

Методологические и практические аспекты физического воспитания детей дошкольного возраста в системе дополнительного образования

Т. В. Новикова

Кузбасский региональный институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, г. Кемерово

Аннотация. *В статье представлены результаты исследования процесса физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в системе дополнительного образования. Автор считает, что для решения вопросов здоровья населения необходимо начинать работу по формированию здорового образа жизни и повышению уровня физической подготовленности с дошкольного возраста. Именно в этот период закладываются основы дальнейшего развития личности. В статье автор сосредоточивает внимание на том, что система дополнительного образования является той важной составляющей, без которой на сегодняшний день невозможно решение вопросов физического воспитания подрастающего поколения. В результате проведённого автором исследования выявлено, что дети, вовлечённые в систему дополнительного образования, показывают более высокие результаты в развитии физических качеств и двигательных умений, по сравнению со своими сверстниками.*

Ключевые

слова:

дополнительное образование, методологические принципы, дошкольный возраст, физическое воспитание, здоровье, физические качества, двигательные умения.

Для цитирования: *Новикова Т. В. Методологические и практические аспекты физического воспитания детей дошкольного возраста в системе дополнительного образования // Педагогический ИМИДЖ. 2018. Т. 12. № 4 (41). С. 88–96.
DOI: 10.32343/2409-5052-2018-12-4-88-96*

Дата поступления
статьи в редакцию:
1 августа 2018 г.

Актуальность. К вопросам физического воспитания во все времена относились достаточно серьёзно как в общегосударственном масштабе, так и в отдельных образовательных учреждениях. Так, в настоящее время в Российской Федерации действуют Феде-

ральные законы «Об образовании в Российской Федерации», «О физической культуре и спорте», реализуются концепции развития дополнительного образования детей, долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации, внедрены федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования. Но в то же время проблема физического развития детей и, в свою очередь, проблема их заболеваемости остаётся острой и по сегодняшний день. Учёные, педагоги, медики разрабатывают современные технологии повышения уровня физической подготовленности детей, их двигательной активности, профилактики хронических заболеваний, формирования здорового образа жизни.

На наш взгляд, решение проблемы немыслимо без определения методологических аспектов физического воспитания детей, составляющих основу всего процесса физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста. Почему мы обратили внимание именно на дошкольный период в развитии ребёнка? Прежде всего, этот период является сензитивным в плане развития отдельных физических качеств и физических способностей, во-вторых, в это время у ребёнка закладывается фундамент поведения, образа жизни, привычек. И то, что мы «заложили» в ребёнка в это время, будет иметь большое значение в его дальнейшем развитии. Очень часто при рассмотрении проблемы физического воспитания детей обращают внимание на детей начальной школы, говоря о гиподинамии, увеличении нагрузок, об отсутствии необходимых двигательных режимов и т. п. Но обращается недостаточное внимание на то, что приходят дети в первый класс именно из детских садов, где и должны закладываться основы двигательных режимов, прививаться навыки здорового образа жизни, формироваться ценностное отношение к физической культуре и спорту. Ведь, по статистике, дети старшего дошкольного возраста уже имеют значительные отставания в физическом развитии и физической подготовленности [7, с. 42].

Поэтому и возникает противоречие между необходимостью физического воспитания и опытом решения задач физического воспитания на современном этапе развития общества, которое проявляется в ухудшении состояния здоровья, снижении уровня физической и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста.

Методы и организация исследования. Цель нашего исследования: выявить и обосновать методологические и практические аспекты физического воспитания детей дошкольного возраста в системе дополнительного образования.

Задачи:

1. Проанализировать научные методологические принципы и подходы к проблеме физического воспитания детей.
2. Рассмотреть особенности физического воспитания детей в системе дополнительного образования.
3. Разработать практические рекомендации по организации процесса физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, нормативных документов; мысленное моделирование, системный анализ; методы эмпирического исследования: сравнение, измерение, анкетирование, наблюдение.

