Козловская Е.Б.¹, Пацук О.В.²

Условия развития основных двигательных навыков

¹ Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева

² Сибирский государственный университет науки и технологий им. академика М.Ф.

Решетнева

(Россия, Красноярск)

doi: 10.18411/lj-10-2019-133

idsp: ljjournal-10-2019-133

Аннотация

Физическое воспитание детей представляет собой педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности ребенка в результате педагогических воздействий и самовоспитания. Особое значение здесь имеет развитие основных двигательных навыков у младших возрастных групп, в связи с чем актуальность приобретает изучение особенностей проведения занятий наиболее оптимальным образом позволяющих усваивать их и в дальнейшем использовать на практике.

Ключевые слова: физическая культура, двигательные навыки, развитие, детский возраст, физическое воспитание.

Abstract

Physical training of children is a pedagogical process directed to formation of physical culture of a child as a result of pedagogical influences and self-education. The particular importance here is development of basic movement skills in younger age groups in this connection the relevance is acquired by studying of features of training in the most optimum way allowing to acquire them and use in further practice.

Keywords: physical culture, movement skills, development, children's age, physical training.

Двигательные способности представляют собой комплекс морфологических и психофизиологических свойств человека, отвечающих требованиям какого-либо вида двигательной деятельности и обеспечивающих эффективность ее выполнения, в то время, как двигательный навык является оптимальной степенью владения техникой действия, характеризующейся автоматизированным, при минимальном контроле со стороны сознания управлением движениями, высокой прочностью и надежностью исполнения.

Развитие основных двигательных навыков является процессом улучшения степени владения техникой действия. При этом игра должна быть ведущей деятельностью в дошкольном возрасте, благодаря которой в психике ребенка происходят значительные изменения. Необходимо учитывать, что подвижная игра представляет собой доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение навыка движения. Поэтому игра является средством гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формированием положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния [1].

Наиболее распространенной, важной и доступной для детей дошкольного возраста является подвижная игра, в которой сознательно используются основные навыки движения. В подвижной игре педагогом применяются различные методические приемы: музыкальное сопровождение, стихи и потешки, наглядный показ, поощрение.

Ещё одним важным методом является воспитание инициативы и творчества, давать возможность ребенку на самостоятельную игру, в которой развивается двигательная самостоятельность. Следует учитывать, что уровень развития

двигательных способностей зависит от наследственных факторов и условий, в которых находится ребенок. При проведении подвижной игры необходимо опираться на физический уровень развития, физическую подготовленность и индивидуальные особенности детей [2].

Подвижные игры должны использоваться последовательно в течении занятия для постепенного развития и закрепления детьми основных двигательных навыков. Важно дифференцировать двигательные задания во время подвижной игры, так как это помогает усвоить движения, отработать индивидуально те моменты, которые не получаются.

Выделяется множество факторов, развивающих двигательных способностей детей 3-4 лет. Однако успех в освоении опорно-двигательных навыков напрямую зависит от развития физических качеств: быстроты, тестовым упражнением берется бег на дистанцию; силы, здесь выводы делаются по уровню развития скоростно-силовых способностей, тестом служит метание предмета, так же можно использовать прыжок в длину с места [3].

Сейчас большинство детей испытывают гипокинезию, то есть недостаточную двигательную активность организма, ниже нормы по возрасту, что приводит к таким функциональным нарушениям, как: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры; нарушение осанки; искривление позвоночника; плоскостопие; задержку возрастного развития таких качеств, как быстрота, ловкость, координация, сила, выносливость и гибкость [4].

Наличие гиподинамии подразумевает, что организм ребенка находится в статике, определенные группы мышц утомляются, это приводит к развитию нарушений обменных процессов, избыточному увеличению жировой ткани, снижению иммунитета, увеличению риска получить травму.

