

Рапиева Татьяна Владимировна Инструктор по ФК МБОУ С(К) НШ-ДС №3
Нерюнгри/Нерюнгринский
Методический материал “Влияние физкультурно-оздоровительной деятельности образовательной организации и семьи на формирование субъектного опыта детей дошкольного возраста” (Обобщение опыта работы)

В старшем дошкольном возрасте возникают предпосылки развития детской субъектности. В этот возрастной период ребенок отделяет себя от взрослого и стремится к самопознанию, к открытию своей внутренней жизни, которая тесно связана и скоординирована с внешней деятельностью.

Существенные изменения претерпевает телесность ребенка, в эти годы начинается заметное накопление мышечной силы, увеличивается выносливость, растет подвижность. Старший дошкольный возраст - это период многообразного проявления двигательной активности ребенка, развития нервной системы, анатомического и функционального созревания мозга. Возросшие возможности составляют благоприятные основы для полноценного общего психического развития ребенка как субъекта.

Интересы старших дошкольников уже не ограничиваются окружающими предметами и явлениями, но распространяются на мир людей, их поступки, человеческие качества, отношения. Отличительной особенностью внеситуативно-личностного общения является «стремление к взаимопониманию и сопереживанию со взрослыми», а «в условиях взаимодействия со сверстниками возникает потребность в них, постепенно складывается детское сообщество» (М. И. Лисина).

В этом сообществе на физкультурных занятиях, в подвижных играх, спортивных досугах ребенок приобретает навыки поведения в коллективе, учится взаимопониманию, сотрудничеству, умению встать на позицию другого, взаимопомощи; складывается новая форма сознания: «Я - источник действий, стремлений, желаний».

Попеременно выполняя в воображаемых ситуациях различные функции взрослого человека в мире физической культуры и здоровья и сопоставляя их особенности с собственным субъектным опытом физкультурно-оздоровительной деятельности, ребенок начинает различать внешнюю и внутреннюю стороны жизни взрослых людей и своей собственной. Он открывает у себя наличие переживаний и начинает осмысленно ориентироваться в них, благодаря чему возникает новое отношение к самому себе.

Эти переживания обобщаются, на их основе развиваются чувства, происходит усвоение первичных этических норм поведения и формирование связанных с ними моральных переживаний, ребенок приобщается к истокам эмоциональной культуры человека.

По мнению В. И. Слободчикова, формирование произвольных действий и поступков у старшего дошкольника знаменует процесс возникновения нового типа поведения, который в полном смысле можно назвать субъектным.

В старшем возрасте происходит интенсивное освоение примеров взрослой жизни и формирование механизмов собственного субъектного поведения. Произвольными и управляемыми становятся процессы восприятия, памяти, внимания.

Дошкольник стремится по-своему классифицировать предметы и явления, найти в них общие признаки и выявить различия. Систематизация представлений, отнесение их к определенным категориям, осмысление общности и различий представляют собой те новые интеллектуальные задачи, которые стремится решить ребенок. Возникают начальные общие представления о природных и общественных явлениях, формируется прообраз мировоззрения.

Появляется новая форма речи – сообщение в виде монолога «Я-высказывания», рассказа о пережитом и увиденном, о замысле игры, о прослушанном рассказе, о взаимоотношениях со сверстниками, направленных на проявление своих достоинств, в том числе двигательных способностей – ловкости, силы, быстроты, гибкости, выносливости, функции равновесия.

Формируются новые функции речи - планирование и регулирование собственной деятельности. К концу старшего дошкольного возраста у детей развивается самооценка, содержание которой – качество умений, связанных с выполнением движений, появляются моральные свойства, основанные на подчинении или неподчинении правилам поведения.

Большое значение имеет открытие ребенком своих переживаний, а также осмысленная ориентировка в них, самооценка и осознание своих чувств в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, что составляет важную сторону самосознания старшего дошкольника. У ребенка формируется чувство собственного достоинства, он требует уважения к себе со стороны взрослых и сверстников.

