

На правах рукописи

Стародубцева Ирина Викторовна

**ИНТЕГРАЦИЯ УМСТВЕННОГО И ДВИГАТЕЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ 5-7 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

**13.00.04 – теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной
физической культуры**

**Автореферат диссертации на соискание учёной степени
кандидата педагогических наук**

Тюмень – 2004

Работа выполнена в государственном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Тюменский государственный университет»

Научный руководитель - доктор педагогических наук, профессор
Короткова Елена Анатольевна

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор
Рапорт Леонид Аронович,
кандидат педагогических наук, доцент
Шарманова Светлана Борисовна

Ведущая организация - государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»

Защита состоится 21 мая 2004 года в 10 часов на заседании диссертационного совета Д 212.274.01 при государственном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Тюменский государственный университет» по адресу: 625003, г.Тюмень, ул.Семакова, 10, ауд.211.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ГОУВПО «Тюменский государственный университет».

Автореферат разослан 19 апреля 2004 года.

Учёный секретарь
диссертационного совета

Строкова Т.А.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИССЕРТАЦИИ

Актуальность. Возросшие требования к будущим первоклассникам привели к увеличению объёма и интенсивности учебно-познавательной деятельности в детском саду. Нередко учебный процесс дошкольных образовательных учреждений (ДОУ) строится по типу школьного образования и перегружается дополнительными занятиями (иностранный язык, обучение чтению, письму). Это ведёт к увеличению учебной нагрузки, что, в свою очередь, наносит серьёзный ущерб личностному развитию и состоянию здоровья детей.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь около 10% среди контингента детей, поступающих в школу. Одной из причин резкого ухудшения здоровья подрастающего поколения являются несовершенство и низкий статус сложившейся системы физического воспитания детей, в основе которой отсутствует принцип единства психического и физического развития (С.Б.Шарманова, 1995; В.П.Озеров, 2002; А.А.Горелов и др., 2002).

Физическое воспитание традиционно рассматривается лишь как средство оптимизации физического статуса человека в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому развитию, чем заметно ограничиваются возможности целостного формирования личности (Л.П.Матвеев, 1997; Ю.М.Николаев, 1999). Недостаточная ясность механизмов реализации единовременного решения задач физического и духовного совершенствования, возвращает теоретиков и практиков к развитию в основном двигательной сферы учащихся (Ю.М. Николаев, 1999). При этом обращает на себя внимание стандартный набор средств физического воспитания и узконаправленный характер их использования (И.К.Спирина, 2000).

Вместе с тем, многочисленные исследования свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка (Л.С.Выготский, Ж.Пиаже, А.Валлон, М.М.Кольцова и др.) и наличии тесной связи между показателями физических и психических качеств у дошкольников (Г.А.Каданцева, 1993; А.С.Дворкин и Ю.К.Чернышенко, 1997; В.А.Баландин, 2000; Н.И.Дворкина, 2002; В.А.Пегов, 2000 и др.). Установлено, что отставание в умственном развитии приводит к отставанию в развитии физических качеств (Н.Сладкова, 1998; О.В.Решетняк и Т.А.Банникова, 2002). Доказано положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность (Н.Т.Терехова, 1989, А.В.Запорожец и др., 1980, А.П.Ерастова, 1989).

Несмотря на относительно полную теоретическую разработанность проблемы одновременного развития умственных и двигательных способностей детей в процессе физического воспитания, эти идеи не получили должного признания и широкого применения в дошкольных образовательных учреждениях. При анализе литературы мы обнаружили только несколько работ,

посвящённых практической реализации этого вопроса (И.К.Спирина, 2000; В.А.Баландин, 2001; И.Н.Селиверстова 2003; Ф.Р.Козицына, 2002).

Изложенные факты свидетельствуют о наличии **противоречия** между многочисленными теоретическими данными, подтверждающими тесную взаимосвязь двигательного и умственного развития детей, и недостаточностью методик их сопряжённого развития. Из противоречия вытекает **проблема** поиска средств и методов одновременного повышения уровня умственного и двигательного развития дошкольников в процессе физического воспитания. Это определило выбор **темы исследования**: «Интеграция умственного и двигательного развития дошкольников 5-7 лет в процессе физического воспитания».

Объект исследования – учебный процесс по физическому воспитанию, направленный на умственное и двигательное развитие детей 5-7 лет.

Предмет исследования – содержание, формы, методы и средства интегрированного умственного и двигательного развития старших дошкольников в процессе физического воспитания.

Цель исследования – разработать и экспериментально обосновать методику физического воспитания, интегрирующую умственное и двигательное развитие дошкольников 5-7 лет.

Гипотеза исследования: мы предположили, что умственное и двигательное развитие старших дошкольников в процессе физического воспитания будет наиболее успешным за счёт:

- избирательного сочетания средств физического воспитания и средств умственного развития;
- учёта половых особенностей детей 5-7 лет; организации части занятий отдельно для мальчиков и девочек; дифференцированного подхода к обучению двигательным действиям и развитию физических качеств;
- использования физических упражнений, способствующих усвоению системы элементарных знаний об окружающих предметах и явлениях, сенсорному развитию, повышению уровня развития познавательных процессов, становлению речи;
- оптимального сочетания практических, словесных и наглядных методов обучения для активизации мыслительной деятельности дошкольников при обучении двигательным действиям.

Задачи исследования:

1. Проанализировать по данным литературных источников содержание гармоничного формирования личности дошкольников на основе взаимосвязи их умственного и физического развития.

2. Изучить особенности умственного и двигательного развития мальчиков и девочек 5-7 лет.

3. Разработать содержание, формы, методы и средства интегрированного умственного и двигательного развития дошкольников 5-7 лет в процессе физического воспитания.

4. Экспериментально проверить эффективность разработанной методики по интегральным показателям умственного развития и физической подготовленности.