Практическая значимость исследования заключается в простоте его внедре-

ния в образовательную деятельность любого учреждения дополнительного образования, а также в лёгкости модификации структуры и содержания в зависимости от особенностей учреждений, контингента обучающихся и имеющихся ресурсов.

Проанализировав научно-методическую литературу по изучаемой проблеме, мы определили основные научные подходы к решению вопроса физического воспитания детей дошкольного возраста.

Многие педагоги, психологи, философы обращали своё пристальное внимание на физическое воспитание детей разного возраста. Так, Н. К. Крупская рассматривала физическое воспитание детей как задачу первостепенной важности. А. В. Кенеман убедительно раскрывает важность формирования двигательной культуры с раннего детства, доказывая, что именно в физических упражнениях развивается подвижность нервных процессов. Именно А. В. Кенеман разрабатывает научную основу и значительно углубляет методические подходы к физическому воспитанию. А. И. Быкова, разрабатывая проблему развития движений дошкольников, обосновала и раскрыла процесс обучения детей движениям: его значение, содержание, организацию и методы. Она подчеркнула воспитывающий характер обучения, его своеобразие, которое она видит в тесной связи с игрой. Одной из первых работ по формированию двигательных навыков у детей является исследование Д. В. Хухлаевой, определившей значение соотношения методических приёмов обучения в формировании двигательных навыков у детей 6–7 лет [5; 6; 9].

Мы согласны с мнением Д. В. Хухлаевой о том, что отбор содержания материала для физического развития детей должен осуществляться на основе общих принципов физического воспитания.

1. Принцип развивающего обучения, который заключается в том, что предлагаемые упражнения должны опережать имеющийся уровень физического развития.

2. Принцип воспитывающего обучения предполагает во время обучения физическим качествам решение не только образовательных задач, но и воспитательных.

3. Принцип всесторонности обеспечивает проявление физических качеств в разнообразных видах деятельности.

4. Принцип систематичности обеспечивает определённую последовательность и взаимосвязь в содержании материала.

5. Принцип сознательности и активности детей. Данный принцип предполагает, что дети во время занятий физическими упражнениями должны проявлять сознательное отношение к ним, проявлять свою активность, что воспитывает их самостоятельность и обеспечивает прочность усвоения материала.

6. Принцип индивидуального подхода основывается на том, что необходимо учитывать разный уровень развития двигательных качеств у детей и проявлять дифференцированное отношение в подборе упражнений и заданий [5, с. 74].

Проанализировав разные подходы к физическому воспитанию детей, можно заключить, что физическое воспитание – это есть организованный педагогический процесс, направленный на разностороннее, морфологическое и функциональное совершенствование организма, развитие физических качеств, формирование двигательных навыков и умений.

Концептуальные направления физического воспитания детей дошкольного возраста способствуют уточнению теоретической базы воспитания детей в условиях дополнительного образования [4, с. 121]. Они опираются на следующие принципы:

- человек как целостное социобиологическое существо совершенствует своё интеллектуальное, гражданское, нравственное, практическое и физическое бытие;
- ребёнок потенциально способен осваивать ценности физической культуры и спорта;
- необходимо использовать все формы физической культуры и спорта как потенциал эффективного физического воспитания детей [1, с. 26].

Исследование проводилось на базе учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности Кемеровской области и дошкольных образовательных учреждений города Кемерово.

В эксперименте приняли участие 682 ребёнка в возрасте 6–7 лет.

Современный процесс физического воспитания детей дошкольного возраста как любое целостное педагогическое явление имеет не только цель и задачи, но и структуру, состоящую из целевого блока, организационно-содержательного и оценочно-результативного (см. таблицу).

Поскольку все элементы структуры отражают отдельные стороны одного процесса, который в целом един и лишь условно может рассматриваться с отдельной позиции, их взаимозависимость неоспорима [8, с. 25].

Таблица

Структура физического воспитания детей дошкольного возраста

Процесс физического воспитания детей дошкольного возраста		
Целевой блок	Организационно-содержательный блок	Оценочно-результативный
цель задачи принципы концептуальные подходы	управляющий компонент деятельностный компонент психолого-педагогические условия	критерии и показатели уровни
Результат: воспитание здорового, физически развитого, жизнерадостного ребёнка		

Целевой блок реализует прогностическую функцию, которая определяет ориентиры в организации физического воспитания детей дошкольного возраста в системе дополнительного образования.