Рассматривая процесс познания мира физической культуры и здоровья, можно выделить следующие направления, в которых идет накопление и развитие опыта детей:

- «Я человек»,
- «Я открываю мир движений»,
- «Я осваиваю гигиену и этикет»,
- «Я учусь правильно организовывать свою жизнь»,
- «Я учусь охранять свою жизнь и здоровье».

Исследования последних лет раскрыли принципиально новые возможности в усвоении социального опыта дошкольников. В связи с этим представляется важным исследовать роль физкультурно-оздоровительной деятельности в формировании субъектного опыта детей.

Основой любой деятельности является действие, но только в двигательной деятельности ребенок целенаправленно упражняется в разного рода действиях (сенсомоторных, локомоторных). В детской физкультурно-оздоровительной деятельности интегрируются результаты познания, приобретенные в процессе освоения мира физической культуры и здоровья, и навыки управления своими «живыми движениями», общение со взрослыми и сверстниками, развитие физического «Я» ребенка. Именно в этом кроется специфика детской физкультурно-оздоровительной деятельности, ее уникальность для развития личности в период детства.

Кроме того, детская физкультурно-оздоровительная деятельность имеет прогностический характер, что обеспечивает «зону ближайшего развития». Известно, что повседневная жизнь малыша требует выполнения культурно-гигиенических навыков, традиций ЗОЖ (ежедневных, еженедельных, ежегодных), то есть включает в реальные отношения с близкими (выполнение режима жизнедеятельности, питания, закаливания, двигательной активности и др.).

Отсутствие таких связей оказывается ущербным для личности и состояния ее здоровья. В физкультурно-оздоровительной деятельности детей возникает иной характер субъектных отношений со взрослыми и сверстниками, основанный на «ответственности за выполнение традиций ЗОЖ, что важно для освоения социальной позиции школьника, будущего субъекта учебной деятельности» (Т. И. Бабаева, Н. А. Ноткина, Г. И. Каменская и др.).

Теоретическое исследование проблемы обеспечило выделение ряда условий развития субъектного опыта ребенка в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Первым условием мы определили образовательную программу физического и валеологического развития детей «Азбука здоровья», ориентированную на целостное развитие, единый процесс социализации - индивидуализации в процессе приобщения к физической культуре как ценности на всех этапах детского онтогенеза.

Второе условие - это педагогическая технология «Будь здоров, дошкольник!», обеспечивающая освоение ребенком субъектной позиции в детской физкультурно-оздоровительной деятельности, ценностное отношение к самому себе, сверстникам, физической культуре.

Третьим условием явилось субъект-субъектное взаимодействие детского сада и семьи в приобщении ребенка к физкультурно-оздоровительной деятельности как деятельности особой значимости для здоровья и присвоения ценностей физической культуры.

Четвертым условием стала готовность педагогов к реализации образовательной программы и творческому конструированию педагогического процесса на основе субъект-субъектного взаимодействия.

Целенаправленное развитие функциональных возможностей детского организма обеспечивает повышение устойчивости дошкольников к неблагоприятным воздействиям. Забота о здоровье детей дошкольного возраста складывается из создания условий, способствующих благоприятному функционированию и развитию различных органов и систем, а также мер, направленных на активизацию и совершенствование физических возможностей воспитанников.

Однако формы и размеры тела, осанка, правильная и слаженная работа всех органов и систем организма во многом зависят от состояния мышечной системы, работоспособность которой связана с тренирующим воздействием физических упражнений. Дополнительный запас прочности и устойчивости детского организма к действиям внешних вредных факторов создается в процессе развития работоспособности под влиянием постоянного увеличения физиологических нагрузок.

Поэтому педагогическая технология развития ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности включает использование физических упражнений, направленных на формирование у дошкольников правильных двигательных умений и навыков, воспитание физических качеств и приобщение к физической культуре.