Научная новизна исследования состоит в том, что:

- процесс интеграции умственного и двигательного развития рассмотрен в контексте гармоничного формирования детей 5-7 лет в процессе физического воспитания, на основе взаимодействия упражнений направленных на развитие умственной и двигательной сфер дошкольников;

- в связи с введением в физическое воспитание задач умственного развития, обоснована четырёхэтапная структура физкультурного занятия с выделением предварительного этапа для активизации мыслительной деятельности занимающихся;

- выделены и охарактеризованы физические упражнения, прямо или опосредовано способствующие умственному и двигательному совершенствованию детей на физкультурном занятии, предложены приёмы их интеграции с дидактическими играми и упражнениями умственной направленности;

- обосновано акцентированное воздействие компонентов умственного и двигательного развития для мальчиков и девочек 5-7 лет на основе их взаимовлияния, так как у мальчиков к 6-7 годам наблюдается прирост физических качеств, характеризующих уровень физической подготовленности, а у девочек, - наоборот, прирост психических свойств, характеризующих уровень умственного развития.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что теория и методика физического воспитания дошкольников дополнена положениями о способах сопряжённого умственного и двигательного развития мальчиков и девочек 5-7 лет. В соответствии с целью конкретизированы задачи умственного и физического совершенствования старших дошкольников в процессе физического воспитания. Определено содержание учебной информации, направленной на повышение уровня умственного развития ребёнка в ходе двигательной деятельности на физкультурном занятии, что содействует осознанному овладению двигательными умениями и навыками. Информация представлена блоками: «Мой организм», «Мир движений», «Мир спортивных предметов».

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработана методика физического воспитания, интегрирующая умственное и двигательное развитие дошкольников 5-7 лет, в которой определено содержание учебного материала, позволяющее на основе взаимодействия решать задачи совершенствования двигательной сферы детей (укрепления здоровья, расширения запаса двигательных умений и навыков, становления физических качеств и общих координационных способностей) с задачами их умственного развития, характеризующегося фондом накопленных знаний, а также совокупностью мыслительных операций, обеспечивающих приобретение этих знаний. Разработаны рекомендации по сочетанию двигательных действий

с упражнениями умственной направленности. Подобран диагностический инструментарий, позволяющий определить эффективность сопряжённого двигательного и умственного развития старших дошкольников в процессе физического воспитания. Разработки могут быть использованы педагогическими работниками ДОУ и начального звена общеобразовательной школы, а также преподавателями в системах подготовки специалистов дошкольных образовательных учреждений при решении задач профессиональной компетентности педагогов.

Методологическую и теоретическую основу исследования составили: теории психического развития ребёнка (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, А.Валлон, Ж.Пиаже); концепция единства умственного и физического развития (П.Ф.Лесгафт); основные положения содержания и диагностики уровня умственного развития дошкольников (Л.А.Венгер, О.М.Дьяченко и др.); основные положения теории дидактических и психолого-педагогических исследований (В.И.Загвязинский, Р.А.Атаханов, М.Н.Скаткин, Б.А.Ашмарин); теория и методика физической культуры (Л.П.Матвеев и др.) и физического воспитания дошкольников (Д.В.Хухлаева, Т.И.Осокина, Э.Я.Степаненкова).

Решение поставленных задач достигалось путём использования комплекса **методов исследования**: теоретический анализ и обобщение научных данных, освещённых в литературных источниках; педагогические контрольные испытания; педагогические наблюдения; опытно-экспериментальная работа; индивидуальное и групповое тестирование; математико-статистический анализ результатов исследования.

Исследование проводилось в период с 1999 по 2003 год и состояло из четырёх этапов.

На первом этапе (1999 – 2000гг.) проводился анализ состояния проблемы исследования в науке и практике. Определялись цели, задачи, разрабатывалась гипотеза исследования.

На втором этапе (2000 – 2001гг.) изучался имеющийся в педагогике опыт воздействия на умственное развитие старших дошкольников, выявлялись возможности физических упражнений в качестве основного средства умственного развития дошкольников на физкультурных занятиях. Разрабатывалась экспериментальная методика и система интегральной оценки физической подготовленности детей 5-7 лет.

На третьем этапе (2001 – 2002гг.) на базе ДОУ №№ 10; 90 г.Тюмени велась опытно-экспериментальная проверка эффективности разработанной методики умственного развития дошкольников 5-7 лет в процессе физического воспитания.

На четвёртом этапе (2002-2003гг.) осуществлялось обобщение, статистическая обработка и описание результатов исследования, разрабатывались рекомендации по внедрению их в практику ДОУ.

На защиту выносятся положения о том, что интеграция умственного и двигательного развития дошкольников 5-7 лет, организованная на основе их взаимодействия в процессе физического воспитания:

- создаёт условия для овладения разными видами познавательных ориентировочных действий, лежащих в основе умственного развития старших дошкольников, прежде всего перцептивных (идентификации, отнесения к эталону, перцептивного моделирования) и мыслительных (действий наглядно-образного мышления, включающих построение схематизированных образов и их соотнесение с действительностью, и логического мышления, состоящего в выделении существенных параметров объектов и их соотнесении);

- способствует взаимному влиянию упражнений умственной направленности на развитие физических качеств и общих координационных способностей, определяющих уровень физической подготовленности детей, и физических упражнений на становление психических процессов, обуславливающих уровень умственного развития старших дошкольников;

- предполагает использование дифференцированного подхода и организации части занятий отдельно для мальчиков и девочек при обучении двигательным действиям и развитии физических качеств на физкультурных занятиях, что обосновывается половозрастными особенностями детей 5-7 лет (несовпадением пиков приростов показателей умственного развития и физической подготовленности мальчиков и девочек).

Достоверность полученных результатов и выводов обеспечивается реализацией основных положений методологии психолого-педагогического исследования (В.И.Загвязинский, Р.Атаханов, 2001); надёжностью исходных методологических положений, разработанных Л.С.Выготским, Ж.Пиаже, и др., длительностью экспериментальной работы, адекватностью комплекса методов цели и задачам исследования, надёжностью использованных диагностических методик, корректной математико-статистической обработкой материалов исследования.

