируется к концу дошкольного возраста благодаря интенсивному интеллектуальному и личностному развитию, оно обычно считается центральным новообразованием дошкольного детства. Дошкольник осознает свои физические возможности, умения, нравственные качества [6].

На протяжении первых семи лет жизни ребенок проходит огромный путь физического и духовного развития. Рождаясь совершенно беспомощным существом, которое не в состоянии целесообразно действовать, ни говорить, ни мыслить, к концу дошкольного возраста он превращается в личность, обладающую сложным внутренним миром.

По биологическим и некоторым организационно-педагогическим признакам, связанным со структурой дошкольных учреждений дошкольный возраст подразделяется на периоды:

- от 1-10 дней (новорожденный) до 1-го года (грудной возраст), по организационно-педагогическим признакам – ранний дошкольный возраст;
- 2-3-ий год (раннее детство) по организационно-педагогическим признакам – младший дошкольный возраст;
- 4, 5, 6 год (первое детство) по организационно-педагогическим признакам – средний и младший возраст [4].

Возрастная периодизация детей отражает степени биологического развития, она облегча-

ет построение системы физического воспитания – определение конкретных задач, содержания, организационных форм, методов направления физической культуры. Дошкольный возраст отличается, с одной стороны, интенсивным ростом и развитием детского организма (так, за 1-й год жизни рост ребенка увеличивается на 50%, а к 7 годам – почти втрое), а с другой – незрелостью, низкой сопротивляемостью не благоприятного воздействия внешней среды. В связи с этим, как считают специалисты, важно повышать жизнеспособность организма процедурами закаливания [4].

В процессе групповых занятий физическими упражнениями решаются задачи по развитию ориентировки в пространстве и во времени, согласованности и координированности действий, точности и ритмичности движений, что обуславливает развитие ловкости.

Игровые занятия, связанные с необходимостью своевременно и быстро реагировать на разные сигналы, способствуют развитию быстроты двигательной реакции.

Поскольку детей дошкольного возраста приучают к правильной осанке, встает вопрос о необходимости развития мышечной силы и силовой выносливости. В данном случае время удержания позы постепенно увеличивается, чтоб способствует укреплению мышц живота и спины [4].

Важно использовать специальные упражнения для мышц стопы, от которых зависит формирование полноценного свода и успешное овладение жизненно важными естественными движениями. Для развития быстрой силы уместны кратковременные упражнения скоростно-силового напряжения (прыжки, метания) [4].

Воспитание общей выносливости становится предметом особой заботы в дошкольном возрасте. Объясняется это тем, что активные обменные процессы в организме ребенка ведут к повышению потребления кислорода (относительное потребление кислорода на единицу живой массы у дошкольников в 3 раза больше, чем у взрослых). В то же время небольшая мощность дыхательной системы (по ряду показателей в 10–20 раз меньше, чем у взрослых) не позволяет полноценно удовлетворять эти потребно-

сти [4, 9].

Таким образом, в процессе направленного использования физической культуры с учетом психологических и физиологических особенностей организма создаются благоприятные возможности для комплексного воздействия на дошкольников с целью всестороннего гармоничного формирования их личности.

Список литературы

1. Бланин А.А. Становление физических качеств дошкольников в зависимости от их двигательной активности и соматотипа. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата пед. наук. МГАФК – Малаховка, 2000, – 21с.
2. Гуськов С.И., Панков В.А. Женщина. Физическая активность. Здоровье. – М.: Полиграф Сервис, 2000. – 259 с.
3. Детский фитнес. М.: Бука, 2008 – 193 с.
4. Иванков Ч.Т. Методические основы теории физической культуры и спорта. – М.: «ИНСАН», 2005. – С. 100–119.
5. Лисицкая Т.С., Кувшинникова С.И. Социологический анализ доминирующих мотиваций занимающихся в фитнес-клубах // Теория и практика физической культуры. – 2004. – №2. – С. 38–42.
6. Смирнова Е.О. Детская психология. – М.: Владос, 2003. – 368 с.
7. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Издательский центр «Академия» 2001. – 368 с.
8. Усова О.В. Хореография: развитие психофизической культуры дошкольников. Дополнительное профессиональное образование в сфере физической культуры, спорта и туризма в условиях современной науки и практики // Составитель И.Д. Свищев. – М.: СпортАкадемПресс. – 2004. – С. 114–118.
9. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». – от 4 декабря 2007 г. N 329 – Российская газета от 08 декабря 2007.
10. Шебеко В.Н. и др. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: учебник для учащихся пед. колледжей и училищ. – Мн.: Университетское, 1998,. – 184с.