В старшем дошкольном возрасте возникают предпосылки для овладения качественными показателями осуществления двигательных действий, что повышает их оздоровительную направленность: правильная ходьба способствует формированию правильной осанки, мягкое приземление в прыжках позволит уберечь органы и системы от сотрясения, создает щадящий режим нагрузки для хрящевых тканей суставов и стопы. Тяжелый бег оказывает отрицательное влияние на различные органы, костную и мышечную системы. Если ребенок бежит тяжелым шагом, то при таких больших физических затратах значительно меньше будет пробегаемое

расстояние, а отсюда низкий тренирующий эффект сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Чем больше пробегаемое расстояние топающим тяжелым шагом, тем выше опасность принести вред здоровью занимающихся детей.

Усвоение техники выполнения движений первоначально происходит на специально организованных физкультурных занятиях. Но в связи с тем, что ребенок активно пользуется этими движениями в повседневной жизни, в самостоятельной деятельности, привычка действовать определенным образом успешно складывается только при тесном взаимодействии специалиста по физической культуре, воспитателей и семьи и при формировании субъектного опыта самого ребенка.

Процесс обучения движениям у старших дошкольников происходит, как правило, на разных стартовых возможностях, разном двигательном опыте воспитанников. Предпосылкой к наверстыванию упущенного является не увеличение практических действий, а обеспечение осознанного усвоения материала, включающего сообщение знаний о значимости составных элементов движения, их взаимосвязи, знакомство с закономерностями выполнения двигательных действий, раскрытие общих положений, характерных для группы однородных движений. Например, если дети поймут принципы устойчивости поз при разных постановах ног, то не будет необходимости объяснять исходное положение ног при метании большого предмета или при прыжках в длину с места. При разучивании этих движений создаются условия для фиксирования внимания обучающихся на главных новых элементах, их значимости в структуре физического упражнения. Понимание назначения определенных компонентов движения приводит к тому, что встречаясь с ними в других физических упражнениях, ребенок преднамеренно переносит усвоенные элементы в новое двигательное действие с меньшими затратами психических и физических усилий.

В технологии развития ребенка как субъекта содержание физических упражнений направлено не только на развитие тела ребенка, но и на формирование личности, такого системообразующего свойства, как самостоятельность.

Мысль вырабатывается только рассуждением, если же выводы и положения не складываются через усвоение отдельных составных частей, а преподносятся в готовом виде и приобретаются только памятью, то такой материал для детей остается поверхностным, не затрагивает глубинные процессы развития личности, не имеет значимости для использования в дальнейшей деятельности. Обучение позволяет выработать общие способы действия в разных движениях при решении определенных жизненных задач. Без соответствующего увеличения знаний, без развития наблюдательности в процессе выполнения всех элементов физкультурно-оздоровительной деятельности (от цели до результата) невозможна самостоятельность ребенка.

Знания о способах выполнения физкультурно-оздоровительной деятельности дают возможность детям быстрее овладевать двигательными действиями, достигать успеха не только за счет быстроты осуществления движений, которой обладают далеко не все дети, но и путем разумного выбора способов действия с учетом ситуации, что повышает заинтересованность и познавательную активность дошкольников.

Программный материал должен быть расположен таким образом, что бы каждое последующее задание основывалось на предыдущем или являлось вариантом разученного. Это дает возможность использовать слово не только для обозначения показанного, а широко применять в качестве источника новой информации. Разучивание многих общеразвивающих

упражнений может осуществляться только по слову с использованием точного обозначения направления, амплитуды, темпа, последовательности движений различными частями тела. Но для этого необходимо сформировать у детей произвольность внимания, умение на основе словесного описания составить образ выполняемого движения. Как правило, в сложившейся традиционной методике обучения двигательным действиям применяется показ и называние производимых движений. Но из двух источников информации ребенок обычно ориентируется на показ и не вникает в содержательную сторону указаний. Еще П. Ф. Лесгафт писал, что воспринимать движения по показу легче, по слову – труднее. Но если ребенок привыкнет действовать по показу, то его сложно перевести на обучение на основе вербальной инструкции. Поэтому в нашей педагогической технологии дети с раннего возраста учатся выполнять движения на основе объяснения, эмоциональной мотивации. Первоначально это связано с осуществлением знакомых двигательных действий на основании игровой мотивации. Затем педагог подводит к выполнению по слову новых движений, состоящих из знакомых элементов.