Апробация результатов исследования. Основные положения диссертационного исследования, докладывались и обсуждались в рамках научно-практических конференций: всероссийских (Омск, 2001г., Тюмень, 2003г.); межрегиональных (Тюмень, 2000, 2002гг.); региональных (Тюмень, 2001, 2003гг.); на городских семинарах для инструкторов физического воспитания МДОУ; педагогических советах МДОУ №90.

Структура диссертации: диссертация состоит из введения, трёх глав, заключения, библиографического списка и приложений.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во **введении** аргументированы важность и актуальность темы диссертационного исследования; сформулированы цель, задачи, объект и предмет исследования; раскрыта её теоретическая и практическая значимость, что делает возможным оценить прикладные результаты научного исследования. В качестве положений выносимых на защиту обозначены основные результаты исследования; указаны формы апробации и внедрения результатов опытно-экспериментальной работы.

В **первой главе** *«Анализ состояния проблемы умственного развития в процессе физического воспитания дошкольников»* представлены исторические и теоретические предпосылки создания методики физического воспитания, интегрирующей умственное и двигательное развитие старших дошкольников.

В процессе теоретического исследования было выявлено, что при постановке целей воспитания педагогическая наука чаще всего обращается к образу «гармонично развитой личности». Тем не менее, однозначного определения этого понятия нам обнаружить не удалось. По мнению Ю.К.Бабанского (1988), гармоничное развитие личности означает оптимальную соотнесённость всех сторон воспитанности с учётом полной реализации её духовных, нравственных и физических возможностей. Согласно теории функциональных систем (академик П.К.Анохин), гармония достигается не только на основе связи и взаимодействия, но и на основе взаимосодействия. Мы понимаем под гармоничным развитием такое единство развития различных качеств личности, при котором происходит их взаимосодействие, в результате чего развитие каждого из этих качеств способствует эффективности развития другого.

Однако анализ литературы и практические наблюдения показывают, что зачастую различные направления воспитания осуществляются изолированно друг от друга, имеют свои специфические задачи и средства их решения. В частности, разобщённость умственного и физического воспитания наблюдается и при анализе современных образовательных программ для дошкольников. Физическое воспитание в них рассматривается как оздоровительный фактор, призванный решать специфические задачи улучшения физического статуса детей, а в перечне основных средств умственного воспитания дошкольников отсутствует организованная двигательная деятельность.

Таким образом, решение первой задачи исследования показало, что единство умственного и физического воспитания, являющееся ядром идеи о гармонично развитой личности, скорее носит декларативный характер и на практике не осуществляется.

Во **второй главе** *«Теоретическое обоснование методики физического воспитания, интегрирующей умственное и двигательное развитие дошкольников 5-7 лет»* обобщаются результаты различных исследований взаимосвязи двигательного и умственного развития детей, конкретизируются задачи физического воспитания старших дошкольников, определяются содержание, формы, методы, средства и виды контроля учебного процесса по физическому воспитанию, интегрирующего умственное и двигательное развитие детей 5-7 лет, приводятся варианты сочетания физических упражнений, используемых на физкультурных занятиях, с дидактическими играми и упражнениями.

Теоретическое изучение вопросов взаимосвязи показателей умственного развития и физического состояния показало, что, по мнению большинства учёных, уровень и темпы умственного развития во многом определяются степенью развития двигательной сферы ребёнка (Л.С.Выготский, Г.Доман,

С.В.Маланов и др.), а целенаправленное использование средств физического воспитания может повысить результативность отдельных показателей умственного развития детей без ущерба для их здоровья (И.К.Спирина, 2000; В.А.Баландин, 2001; Г.А.Каданцева, 1993). Однако данные факты не стали основополагающими для дошкольного физического воспитания и используются лишь в отдельных научно-методических разработках, не доступных большинству практических работников ДОУ.

Определив в качестве основной **цели** физического воспитания старших дошкольников, содействие гармоничному формированию их личности, мы обозначили два блока **задач** – *специфические*, суть которых заключается в обучении двигательным действиям, воспитании физических качеств, оздоровлении детей, и *общепедагогические*, предполагающие повышение уровня умственного развития дошкольников (через систему элементарных знаний в области физической культуры и в смежных областях; развитие познавательных процессов, активизацию мыслительной деятельности на основе двигательной активности; сенсорное развитие посредством физических упражнений с применением спортивно-игрового оборудования; становление речи, увеличение словарного запаса детей), воспитание личностных качеств, моральных ценностей, эстетической культуры.

Для эффективного решения этих задач традиционное **содержание** учебного процесса по физическому воспитанию, отражённое в типовой «Программе воспитания и обучения детей в детском саду» (под ред. М.А.Васильевой, 1987), было дополнено разделом учебной информации, представленной в виде блоков: «Мой организм»; «Мир движений»; «Мир спортивных предметов». Кроме того, внесено изменение в структуру физкультурного занятия, являющегося основной **формой** физкультурно-оздоровительной работы в детском саду. В дошкольной практике принята трёхэтапная структура физкультурного занятия, основанная на учёте физической работоспособности организма. Введение в физкультурное занятие задач умственного развития потребовало корректировки этой структуры для учёта особенностей не только физической, но и умственной работоспособности детей. Была разработана четырёхэтапная структура занятия, включающая предварительный, подготовительный, основной и заключительный этап, благодаря чему было обеспечено равномерное сочетание задач умственного развития с задачами физического совершенствования в различных частях физкультурного занятия.

Основным **средством** умственного развития в процессе физического воспитания являлись физические упражнения, не только решающие задачи физического воспитания, но и оказывающие прямое или опосредованное влияние на умственное развитие детей в процессе физкультурных занятий.

1. **Физические упражнения для укрепления здоровья** нацелены на формирование правильной осанки и сводчатости стопы, укрепление скелетных мышц, совершенствование работы различных органов и систем.

