

ФОРМИРОВАНИЕ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ АЭРОБИКОЙ

*Неустроева Т.Н.
МБДОУ ЦРР „Чуораанчык“
Пугачева А.Ф.
ФГБОУ ВО ЧГИФКиС
Чурапча, Россия*

Аннотация. В статье рассматривается важность формирования самооценки детей старшего дошкольного возраста в процессе занятий аэробикой. Приведены результаты исследования изучения условий формирования адекватной самооценки дошкольников. Анализ влияния занятий кружка аэробикой на самооценку детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: аэробика, самооценка, дошкольный возраст

FORMATION OF SELF-ASSESSMENT OF CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGENCY IN THE PROCESS OF LESSONS WITH AEROBICS

*Neustroeva T.N.
MBDOU TsRR “Chuoraanchyk”
Pugacheva A.F.
FSBEI IN CHGIFKiS
Churapcha, Russia*

Abstract. The article discusses the importance of the formation of self-esteem of older preschool children in the process of aerobics. The results of a study of the conditions for the formation of an adequate self-esteem of preschool children. Analysis of the influence of aerobics classes on the self-esteem of older preschool children.

Keywords: aerobics, self-esteem, preschool age

Важность формирования самооценки детей обусловлена тем, что на современном этапе развития нашего общества возрастает роль общественно значимой активности личности, предполагающей ее высокую сознательность и требовательность как в отношении к другим людям, так и к самой себе.

В связи с этим необходимо проводить целенаправленную работу по формированию адекватной самооценки, охватывающую все сферы деятельности детей дошкольного возраста.

Данные положения обусловили актуальность изучения условий и путей развития самооценки детей старшего дошкольного возраста. Так как именно старший дошкольный возраст играет особую роль в личностном развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Аэробика, являясь универсальным средством развития личности ребенка, оказывая разностороннее воздействие на детский организм, может выступать как одно из эффективных средств формирования адекватной самооценки дошкольника. У детей, занимающихся аэробикой повышается: авторитет у сверстников, уверенность в себе.

Исследование проводилось в МБДОУ ЦРР «Чуораанчык». Исследования

состоят в изучении условий формирования адекватной самооценки дошкольников. В анализе влияния занятий кружка аэробикой на самооценку детей старшего дошкольного возраста.

В исследовании приняли участие 8 детей задействовавшие на занятия аэробикой и 8 не задействовавшие. Всего участвовали 16 воспитанников старшего дошкольного возраста.

Срок проведения исследования: с октября 2018г – март 2019г.

В качестве контрольной группы были выбраны 8 девочек 5-6 лет, воспитанники старшей группы детский сад «Чуораанчык» не занимающиеся на занятиях аэробикой. В качестве экспериментальной группы были выбраны 8 девочек 5-6 лет, воспитанники старшей группы детский сад «Чуораанчык» занимающиеся на занятиях аэробикой. Дети обеих групп, контрольной и экспериментальной по программе посещали занятия ритмики.

Нами была составлена программа занятий кружка аэробикой воспитанников старшей группы МБДОУ детского сада «Чуораанчык» с. Чурапча, Чурапчинского района со сроком исполнения: с октября 2015 по март 2016 гг. Программа рассчитана на девочек дошкольного возраста 5-6 лет. Программа состоит из пояснительной записки, условий реализации программы. Основной целевой установкой программы является: содействие всестороннему развитию личности детей старшего дошкольного возраста. Основной задачей - укрепление здоровья ребенка. Данная программа охватывает следующие частные задачи: оптимизация роста и развития опорно-двигательного; развитие и функциональное совершенствование органов дыхания кровообращения, сердечнососудистой, нервной систем организма; совершенствование психомоторных способностей: развитие мышечной силы, подвижности в различных суставах (гибкости), выносливости, скоростных, силовых и координационных способностей; содействие развитию чувства ритма, музыкального слуха памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой; оказание благотворного влияния музыки на психосоматическую сферу ребенка; формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев; содействие воспитанию умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении. Условиями реализации программного материала выступили: кружковая работа рассчитана на учебный год (октябрь-март); занятия проводятся 1 раз в неделю не более 30 минут; форма занятий - групповая, индивидуальная.

Анализ достоверности различий уровня самооценки детей контрольной группы (не занимающихся) и экспериментальной группы (занимающихся по программе занятий кружка аэробикой для воспитанников старшей группы МБДОУ детского сада «Чуораанчык» с. Чурапча, Чурапчинского улуса) до внедрения эксперимента и после внедрения эксперимента выявил следующие показатели:

- обе выборки, до внедрения эксперимента не отличались по всем

шкалам самооценки;

- после внедрения эксперимента наблюдались по следующим шкалам самооценки достоверные отличия: характере, авторитет у сверстников, внешности и уверенности в себе; и отсутствие различий по шкалам: умственные способности и умелые ручки.

Таким образом, результат исследования подтвердил гипотезу: аэробика, являясь универсальным средством развития личности ребенка, оказывая разностороннее воздействие на детский организм, может выступать как одно из эффективных средств формирования адекватной самооценки дошкольника. У детей, занимающихся аэробикой, адекватный уровень самооценки в таких аспектах, как внешность, характер, умственные способности, авторитет у сверстников, умелые руки, уверенность в себе, будут наблюдаться качественные и количественные отличия, чем у детей не занимающихся.

Литература

1. Авдулова Т.П., Особенности самооценки и склонность к конформизму у дошкольников [Электронный ресурс] / Т.П. Авдулова, О.В.Кузнецова // Психологические исследования: электрон. науч. журн. - 2008. №1. URL: <http://psystudy.ru>

2. Баршай, В. М. Гимнастика: учебник / Баршай В.М., Курьсь В.Н., Павлов И.Б. – М. : КНОРУС, 2013. - 312 с.

3. Гогунев Е.Н., МартьяновБ.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед.учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2002.

4. Карпенко, Л. А. Методика оценки и развития физических способностей у занимающихся художественной гимнастикой: учеб. пособие / Л. А. Карпенко, И. А. Винер, В. А. Сивицкий // ВФХГ, СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Москва, 2007.- 76 с.

5. Шестакова М.П., Аэробика. Теория и методика проведения занятий [Текст]: учебное пособие для студентов вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б. Мякинченко, М.П. Шестакова. - М. : Физкультура и спорт, 2002. - 123 с.