

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ 6–7 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УДК/UDC 373.21

Поступила в редакцию 30.06.2016 г.



Информация для связи с автором:
mangeley60@mail.ru

Кандидат педагогических наук, доцент **И.В. Стародубцева**¹

¹ Институт физической культуры Тюменского государственного университета, Тюмень

DEVELOPMENTAL EFFECTS OF DIFFERENT PHYSICAL CULTURE AND SPORT PRACTICES ON 6-7 YEAR-OLD PRESCHOOLERS

Associate Professor, PhD **I.V. Starodubtseva**¹

¹ Institute of Physical Education of Tyumen State University, Tyumen

Аннотация

Известно, что спортивная деятельность оказывает влияние на формирование психических и физических качеств. Целью исследования являлось изучение особенностей психофизического развития детей подготовительной группы детского сада (6–7 лет), занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности.

В статье представлены результаты изучения физической подготовленности и умственного развития детей 6–7 лет, занимающихся различными видами спортивной деятельности. Показано, что независимо от вида спорта у мальчиков чаще, чем у девочек, фиксируются результаты, превышающие средние по городу значения. Делается вывод о том, что спортивная деятельность может служить эффективным средством умственного и физического развития дошкольников, особенно мальчиков 6–7 лет.

Ключевые слова: дошкольники 6–7 лет, виды физкультурно-спортивной деятельности, физическая подготовленность, психофизическое развитие, познавательное развитие, умственное развитие.

Annotation

Sport practices are known to cause a variety of developmental effects on mental and physical qualities. An objective of the study was to assess the effects of different physical culture and sport practices on preschool (6–7 years old) children attending a preparatory kindergarten group. The article presents the physical fitness and mental ability test results for the 6–7 year-olds subject to different sport practices. The study found that, irrespective of the sport discipline, boys more often than girls tend to achieve the performance rates in excess of the city average. The study findings are indicative of the sport practices providing efficient means for the mental and physical development of preschool children on the whole and 6–7 years-old boys in particular.

Keywords: 6–7 year old preschoolers, types of physical culture and sport practices, physical fitness, psychophysical development, cognitive development, mental development.

Введение. Неоспорим факт, что личность формируется и проявляется в деятельности. От того, как организована деятельность, какова её специфика, зависит возможность эффективного формирования тех или иных качеств личности. Не является исключением и физкультурно-спортивная деятельность [5]. Её влияние на показатели физической и психической сфер личности исследовалось неоднократно [1, 2]. Чаще всего изучались психофизические особенности школьников и студентов, занимающихся спортом [6]. В то же время, как показали наши исследования, около 50 % дошкольников подготовительной группы помимо традиционных физкультурных занятий в детском саду дополнительно посещают занятия, организованные на базе дошкольных учреждений, спортивных школ, клубов и пр. Отсутствие научных данных о показателях их психофизического развития не позволяет в полной мере оценить эффективность различных видов физкультурно-спортивной деятельности и принять оптимальные управленческие решения [3, 7].

Цель исследования – изучение особенностей психофизического развития детей подготовительной группы детского сада (6–7 лет), занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности.

Методика и организация исследования. Экспериментальная работа проводилась с марта по май 2016 г. и заключалась в сопоставлении показателей развития детей 6–7 лет, дополнительно занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности (футболом, единоборствами, гимнастикой, плаванием, танцами, хореографией), со средними возрастными-половыми значениями, полученными в те же сроки при тестировании дошкольников г. Тюмени. Общее число обследованных – 301 человек (187 мальчиков, 114 девочек).

Для определения особенностей физической подготовленности изучались результаты выполнения контрольных упражнений: бег на 30 и 300 м, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине за 30 с, челночный

бег 3 x10 м, наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке, сжатие кистевого динамометра. Они характеризуют развитие основных физических способностей: скоростных, скоростно-силовых, силовых, выносливости, гибкости и координационных способностей [3].