По данным статистического анализа, за последние 10 лет количество детей, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, снизилось в 3 раза и в 2 раза увеличилось число детей с хронической патологией. У 12-19% дошкольников диагностируются выраженные формы психических расстройств (В.Р.Кучма, М.И.Степанова, 2001). Слабое здоровье и отставание в физическом развитии многими исследователями отмечается как один из возможных факторов «умственной слабости» (А.Бине, 1999). Главной причиной данной ситуации является гиподинамия. В состоянии пониженной двигательной активности снижается обмен веществ и информации, поступающей в мозг из мышечных рецепторов, что приводит к нарушению регулирующей функции мозга и отражается на работе всех внутренних органов. Следовательно, развитие опорно-двигательного аппарата, предотвращение нарушений осанки, стимулирование функции сердечно-сосудистой и дыхательной систем являются необходимым условием для нормального роста и развития детского организма (в том числе умственного).

2. Физические упражнения для развития двигательных умений предполагают совершенствование двигательной сферы путём расширения запаса двигательных умений и навыков, являющихся базовыми в двигательном развитии ребёнка (ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания).

Развитие двигательной сферы дошкольников заключается в формировании сложнейших систем сенсорных коррекций (Н.А.Бернштейн, 1947), лежащих в основе любого двигательного акта, когда процесс выполнения двигательных действий требует постоянной регуляции центральной нервной системой неточностей и отклонений, возникающих по ходу реализации действий. Это обеспечивает участие высших психических функций в процессе овладения двигательным действием, обеспечивая положительное влияние на умственное развитие ребёнка.

3. Упражнения для развития физических качеств обеспечивают формирование основных физических способностей, отражающих качественную сторону двигательных умений и навыков (скоростные, силовые, координационные способности; гибкость, выносливость). Особое внимание уделялось развитию общих координационных способностей (дифференцировочной, ориентационной, ритмической и др.), включающих умение тонко и точно дозировать движения по усилию, направлению, времени, с целью формирования тонкой дифференцированной различительной чувствительности к временным, силовым, пространственным характеристикам движений. В этом случае двигательное и физическое развитие осуществляется как когнитивно-двигательное.

Перечисленные группы упражнений были отнесены к факторам, оказывающим опосредованное влияние на умственное развитие ребёнка в процессе физического воспитания. За счёт оптимального формирования центров регуляции дыхания, кровообращения, обмена веществ, координации движений (сопряжения с одной стороны, тонких установочных движений глаз, мышц шеи, уха при улавливании сенсорной информации и, с другой стороны,

движений рук, частей тела, мышц лица, губ, языка при двигательном ответе) достигается развитие не только опорно-двигательного аппарата, но и нервной системы, т.е. создаётся основа для полноценного умственного развития ребёнка.

Для увеличения эффективности методики была выделена четвёртая группа упражнений, оказывающих прямое влияние на умственное развитие дошкольников в процессе физического воспитания.

4. **Физические упражнения для развития умственной сферы** непосредственно воздействуют на компоненты, являющиеся определяющими в умственном развитии детей 5-7 лет, таких как различные виды восприятия, наглядно-образное и логическое мышление, внимание, память, речь. Суть данных упражнений заключается в сочетании двух компонентов: двигательного действия и упражнения, направленного на развитие умственной сферы ребёнка, реализуемого в форме дидактической игры. Замечено, что усиленную физическую работу трудно соединить с напряженной умственной деятельностью. Согласно принципу «однополюсной траты энергии», сформулированному К.Н.Корниловым, трата энергии в центральном пункте нервной системы и в рабочем органе находится в обратном отношении. Чем больше затрата центральной энергии, тем слабее её внешнее обнаружение, и наоборот, чем интенсивнее внешний эффект реакции, тем слабее центральный момент (Л.С.Выготский). Опираясь на данный принцип, был определён механизм оптимального сочетания двигательного действия с дидактическими играми, заданиями и упражнениями: 1) *синхронное* (выполнение по ходу двигательного действия элементов дидактических игр, при условии, что умственные и физические нагрузки невысоки); 2) *последовательное* (дидактическая игра или упражнение предшествуют выполнению двигательного действия или выполняются после его завершения). При этом упражнения высокой сложности, направленные на умственное развитие ребёнка, включаются тогда, когда двигательные действия не требуют значительных мышечных напряжений (основные виды движений на стадии закрепления и совершенствования, общеразвивающие и строевые упражнения, игры средней и малой подвижности).

Включение в учебный процесс по физическому воспитанию упражнений, направленных на развитие познавательных процессов, речи и связанных с ней высших символических функций, не только способствует умственному развитию детей, но и перестраивает, согласно выражению Л.С.Выготского, «саму моторику», переводя её на «новый и высший этаж» и обеспечивая быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно принимать решение и действовать в условиях стремительно меняющейся окружающей обстановки, благодаря чему улучшается двигательное развитие детей.

Необходимость объединения в учебном процессе умственной и двигательной деятельности привела к разработке последовательности подбора оптимальных **методов** и методических приёмов обучения. В процессе

обучения педагог одновременно или последовательно использует методические приемы, относящиеся к разным группам методов. При этом одни приёмы можно условно назвать «ведущими», а другие «вспомогательными». На физкультурных занятиях ведущими являются практические методы обучения, в частности, метод упражнения (целостного или расчленённого). Словесные и наглядные методы выполняют функцию вспомогательных. Исходя из этого, мы сочли целесообразным представить возможные варианты последовательного сочетания методов, активизирующих мыслительную деятельность детей при обучении двигательным действиям.

Например, для совершенствования действий наглядно-образного мышления физическое упражнение (практические методы) целесообразно выполнять с опорой на зрительные ориентиры после изучения схематического изображения двигательного действия (наглядные методы). А действия логического мышления более продуктивно будут развиваться при реализации физического упражнения (практические методы) после поиска оптимальных способов выполнения двигательного действия, руководствуясь сформулированной педагогом проблемной ситуацией с последующим анализом и коррекцией ошибок, допущенных по ходу выполняемого действия (словесные и наглядные методы).