Цель, задачи и основные принципы физического воспитания детей старшего дошкольного возраста мы рассмотрели выше, а сейчас рассмотрим основные концептуальные подходы. Мы считаем, что теоретико-методологической основой целевого блока в структуре физического воспитания детей является личностно-ориентированный и дифференцированный подходы, а также в свя-

зи с особенностями системы дополнительного образования – социально-педагогическая поддержка. Представленные подходы взаимодополняемы и помогают проводить комплексное решение проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста в учреждении дополнительного образования.

Сегодня система дополнительного образования располагает большими возможностями в раскрытии у ребёнка потенциальных возможностей и способностей, по сравнению с другими образовательными системами. В основе деятельности всей системы дополнительного образования лежит интерес ребёнка, который определяет содержание, формы, методы образования. Само дополнительное образование меняется в зависимости от потребностей и интересов детей, родителей, поэтому в учреждении дополнительного образования не только педагог влияет на развитие индивидуальности ребёнка, но и сама система.

Организационно-содержательный блок обеспечивает содержательное наполнение процесса физического воспитания детей старшего дошкольного возраста в учреждении дополнительного образования. Этот блок состоит из следующих компонентов: управляющий, деятельностный компоненты и психолого-педагогические условия.

Управляющий компонент включает в себя требования к программно-методическому обеспечению (образовательным программам, учебным материалам, электронным пособиям и т. п.); к профессиональной компетенции педагогов (к уровню их образования, к системе повышения квалификации, к уровню общей культуры и культуре речи); к материально-техническому обеспечению (спортивные залы, бассейны, спортивное оборудование, инвентарь и т. п.) и в целом к организации физического воспитания в учреждении дополнительного образования.

Деятельностный компонент включает в себя методы, средства, формы организации; программно-методическое наполнение процесса физического воспитания, а также систему взаимодействия с семьёй и дошкольным образовательным учреждением.

В связи с тем, что организация физического воспитания требует знаний не только его сущности и структуры, но и тех глубинных закономерностей, на основе которых должно осуществляться физическое воспитание, мы включили в структуру организационно-содержательного блока модуль «Психолого-педагогические условия», который определяет и направляет действия педагога на развитие физической активности детей и формирование опыта двигательной деятельности.

Оценочно-результативный блок структуры представляет собой совокупность определённых критериев, таких как физическая подготовленность, формирование знаний в области физической культуры, эмоционально-ценностное отношение детей к занятиям физической культурой, и следующих показателей: уровень физического развития и сформированность двигательных навыков; уровень освоения знаний; сформированность потребности в занятиях физической культурой, которые в целом позволяют определить степень достижения поставленной цели в воспитании здорового, жизнерадостного, физически развитого ребёнка.

Для эффективной реализации организационно-содержательной составляющей процесса физического воспитания нами была разработана и внедрена

программа «Шаги в спорт». Базовой частью программы мы определили игровые виды спорта (баскетбол, волейбол, футбол) с вариативной (оздоровительной, образовательной, тренировочной) направленностью. Во вспомогательную часть программы были выбраны следующие элементы двигательной активности: плавание, гимнастика, подвижные игры, эстафеты.

Таким образом мы решали вопросы развития основных физических качеств у детей дошкольного возраста: силы, ловкости, выносливости, быстроты, гибкости и координации.

В соответствии со структурой современного физического воспитания детей дошкольного возраста в учреждении дополнительного образования с помощью разработанной нами программы мы решали конкретные задачи.

На 1 этапе применялись средства, позволяющие решать оздоровительные задачи, которые направлены на снижение негативного воздействия умственного, физического и психического переутомления.

На 2 этапе решались образовательные задачи, которые были направлены на расширение личного опыта детей по применению на практике различных средств физической культуры. Воспитательно-образовательный процесс носил выраженный образовательно-тренировочный характер.