Умственное развитие детей оценивалось с помощью комплекса диагностических методик, предназначенных для группового обследования: «Эталоны» (автор О.М. Дьяченко) и «Перцептивное моделирование» (В.В. Холмовская) для изучения уровня развития восприятия; «Схематизация» (Р.И. Бардина) для выявления уровня развития наглядно-действенного мышления; «Систематизация» (Н.Б. Венгер) для изучения уровня развития логического мышления. По итогам тестирования вычислялся балл, характеризующий уровень развития каждого процесса, а также интегральный показатель уровня умственного развития каждого из детей.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ полученных данных (табл. 1–4) позволил установить, что среднегрупповые показатели развития мальчиков и девочек, дополнительно занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью, по большинству сопоставляемых параметров превышают таковые у тюменских дошкольников. Несмотря на то что эти различия не достигают уровня достоверности, на наш взгляд, они могут служить своеобразным показателем эффективности занятий.

При этом можно констатировать, что у детей с более высокой физической подготовленностью фиксируется и лучшее умственное развитие, что говорит о взаимосвязи и взаимозависимости физических и познавательных способностей у дошкольников. Это подтверждается и результатами других исследований [8].

В процессе исследования было выявлено преимущество мальчиков, занимающихся спортивной гимнастикой, по большинству показателей психофизического развития. Это даёт основание предполагать, что средства спортивной

гимнастики обладают мощным, всесторонним развивающим влиянием на организм и личность детей, а значит, они могут быть использованы в работе со спортсменами различных направлений спортивной подготовки, на чём и настаивают некоторые исследователи [4].

Правда, у девочек, участвовавших в нашем исследовании, эта закономерность не подтверждается, а более высокие результаты показали дошкольницы, занимающиеся плаванием. Возможно, для достижения значимого развивающего эффекта мальчикам и девочкам дошкольного возраста необходимы разные по направленности воздействия тренировочные занятия. Кроме того, у дополнительно занимающихся девочек в сравнении с мальчиками наблюдается меньше положительных изменений в показателях умственного развития.

Очевидно, что занятия физкультурно-спортивной деятельностью позволяют оптимизировать двигательную активность дошкольников, которая, как известно, является важным фактором в становлении психических функций ребёнка. При этом наибольшую роль двигательная активность играет в развитии мальчиков, приводя к более значительным изменениям в показателях умственного развития и физической подготовленности.

Таким образом, результаты исследования позволяют уточнить теоретические представления о возрастных и половых особенностях физической подготовленности и умственного развития дошкольников, занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности, и дополняют имеющиеся данные о возможностях оптимизации психофизического развития детей средствами физкультурно-спортивной подготовки.

Выводы:

- Среднегрупповые показатели физической подготовленности и умственного развития дошкольников 6–7 лет, занимающихся различными видами физкультурно-спортивной

Таблица 1. Среднегрупповые показатели физической подготовленности и функционального состояния мальчиков подготовительной группы, занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности, $M \pm m$

Контрольное упражнение	Средние возрастно-половые значения (n=187)	Виды деятельности				
		Футбол (n = 16)	Спортивная гимнастика (n = 18)	Единоборства (n = 23)	Плавание (n = 17)	
Бег на 30 м, с	6,67 ±0,05	6,36±0,16	6,3±0,15	6,68±0,14	6,61±0,13	
Бег на 300 м, с	96,06 ±0,77	92,11±2,9	90,25±4,22	94,97±2,3	94,66±2,43	
Поднимание туловища в сед из положения лёжа на спине (колич. раз за 30 с)	18,13 ±0,41	18,75±0,99	21,25±2,23	20,62±1,24	19,63±1,28	
Прыжок в длину с места, см	119,98 ±1,31	118,61±4,67	129,88±5,95	123,48±4,05	116,81±4,12	
Наклон вперёд, см	5,8 ±0,42	6,13±1,13	8,69±2,05	7,5±0,86	4,68±1,15	
Челночный бег 3x10 м, с	10,22 ±0,14	9,66±0,69	9,63±0,36	10,48±0,48	10,29±0,18	
Динамометрия, кг	правая рука	8,07 ±0,21	8,8±0,5	8,21±0,56	9,02±0,38	8,75±0,64
	левая рука	8,24 ±0,22	7,9±0,46	8,07±0,74	9,27±0,4	8,91±0,74