Для обеспечения контроля над уровнем умственного развития детей и своевременной коррекции учебного процесса были определены этапы контроля, его формы, а также ответственные специалисты. Так, на предварительном этапе контроль и оценку исходного уровня умственного развития детей осуществляет психолог ДООУ, владеющий знаниями, умениями и навыками в сфере психологического тестирования. Текущий контроль осуществляется инструктором физического воспитания и воспитателем в ходе учебного процесса, преимущественно в форме фронтальных бесед. Итоговый контроль снова осуществляется психологом ДООУ в форме тестирования.

Таким образом, разработанная методика позволяет гармонично сочетать двигательную деятельность на физкультурном занятии с упражнениями и дидактическими играми, традиционно используемыми в статических видах детской деятельности, что делает возможным улучшение двигательного потенциала и повышение уровня умственного развития детей без ограничения их двигательной активности, являющейся важным компонентом здорового образа жизни.

В **третьей** главе *«Экспериментальное обоснование эффективности методики физического воспитания, интегрирующей умственное и двигательное развитие дошкольников 5-7 лет»* аргументируется использование комплекса педагогических и психологических методов исследования, излагаются результаты опытно-экспериментальной проверки разработанной методики.

Организация опытно-экспериментальной работы заключалась в том, что методом случайной выборки было определено две группы дошкольников в возрасте 5-7 лет (n=60). До начала работы участники обеих групп были

протестированы по показателям умственного развития и физической подготовленности, достоверных различий между группами обнаружено не было. Обе группы обследованных занимались с использованием одинакового объёма средств физического воспитания, по единой образовательной «Программе воспитания и обучения детей в детском саду» (под ред. М.А.Васильевой, 1987), предусматривающей занятия в зале 2 раза в неделю. Реализация общепринятой программы в опытно-экспериментальной группе осуществлялась с использованием разработанной методики.

Суть опытно-экспериментальной работы заключалась в попытке доказать, что использование физических упражнений, направленных на умственное развитие детей, в наиболее благоприятное в возрастном отношении время, будет способствовать повышению уровня умственного развития и содействовать формированию физических качеств. Экспериментальным фактором в работе являлось исследование влияния физических упражнений сочетающихся с дидактическими заданиями и играми, на процесс умственного развития, физической подготовки и их взаимного влияния друг на друга в процессе физического воспитания.

За основу были взяты упражнения с включением ходьбы, бега, прыжков, метаний, лазанья, при выполнении которых создавались условия для овладения разными видами познавательных ориентировочных действий, лежащих в основе умственного развития детей дошкольного возраста (Л.А.Венгер и др., 1978), прежде всего перцептивных, отражающих уровень развития восприятия дошкольников (действия идентификации, отнесения к эталону, перцептивного моделирования) и мыслительных (действия образного и логического мышления). Дополнительно были использованы задания и упражнения для совершенствования сенсомоторных координаций, развития речи, воображения, процессов памяти и внимания. Например, ходьба и бег, включённые в подготовительную часть занятия, превращались в игру «Слушай-действуй!», во время которой дети должны были выполнять действия, соответствующие отрывку из музыкального произведения: под польку – подскоки; под вальс – кружение и т.д., что способствовало не только решению специфических задач подготовительной части, но и развитию внимания, слухового восприятия, слухомоторной координации.

Развитие мышления осуществлялось путём расширения круга понятий, включения мыслительных действий в процесс двигательной активности и манипуляций со спортивно-игровым оборудованием. Операции анализа, синтеза, сравнения, нахождения сходства и различия в объектах, классификации, обобщения насыщали каждое физкультурное занятие. Например, преодолению полосы препятствий предшествовало задание подобрать спортивный инвентарь, соответствующий заданному признаку (форме, цвету, назначению), или расставить его в соответствии со схематическим изображением, предложенным педагогом. Уборка спортивных модулей и оборудования реализовывалась с дополнительным заданием «Сложи похожее с похожим». При делении детей на команды каждый капитан

выстраивал свою команду по росту, длине волос, физической подготовленности. Умение выделять существенные признаки предметов совершенствовалось в игре «Покажи отгадку», когда дети не только отгадывали загадку, но и показывали ответ с помощью движений. При выполнении основных видов движений отрабатывалось умение понимать количественные и качественные соотношения предметов: Лена прыгнула выше, а Катя ниже, стенка находится справа, а скамейка слева и т.д. Обучение сложным движениям сопровождалось анализом двигательного действия (совместно детьми и педагогом), показом и проговариванием его составных элементов, сравнением выполняемого ребёнком действия с эталонным, поиском ошибок, неточностей и путей их исправления.

Подобные задания с большим интересом воспринимались всеми детьми экспериментальной группы. Педагогические наблюдения выявили повышение познавательной активности детей, улучшение дисциплины и эмоциональный подъём на занятии. Однако на первом этапе детям с трудом удавалось удерживать внимание на осуществляемом движении во время выполнения упражнений умственной направленности. Потребовался ряд вводных занятий (10), на которых доля упражнений для развития умственной сферы постепенно увеличивалась.

Эффективность разработанной методики оценивалась посредством выработанного комплекса критериев, разделённых нами на две группы.

1. *Уровень умственного развития* детей 5-7 выявлялся при помощи метода психологического тестирования. При тестировании были использованы стандартизованные диагностические методики, разработанные научным коллективом авторов под руководством Л.А.Венгера (1978): «Эталоны» и «Перцептивное моделирование» для изучения уровня развития восприятия (О.М.Дьяченко и В.В.Холмовская), «Схематизация» (Р.И.Бардина) - для выявления уровня развития наглядно-действенного мышления, «Систематизация» (Н.Б.Венгер) - для изучения уровня развития логического мышления.

По итогам тестирования в начале и в конце учебного года вычислялся интегральный показатель уровня умственного развития каждого из детей. Для этого баллы, полученные ребёнком за выполнение заданий по каждой из четырёх методик, суммировались и переводились в стандартный балл (от 1 до 20). Дополнительно у детей обеих групп было исследовано состояние памяти и такие свойства внимания, как переключение и распределение: методики «Выучи слова» и «Проставь значки» (Р.С.Немов, 2000).