И конечно, на всех этапах обучения решались воспитательные задачи и предполагалось систематическое участие не только в воспитательно-образовательном процессе, но и в физкультурно-массовых мероприятиях и спортивных соревнованиях. Для снятия психоэмоционального напряжения с детьми проводились игры на развитие эмоционального интеллекта, сенсорики, использовались элементы психогимнастики.

Результаты и их обсуждение. Оценка эффективности реализации процесса физического воспитания проводилась на основании мониторинга физической подготовленности детей дошкольного возраста. Мониторинг состоял из 6 тестовых заданий: по определению уровня физических качеств (челночный бег, прыжок в длину с места, поднимание туловища в сед из положения лёжа) и степени сформированности двигательных навыков (метание теннисного мяча в цель, прыжки через скакалку, ведение мяча) [2, с. 116].

Выносливость. Результаты, которые мы получили на констатирующем этапе, показали, что и в экспериментальной группе, и в контрольной группе дети соответствовали низкому уровню развития выносливости в своей возрастной группе. На завершающем этапе исследования мы получили незначительный прирост в развитии этого физического качества: у экспериментальной группы на 7,68 %, у детей контрольной группы результаты практически не изменились.

Скоростно-силовые качества. Прирост этого показателя у экспериментальной группы составил 11,2 %, у контрольной – 4,2 %. Показатели развития данного качества у детей обусловлены теми содержательными аспектами, которые включены в программу «Шаги в спорт».

Сила. Исследование этого физического качества показало, что в результате проведённого эксперимента у детей контрольной группы прирост в показателях развития составил 3,8 %, а у экспериментальной группы – 12,4 %. В то время как на начальном этапе эксперимента у 2 групп показатели силы мышц живота были практически одинаковыми.

В нашем исследовании с целью определения уровня физической подготов-

ленности детей дошкольного возраста были проведены тестовые испытания на предмет сформированности двигательных навыков. У детей контрольной и экспериментальной групп мы оценивали сформированность таких двигательных навыков, как прыжки, метание и координационные способности.

Прыжки. Мы оценивали количество прыжков за 30 секунд. На констатирующем этапе мы определили, что такой навык, как прыжки, сформирован не у всех детей. Мы получили достаточно низкие показатели развития данного навыка как в контрольной, так и в экспериментальной группе.

После проведённого эксперимента на контрольном этапе нами была получена положительная динамика в темпе прироста двигательного навыка у экспериментальной группы – 9,1 %. В то время как у контрольной группы данный показатель практически не изменился.

Метание. Для детей дошкольного возраста достаточно сложный двигательный навык. Прирост этого показателя у детей контрольной группы составил 0,2 %, у детей экспериментальной группы – 6,8 %. Мы увидели, что к концу эксперимента показатель у экспериментальной группы значительно изменился, по сравнению с показателем у контрольной группы.

Координационные способности. В экспериментальной группе в результате проведённого эксперимента наблюдается положительная динамика этого показателя, прирост составил 10,2 %, а у детей контрольной группы этот показатель существенно не изменился.

Выводы. Таким образом, из проведённого исследования и полученных данных можно увидеть, что уровень физической подготовленности детей дошкольного возраста в экспериментальной группе достиг среднего уровня и значительно улучшился, по сравнению с исходными данными.

Поэтому можно с уверенностью утверждать, что разработанная нами программа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста в системе дополнительного образования является эффективной и может быть реализована в системе современного физического воспитания детей.

Проанализировав полученные в ходе эксперимента данные, а также организовав анкетирование педагогов, родителей и инструкторов физического воспитания дошкольных образовательных учреждений, мы пришли к выводу, что существует достаточное количество проблем и ещё не решённых задач в области физического воспитания детей дошкольного возраста. Поэтому в результате нашей работы нами были разработаны практические рекомендации по совершенствованию процесса физического воспитания детей дошкольного возраста:

- необходимо выработать единые подходы и требования к организации процесса физического воспитания детей дошкольного возраста как на уровне отдельного учреждения, так и на уровне региона в целом;
- повышать мотивацию у родителей к занятиям физической культурой и спортом;
- способствовать систематическим занятиям детей физической культурой, спортом; участие в физкультурно-спортивных мероприятиях;
- формировать ценностное отношение к здоровому образу жизни и осуществлять его пропаганду с дошкольного возраста;
- способствовать комплексному развитию качеств, определяющих индивидуальную физическую подготовленность человека;

– формировать все компоненты физической культуры: культуру здоровья, культуру телосложения и двигательную культуру.