Известен следующий парадокс в обучении детей движениям: при изучении простых движений воспитатель пользуется показом, когда же упражнение трудное и взрослый показать не может, то обучение ведется по слову, а быстрота усвоения связана с четкостью, точностью и доступностью объяснения. Однако если ребенок привык учиться по показу, то создать образ выполняемого движения по слову он затрудняется, так как у него нет опыта формирования образов даже простых двигательных действий по слову.

Технология развития ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности позволяет широко использовать слово как источник новой информации, так как для усвоения новых физических упражнений подбираются подводящие упражнения, новые движения являются вариантами разученных или состоят из знакомых элементов.

Как правило, количество незнакомых элементов в новом движении ограничивается двумя-тремя, а новая связь, компоновка уже усвоенных элементов при обучении по слову устанавливается без особого труда. Чтобы раскрыть необходимость выполнения одного и того же движения разными способами, ребенок ставится в различные условия (например, устанавливается разная высота препятствия, в связи с чем подлезать приходится или по-пластунски, или на предплечьях и коленях, или на ладонях и коленях, или на ступнях без опоры на руки; при метании приходится действовать по-разному в зависимости от величины предмета, от местонахождения цели (горизонтальная, вертикальная, высоко, низко), от величины цели, ее удаленности, назначения броска. Обучение, основанное на использовании слова в качестве первоисточника, позволяет достигать осознанного усвоения материала и формирования умения приспосабливать двигательные действия к изменяющимся условиям. Конечный итог обучения физическим упражнениям нацелен не только на формирование тела, расширение функциональных возможностей детей, но и на развитие способности действовать в естественных условиях рациональным способом, экономно, эффективно.

Прочность овладения различными параметрами движения связана с многократными повторениями. Поэтому для развития различной координации движений, усвоения точной передачи пространственных ориентаций (вверх, вниз, вправо, влево, в стороны, вперед, назад) и их сочетаний при действии различными частями тела комплекс общеразвивающих упражнений разучивается на двух занятиях: они выполняют функцию подводящих упражнений, а затем переносятся для выполнения на утреннюю гимнастику. Так организуется система использования общеразвивающих упражнений. Основные движения, подвижные

игры, которые усваивают дети на физкультурных занятиях, затем закрепляются в естественных жизненных условиях на прогулках, экскурсиях, досугах.

Физическая нагрузка при выполнении упражнений подбирается с учетом состояния здоровья. В связи с тем, что в дошкольных учреждениях находятся практически здоровые дети, не имеющие абсолютных противопоказаний для занятий физическими упражнениями, то врач по результатам обследования выделяет 3 группы детей, которые распределяются по трем оздоровительным маршрутам.

Первая группа объединяет здоровых детей, не имеющих отклонений по всем избранным для оценки признакам здоровья, не болевших или редко болевших за период наблюдения, а также детей, имеющих в соответствии с характеризующими признаками здоровья незначительные единичные морфологические отклонения (аномалия ногтей, мало выраженная деформация ушной раковины и др.), не влияющие на состояние их здоровья и не требующие коррекции.

Вторую группу составляют здоровые дети, имеющие отягощенный биологический и социальный анамнез, некоторые функциональные и морфологические изменения, часто (четыре и более раз в году) или длительно болеющие острыми заболеваниями, а также здоровые дети с «риском» возникновения у них хронической патологии.

Третья группа объединяет больных детей с наличием хронических заболеваний или врожденной патологии в состоянии компенсации с редкими, нетяжелыми по характеру течения обострениями хронического заболевания без выраженного нарушения общего состояния и самочувствия, с редкими интеркуррентными заболеваниями (1–3 раза в год). Как правило, таких детей немного, что позволяет обеспечить индивидуальный или дифференцированный подход.

Врач в процессе динамического наблюдения может изменить группу здоровья ребенка или оставить ее прежней.

Достаточная двигательная активность дошкольников – важнейшее условие для растущего организма. Она может быть обеспечена совокупностью организованных форм работы по физическому воспитанию (проведение физкультурных занятий, подвижных игр, утренней гимнастики, индивидуальной работы) и самостоятельной двигательной деятельностью детей.