2. В системе массового тестирования дошкольников отсутствуют единые требования и критерии оценки *физической подготовленности*. В связи с этим на кафедре теоретических основ физического воспитания ТюмГУ была разработана батарея тестов (Т.П.Завьялова и др., 2001). В неё вошли: бег на 30м; бег на 200м и 300м (в старшей и подготовительной группах соответственно); челночный бег 3x10м; прыжок в длину с места; метание предмета на дальность. Для определения половозрастных показателей

физической подготовленности было протестировано 400 мальчиков и девочек из четырнадцати ДОУ г.Тюмени.

Способом сигмальных отклонений (К.К.Платонов, 1980) было выделено пять уровней развития каждого качества в каждой возрастной группе отдельно для мальчиков и девочек. Результаты выполнения каждого из пяти заданий переводились в баллы: за низкий уровень выполнения баллы не начислялись; результат, соответствующий уровню ниже среднего, оценивался в 1 балл; средний результат соответствовал 2 баллам; за результат, соответствующий уровню выше среднего и высокому, начислялось 3 и 4 балла соответственно. Сумма баллов, полученная по результатам выполнения всех пяти тестов (от 0 до 20), являлась интегральным показателем физической подготовленности.

С целью получения более качественных результатов опытно-экспериментальной работы в рамках **предварительного исследования** был проведён сравнительный анализ среднегрупповых показателей физической подготовленности и умственного развития, а также сопоставительный анализ индивидуальных показателей умственного развития и физической подготовленности детей 5-7 лет. В исследовании приняло участие 60 детей (по 30 мальчиков и девочек старшей и подготовительной групп двух детских садов).

а) *Сравнительный анализ среднегрупповых результатов исследования физической подготовленности и умственного развития детей 5-7 лет* на начало учебного года показал, что интегральный показатель физической подготовленности у мальчиков 6-7 лет выше, чем у девочек того же возраста – 9.0 и 7.4 баллов соответственно. У детей 5-6 лет такой разницы между показателями мальчиков и девочек не наблюдается – 6.35 и 6.38 баллов соответственно.

Средние данные интегрального показателя умственного развития ниже показателей физической подготовленности как у мальчиков, так и у девочек обеих возрастных групп. При этом результаты мальчиков и девочек подготовительной группы практически не различаются (5.89 и 5.75 соответственно), из чего можно заключить, что в исследуемом возрастном диапазоне разница между показателями физической подготовленности мальчиков и девочек с возрастом увеличивается (в сторону возрастания среднегрупповых показателей у мальчиков), в то время как влияние половых особенностей на уровень умственного развития к 7-ми годам уменьшается.

б) *Сопоставительный анализ индивидуальных показателей умственного развития и физической подготовленности детей 5-7 лет* показал, что у 33% обследованных детей старшей группы и 40% детей подготовительной группы исследуемые параметры, т.е. умственное развитие и развитие физических качеств, находятся в пределах одного уровня (среднего или ниже среднего).

У 67% обследованных детей старшей группы и 60% детей подготовительной группы уровень физической подготовленности превышает уровень их умственного развития, следовательно, активизация мыслительной деятельности детей в процессе двигательной активности на физкультурном

занятии является необходимым условием для достижения взаимодействия двигательного и умственного развития старших дошкольников, в результате которого каждое качество будет способствовать эффективности развития другого.

На основании изложенного можно сделать вывод о том, что на протяжении старшего дошкольного детства (5-7 лет) количественные данные, характеризующие среднегрупповой интегральный показатель физической подготовленности, превосходят данные, соответствующие среднегрупповому интегральному показателю уровня умственного развития как у мальчиков, так и у девочек. При этом у мальчиков к 6-7 годам увеличиваются темпы прироста физических качеств, лежащих в основе интегрального показателя физической подготовленности, и снижаются темпы прироста психических качеств, по которым определяется интегральный показатель уровня умственного развития. А у девочек к 6-7 годам, наоборот, происходит увеличение темпов прироста показателя умственного развития и снижение темпов прироста интегрального показателя физической подготовленности. Таким образом, пики прироста основных физических качеств и ОКС у мальчиков и девочек 5-7 лет не совпадают, так же как и пики прироста психических качеств, характеризующих уровень умственного развития.

Выявленные особенности были учтены при планировании и реализации разработанной методики путём организации- части занятий отдельно для мальчиков и девочек (1 занятие каждые две недели); - дифференцированного подхода к мальчикам и девочкам при подборе упражнений, обучении двигательным действиям и развитии физических качеств (Е.А.Короткова, 2000; Н.Бочарова, 1997; С.О.Филиппова, 2001). При обучении мальчиков учитывалась их высокая двигательная и поисковая активность, сообразительность. К выполнению движений предъявлялись такие требования, как чёткость, ритмичность, отсутствие «лишних» движений. Девочек учили действовать решительно, самостоятельно, выполнять упражнения выразительно, пластично, грациозно.

Исходя из положения о том, что развитие ребёнка наиболее интенсивно происходит в «лично значимой» для него деятельности, был осуществлён анализ предпочтений детей старшей и подготовительной групп. Опрос педагогов и педагогические наблюдения за деятельностью детей во время пребывания в дошкольном учреждении позволили условно выделить три группы детей. Первую группу составили мальчики и девочки, предпочитающие малоактивные виды деятельности. Они чаще играют в настольные игры, чем в подвижные, любят рисовать, лепить, разглядывать картинки. На физических занятиях часто не уверены в своих возможностях, отказываются выполнять трудные задания. Показатели их физической подготовленности низкие. Вторую группу составили дети с высокой двигательной активностью. Для них характерны высокая подвижность, хороший уровень развития основных видов движений и низкие показатели развития координационных способностей. Стремясь к совершению большого

объёма движений, они не могут сосредоточиться на выполнении заданий статического характера. На занятиях по математике, развитию речи бывают невнимательны, часто не доводят начатое до конца, плохо усваивают учебный материал, что отрицательно сказывается на показателях умственного развития. У детей третьей группы постоянных предпочтений выявить не удалось. Они отличаются спокойным поведением, целеустремлённостью, с интересом относятся к разным видам деятельности. Как правило, имеют средние и высокие показатели умственного и двигательного развития.