Заключение. Таким образом, мы считаем, что поставленные задачи исследования в ходе работы были выполнены. Мы проанализировали методологические принципы и основные научные подходы к проблеме физического воспитания детей. Нами были рассмотрены особенности физического воспитания детей в системе дополнительного образования. Была внедрена в практику работы учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности общеобразовательная программа «Шаги в спорт» и проведено исследование физического воспитания детей дошкольного возраста в системе дополнительного образования. На основании полученных данных мы разработали практические рекомендации по организации процесса физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Безусловно, система дополнительного образования имеет свою специфику. Эта специфика связана не только с особенностями психолого-педагогического взаимодействия между педагогами и их воспитанниками, но и с тем, что современное дополнительное образование детей представлено двумя основными блоками: образовательным и культурно-досуговым [3]. Именно в рамках этих блоков осуществляется основная педагогическая деятельность педагогов и творческо-познавательная деятельность детей.

Список литературы

1. Варфоломеева З. С., Максимихина Е. В., Шивринская С. Е. Формирование физической культуры личности старших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания: теория и практика. М. : Флинта : Наука, 2012. 191 с.
2. Дарданова Н. А. Обновление физического воспитания старших дошкольников на этапе подготовки к школе // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2012. № 5 (87). С. 34–38.
3. Дейч Б. А., Кучеревская М. О. Дополнительное образование детей как профессиональная педагогическая деятельность : монография. Новосибирск : НГПУ, 2014. 148 с.
4. Качановский А. Ю. Становление физического воспитания в условиях дополнительного образования // Среднее профессиональное образование 2011. № 10. С. 64–65.
5. Кенеман, А. В., Хухлаева, Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М. : Просвещение, 1985. 272 с.
6. Крупская Н. К. О дошкольном воспитании : сборник статей и речей. М. : Просвещение, 1973. 288 с.
7. Пащенко Л. Г. Организация физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях. Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2014. 115 с.
8. Столяров В. И. Современная система физического воспитания (понятие, структура, методы). М. : Автор. 2013. 307 с.
9. Шебеко В. Н. Формирование личности ребёнка дошкольного возраста средствами физической культуры : автореф. дис. ... д-ра. пед. наук : 13.00.02. М. 2011. 50 с.

Methodological and Practical Aspects of Physical Education of Preschool Children in the System of Additional Education

T. V. Novikova

Kuzbass Regional Institute for Advanced Training and Retraining of Educators, Kemerovo

Abstract. *The article presents the results of the research of the process of senior preschool children physical education in the system of additional education. The author believes that to maintain people's health, it is necessary to start working on the formation of the healthy lifestyle and increasing the level of physical preparedness from preschool age, during this period the basis for the further development of the individual is laid. In the article the author focuses on the fact that additional education system is an important component, without which it is impossible to solve the problems of physical education of young generation today. As a result of the author's research, it was revealed that children involved in the supplementary education system show higher results in the development of physical qualities and motor skills, in comparison with their peers.*

Keywords: *additional education, methodological principles, preschool age, physical education, health, physical qualities, motor skills.*

**Новикова
Татьяна Валерьевна**

аспирант

*Кузбасский региональный
институт повышения
квалификации и переподготовки
работников образования*

*650070, г. Кемерово,
ул. Заузелкова, 3*

*тел.: +7(3842)611177
e-mail: novikovakem@mail.ru*

**Novikova
Tatiana Valerievna**

Postgraduate Student

*Kuzbass Regional Institute for
Advanced Training and Retraining of
Educators*

3 Zauzelkova St, Kemerovo, 650070

*тел.: +7(3842)611177
e-mail: novikovakem@mail.ru*