С учетом глобальной информатизации общества, цель физической культуры заключается в оздоровительном эффекте, что может достигаться путем выполнения аэробных движений: ходьба, бег, катание на коньках, велосипеде, плавание, спортивные игры – все те упражнения, которые активизируют деятельность сердечно-сосудистой системы. Физическая культура тогда дает эффект, когда соблюдаются гигиенические требования: режим труда и отдыха, правильное питание, количество сделанных шагов, санитарно-гигиенические нормы, предъявляемые к помещению и др. При нарушении режима приспособляемость организма к физическим нагрузкам ухудшается.

С учетом возрастных групп во время занятий важно давать детям ощущение мышечной радости. Также существуют оптимальные нормы двигательной активности ребенка, которые индивидуально надо учитывать при построении урока. Для выяснения динамики происходящих изменений, следует протоколировать особенности роста и физического развития ребенка. Исходя из этого, стоит планировать такой объем работы, который будет индивидуально соответствовать возможностям каждого обучающегося. Детям необходимо ежедневно повторять упражнения, направленные на развитие ловкости, силы, быстроты и выносливости, что приведет к развитию тренированности.

Очень важно также, при проведении занятий с детскими группами, учитывать правило постепенности: медленное усложнение физических нагрузок увеличивает функциональные резервы организма и вырабатывает выносливость, в то время как форсированное наращивание тренировочных нагрузок за небольшие промежутки времени приводит к срывам адаптационных возможностей ребенка, его переутомлению и перетренировке [5].

В детском фитнесе на тренировках для детей 3-5 лет преимущественно используется метод частичной регламентации, а именно, – игровой метод. Это

обусловлено психическими особенностями детей данного возраста: быстрая смена интереса, недолгая концентрация, различия физической формы и интереса к физическим упражнениям, время тренировки, психоэмоциональное состояние детей и др. Из методов строгой регламентации на каждом занятии должен использоваться метод по частям, так как перед воспроизведением двигательного навыка (разучивание/вспоминание/ закрепление) сначала используется подводящее упражнение (перед прыжками – пружиним коленями, перекатываемся с пятки на носок, соединяем оба этих упражнения, далее – прыжок). Целостный метод используется в играх, закрепляющих разученный двигательный навык.

С сентября 2018 по декабрь 2018 года было проведено анкетирование. Целью анкетирования было выявление отношения родителей к развитию опорно-двигательных навыков у ребенка, оценка степени осознанности системного подхода к развитию детей 3-5 лет. Системный подход заключался в рассмотрении совокупности показателей: делался ли массаж ребенку с рождения, занимался ли он гимнастикой в грудничковом возрасте, во сколько пошел на занятия по физическому развитию, как часто посещал тренировки.

По результатам анкетирования было выявлено, что 62% детей респондентов посещают занятия по физическому развитию на момент опроса. Большинство респондентов (39%) считают, что ребенку достаточно ходить на тренировки 3 раза в неделю. Ребенок может пропустить занятие с учетом его психоэмоционального состояния (вредничает, хныкает, не хочет идти, плачет), так считают 64% родителей. Готовы заниматься с ребенком дома 70% опрошенных. Могут посещать занятия с ребенком 77% взрослых. Практически всем детям делали массаж (91%) либо родители, либо специалист. Из них гимнастику делали 82% детей. Также были вопросы: занимался ли спортом кто-нибудь из родителей (76% ответили «да»); делались массаж и гимнастика родителям в грудничков возрасте (57% ответили «делали»).

Таким образом, планирование нагрузки и отдыха на занятиях должно проводиться с учетом функциональных, двигательных возможностей ребенка и его темперамента. Как показал опрос, большинство родителей стараются учитывать желания ребенка при посещении занятий по физическому развитию. При этом, они считают, что не все время следует уделять освоению двигательных навыков, а достаточно систематических 3 раз в неделю.