Занятия по разработанной методике позволили оказывать эффективное влияние на развитие всех детей с опорой на те виды деятельности, которым они отдают предпочтение, что подтвердилось при анализе среднегрупповых результатов итогового тестирования.

Анализ данных, полученных после проведения опытно-экспериментальной работы, выявил достоверно лучшие показатели умственного развития у детей опытно-экспериментальной группы.

Так, в результате целенаправленного педагогического воздействия, в старшей группе (5-6 лет) средний интегральный показатель умственного развития увеличился с 3,4 до 5,8 баллов. У детей подготовительной группы (6-7 лет) зафиксировано повышение с 5,8 до 8,7 баллов. В то время как в контрольной группе результаты увеличились от 3,5 до 4,4 баллов в старшей группе и от 5,2 до 7,1 баллов в подготовительной группе. Наибольший прирост результатов был отмечен у детей с высокой двигательной активностью. Выполняя двигательные действия в сочетании с упражнениями умственной направленности, они незаметно для себя совершенствовали процессы, лежащие в основе умственного развития. По отзывам педагогов, изменилось отношение этих детей к обучающим занятиям. Они стали внимательнее, сдержаннее, снизилось количество ненужных, беспорядочных движений.

Проведение занятий по разработанной методике позволило детям экспериментальной группы достичь более высокого прироста по всем показателям (таблица 1). Значительное влияние методика оказала на развитие действий логического и наглядно-образного мышления. У детей старшей группы прирост составил соответственно 42,9% и 48,9%, а в подготовительной группе – 63,2% и 39,6% соответственно. Это объясняется тем, что в процессе традиционных занятий данные виды мышления часто являются невостребованными и не получают достаточного развития, в отличие от занятий, использующих разработанную методику, под влиянием которой существенно изменились и показатели развития внимания. Прирост данного качества в экспериментальной группе составил 74% в старшей и 50,2% в подготовительной группе.

Таблица 1

Показатели прироста результатов в отдельных диагностических методиках умственного развития детей старшей и подготовительной группы

№ п/п	Диагностическая методика	Показатели прироста (в %)			
		Старшая группа		Подготовительная гр.	
		Контр-ая группа	Эксперимент. группа	Контр-ая группа	Эксперимент. группа
1.	Схематизация (наглядно-образное мышление)	17,6	48,9	35,5	39,6
2.	Систематизация (логическое мышление)	8,2	42,9	34,6	63,2
3.	Эталоны (восприятие)	13,9	29,8	5,8	18,2
4.	Перцептивное моделирование (восприятие)	28,3	40,4	19,5	28,6
5.	Проставь значки (внимание)	35,7	74	18,9	50,2
6.	Выучи слова (память)	24,3	33,6	7,8	15,1

В результате целенаправленного педагогического воздействия у дошкольников экспериментальной группы стало возможным повышение уровня развития физических качеств и общих координационных способностей. Несмотря на то, что при сравнении интегральных показателей физической подготовленности достоверных различий обнаружено не было, результаты детей экспериментальной группы зафиксированы более высокие.

Наибольший прирост интегрального показателя произошёл у детей старшей группы. В контрольной группе он увеличился с 6,0 до 9,8 баллов, в экспериментальной группе с 6,8 до 10,8 баллов. У детей подготовительной группы выявлена меньшая динамика данного показателя: в контрольной группе он увеличился с 7,4 до 10,4 баллов, в экспериментальной группе с 8,4 до 11,4 баллов. Можно предположить, что в возрастном периоде от 5 до 6 лет дети являются более чувствительными к воздействиям, формирующим их двигательную сферу, чем дети 6-7-летнего возраста.

При этом высокие показатели прироста были зафиксированы у детей с низкой двигательной активностью. Очевидно, что, выполнение физических упражнений в сочетании с заданиями умственной направленности не давало детям сосредоточиться на своих физических усилиях, что способствовало поддержанию физической работоспособности на протяжении всего занятия. Опрос педагогов показал, что дети этой группы стали меньше уставать в течение дня, в самостоятельной деятельности чаще использовали подвижные игры и физические упражнения, разученные на физкультурных занятиях, что положительно повлияло на показатели их двигательного развития.

Сравнение различных сторон физической подготовленности детей показало, что под воздействием разработанной методики наибольший прирост

результатов произошёл в челночном беге, характеризующем уровень развития общих координационных способностей. Этот показатель в экспериментальной группе составил 10,9% в старшей и 8% в подготовительной группе, в то время как в контрольной группе зафиксирован прирост равный 4,7% и 1,8% соответственно. Полученные результаты согласуются с литературными данными (И.К.Спирина, 2000; Н.И.Дворкина, 2002), указывающими на высокую степень корреляции общих координационных способностей с показателями умственного развития дошкольников, и доказывают, что разработанная методика оказывает положительное влияние не только на уровень умственного развития, но и способствует формированию основных двигательных качеств и общих координационных способностей.

Указанные изменения стали возможны потому, что двигательная деятельность на физкультурных занятиях в опытной группе происходила преимущественно в условиях игры (ведущего вида деятельности в этом возрасте), с оптимальным чередованием умственных и физических нагрузок, учётом предпочтений детей, что способствовало поддержанию высокого уровня умственной и физической работоспособности на протяжении всего занятия, тогда как педагогические наблюдения за традиционной формой проведения занятий выявили быструю утомляемость детей при выполнении однообразных упражнений, направленных на развитие двигательных способностей.