Следует учитывать и задачу родителей, которая заключается в том, чтобы не только научить детей выполнять определенные физические упражнения, но и дать им знания, сформировать необходимые практические навыки. Сознательные систематически выполняемые физические упражнения возможны, когда каждый член семьи обладает достаточной компетентностью в вопросах по физической культуре. Это же отражено в результатах анкетирования, так как больше половины родителей готовы заниматься с ребенком дома, следить за правильностью выполнения опорно-двигательных навыков, и готовы посещать занятия с ребенком. У опрошенных родителей выделяется достаточно высокая степень осознанности к систематическому гармоничному развитию своих детей.

1. Куйдина Т.А. Двигательная активность в жизни современного дошкольника / Т.А. Куйдина // Физкультурно-спортивное направление развития детей в дошкольной организации: опыт, проблемы, перспективы (Материалы Всероссийской научно-практической конференции 17 октября 2014 года г. Томск) – Под редакцией Рогуновой О.А. - 2014. - С. 193-200
2. Белая К.Ю. Комплексно-тематическое планирование и организация образовательного процесса в ДОО / К.Ю. Белая // Журнал «Из опыта работы». - 2015. - С. 44-47

3. Малкин В.Р. «Психологическая работа в детско-юношеской спортивной школе : [учебное пособие] / В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева ; [науч. Ред. В.Н. Люберцев] // М-во образования и науки Российской Федерации, Урал. Федер.ун-т - Екатеринбург : Изд-во Урал. Ун-та, 2016. - С.30-35
4. Karelina I.O. Features of Emotion perception by schematic pictures of facial expressions at preschool children // Scientific enquiry in the contemporary world: theoretical basics and innovative approach 7th edition : research article. - San Francisco, California : B & M Publishing, 2016. - P. 37-40
5. Захарова Л.М. Влияние физической активности на познавательное развитие детей старшего дошкольного возраста. / Л.М. Захарова, В.С. Захарова // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. - 2017. - Том 12 №1 - С. 136-143

Лащевская О.Л.

Современные технологии социализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

*Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет
(Россия, Челябинск)*

doi: 10.18411/lj-10-2019-134

idsp: ljjournal-10-2019-134

Аннотация

В статье рассматриваются проблемы социализации и социальной адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Выделены особенности социализации детей в современном информационном обществе. Представлены некоторые современные технологии, позволяющие детям-сиротам через деятельность в общественных детских объединениях развивать навыки общения и успешнее социализироваться и интегрироваться в общество.

Ключевые слова: дети-сироты, социализация, технологии, детские общественные объединения.

Abstract

The article considers the problems of socialization and social adaptation of orphans and children left without parental care. The features of socialization of children in the modern information society are highlighted. Some modern technologies are presented that allow orphans through activities in public children's associations to develop communication skills and to more successfully socialize and integrate into society.

Key words: orphans, socialization, technologies, children's public associations.

Социализация современных детей происходит в условиях продолжающейся трансформации общества, системы образования, института семьи. Свой отпечаток накладывает все возрастающая информатизация общественного пространства. Все эти изменения влияют, прежде всего, на детей. Особенно сильно они воздействуют на детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, социальный статус которых определяется словом «ничи» дети (П.Д. Павленок, 2009). Несмотря на усилия государства в лице социальных служб по устройству этих детей в семью, острота проблемы не снижается. Ежегодно вновь выявляется от 50 до 70 тысяч новых сирот, требующих к себе внимания и усилий по их социализации социальной адаптации. Большинство из них не имеют образцов, моделей поведения родителей, постоянно оказывающих своим детям эмоциональную поддержку, заботятся о физическом и психическом благополучии. Отсутствие родительского попечения сказывается на развитии детей. Исследователи фиксируют отклонения в здоровье, задержку физического и психического развития, признаки невротизации, невысокую социальную активность, несформированность навыков общения, умения контактировать с людьми, как в формальных, так и в неформальных ситуациях [1, 2, 3].

Проблема социализации современных детей, а в особенности детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, сохраняет актуальность в психолого-