Результаты проведённого исследования позволили сделать следующие выводы:

1. Сопряжённое двигательное и умственное развитие дошкольников в процессе физического воспитания является важной необходимостью и обосновывается не только ухудшающимся здоровьем подрастающего поколения, но и стоящей перед воспитанием целью – всестороннего и гармоничного развития ребёнка. Однако анализ литературы и практические наблюдения показывают, что единство умственного и физического воспитания на протяжении длительного времени является декларируемым. В практике дошкольного воспитания они осуществляются изолированно, имеют свои задачи, а также средства и методы их реализации. Разобщённость и перекос в сторону умственного воспитания ведут к нарушению здоровья дошкольников и делают основную педагогическую цель недостижимой.

2. Анализ научных данных свидетельствует о том, что средства физического воспитания содержат неограниченные возможности как для решения специфических задач улучшения физического статуса занимающихся, так и для развития психических функций ребёнка, что обосновывает целесообразность их использования для интегрированного решения задач умственного и двигательного развития дошкольников.

3. Изучение возрастной динамики в ходе предварительного исследования показало, что у мальчиков к 6-7 годам увеличиваются темпы прироста интегрального показателя физической подготовленности, а у девочек к 6-7

годам происходит увеличение темпов прироста показателей умственного развития и снижение темпов прироста интегрального показателя физической подготовленности. Следовательно, учёт половых особенностей при планировании физических и умственных нагрузок на физкультурных занятиях путём проведения части занятий отдельно для мальчиков и девочек, а также дифференцированного подхода при совместном обучении является важным условием эффективности учебно-образовательного процесса.

4. Проведённое исследование и апробация методики физического воспитания, интегрирующей умственное и двигательное развитие дошкольников 5-7 лет, показали, что разработанная методика, учитывая различные предпочтения детей, оказывает положительное влияние на умственное развитие дошкольников, оцениваемое на основе интегральных показателей и способствует формированию таких процессов, которые не получают достаточного развития на традиционных занятиях по физическому воспитанию: логического и наглядно-образного мышления, внимания, восприятия, памяти, что, в свою очередь, способствует быстрому, прочному, осознанному усвоению двигательных умений и формированию физических качеств.

5. Использование предложенной методики позволяет повысить уровень физической подготовленности дошкольников и оказывает существенное влияние на развитие общих координационных способностей, что подтверждается результатами исследования.

Данное исследование не претендует на исчерпывающее решение обозначенной проблемы, т.к. для всестороннего и гармоничного формирования дошкольников не менее важно их эстетическое, нравственное, эмоциональное развитие. Однако сделан важный шаг на пути к реализации поставленной цели, создающий необходимую предпосылку к дальнейшему формированию различных качеств личности, их взаимодействию и взаимообогащению.

Таким образом, результаты теоретического анализа проблемы и опытно-экспериментальной работы подтвердили верность выдвинутой нами гипотезы.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях:

1. Стародубцева И.В. Состояние проблемы диагностики физической подготовленности дошкольников г.Тюмени и Тюменской области // Инновации в управлении сферы физической культуры и спорта: Материалы межрегиональной научно-практической конференции. Тюмень: Изд-во ТГУ, 2000. С.119-120.

2. Стародубцева И.В. Постановка задач в физкультурном образовании дошкольников //Физическая культура и спорт на рубеже тысячелетий: Материалы региональной научно-практической конференции. Тюмень: Изд-во «Вектор Бук», 2001. С.106-108.

3. Стародубцева И.В. Индивидуальный подход к дошкольникам в процессе физического воспитания // Физическая культура и спорт – здоровье населения России: Материалы всероссийской научно-практической конференции. Омск: Изд-во СибГАФК, 2001. С. 113-115.

4. Завьялова Т.П., Короткова Е.А., Стародубцева И.В. Как определить физическую подготовленность детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие. Тюмень: Изд-во ТОГИРРО, 2001. 31с.

5. Стародубцева И.В. Гармонично развитая личность как идеальная цель физического воспитания дошкольников // Спорт, физическая культура, здоровье: состояние и перспективы совершенствования: Сборник научных трудов Межрегиональной научно-практической конференции. Выпуск №4. Тюмень: Изд-во ТГУ, 2002. С.14-15.

6. Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Количественный анализ показателей сформированности основных движений у тюменских дошкольников // Спорт, физическая культура, здоровье: состояние и перспективы совершенствования: Сборник научных трудов Межрегиональной научно-практической конференции. Выпуск №4. Тюмень: Изд-во ТГУ, 2002. С.27-30.

7. Стародубцева И.В. Система умственного развития дошкольников 5-7 лет средствами физического воспитания // Проблемы и пути оптимизации здоровья и физического развития детей в дошкольных образовательных учреждениях: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Тюмень: Изд-во «Вектор Бук», 2003. С.64-68.

8. Стародубцева И.В. Сопоставительный анализ показателей физической подготовленности и умственного развития дошкольников 6-7 лет // Проблемы и пути оптимизации здоровья и физического развития детей в дошкольных образовательных учреждениях: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Тюмень: Изд-во «Вектор Бук», 2003. С. 68-70.

9. Стародубцева И.В. Развитие идей П.Ф.Лесгафта о единстве умственного и физического развития // Физическая культура, спорт, здоровье: состояние и перспективы совершенствования: Сборник научных трудов Межрегиональной научно-практической конференции, посвящённой 165-летию со дня рождения П.Ф.Лесгафта. Тюмень: Изд-во «Вектор Бук», 2003. С. 119-122.

10. Стародубцева И.В. Физкультурные занятия в детском саду как эффективное средство умственного развития детей 5-7 лет //Физическое воспитание детей дошкольного возраста: теория и практика: Сборник научных трудов. Вып.3. Ч.2. / Под ред. С.Б.Шармановой, А.И.Фёдорова. – Челябинск: Изд-во УралГАФК, ЧГНОЦ УрО РАО, 2003. С.64-70.

11. Стародубцева И.В. Анализ влияния средств физического воспитания на умственное развитие детей // Современные аспекты развития физической культуры и спорта: тенденции и перспективы: Сборник научных трудов. Вып.3. Екатеринбург: Изд-во ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2003. С.56-64.