Таблица 2. Среднегрупповые показатели умственного развития мальчиков подготовительной группы, занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности, $M \pm m$

Диагностические методики	Средние возрастно-половые значения (n=114)	Виды деятельности			
		Футбол (n = 16)	Спортивная гимнастика (n = 18)	Единоборства (n = 23)	Плавание (n = 17)
«Эталоны»	11,1±0,3	10,4±0,64	11,3±0,74	11±0,43	11,5±0,54
«Перцептивное моделирование»	9,7±0,28	9,5±0,78	12,6±1,24	9,2±0,49	10,4±0,74
«Схематизация»	11,1±0,28	11,1±1,06	11,6±0,62	11,7±0,27	11,6±0,68
«Систематизация»	9,71±0,32	10,1±0,78	8,8±0,99	10,8±0,81	9,7±0,81
Интегральный показатель умственного развития	10,5±0,22	10,2±0,64	11,6±0,62	10,9±0,43	11,4±0,61

Таблица 3. Среднегрупповые показатели физической подготовленности и функционального состояния девочек подготовительной группы, занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности, $M \pm t$

Контрольное упражнение	Средние возрастно-половые значения (n=201)	Виды деятельности			
		Гимнастика (n = 11)	Хореография (n = 14)	Плавание (n = 14)	
Бег на 30 м, с	6,92 ± 0,17	7,31±0,2	6,74±0,22	6,77 ± 0,22	
Бег на 300 м, с	101,06 ± 1,17	103,08±2,61	100,35±2,35	99,05 ± 1,73	
Поднимание туловища в сед из положения лёжа на спине (колич. раз за 30 с)	15,52 ± 0,3	16±0,98	17,07±1,02	15,69 ± 0,94	
Прыжок в длину с места, см	115,13 ± 1	113±2,84	113,36±4,78	116,54 ± 2,74	
Наклон вперед, см	9,22 ± 0,4	10,65±1,76	8,39±1,57	7,65 ± 1,02	
Челночный бег 3x10м, с	10,52 ± 0,11	10,7±0,21	10,44±0,33	10,35 ± 0,24	
Динамометрия, кг	правая рука	6,9 ± 0,18	7,1±0,54	7,6±0,47	8,35 ± 0,67
	левая рука	7,07 ± 0,16	6,8±0,59	7,57±0,55	8,42 ± 0,51

Таблица 4. Среднегрупповые показатели умственного развития девочек подготовительной группы, занимающихся различными видами физкультурно-спортивной деятельности, $M \pm t$

Диагностические методики	Средние возрастно-половые значения (n=128)	Виды деятельности		
		Гимнастика (n = 11)	Хореография (n = 14)	Плавание (n = 14)
«Эталоны»	11,2±0,3	10±0,78	10,93±0,94	10,43 ± 0,71
«Перцептивное моделирование»	9,2±0,21	7,55±0,68	10±0,86	9,57 ± 0,71
«Схематизация»	11,4±0,21	11,09±0,29	11,79±0,63	11,29 ± 0,39
«Систематизация»	10,6±0,28	8,45±1,17	8,71±0,86	12,29 ± 0,63
Интегральный показатель умственного развития	10,9±0,25	8,82±0,88	10,5±0,71	11,21 ± 0,55

деятельности, в большинстве случаев превышают средние половозрастные значения.

- У мальчиков 6–7 лет, занимающихся спортивной гимнастикой, и девочек того же возраста, занимающихся плаванием, выявлено преимущество в сравнении с детьми, занимающимися другими видами физкультурно-спортивной деятельности, по большинству показателей умственного развития и физической подготовленности.
- Наиболее существенные сдвиги в показателях умственного развития и физической подготовленности под влиянием физкультурно-спортивной деятельности фиксируются у дошкольников мужского пола, что свидетельствует о большей по сравнению с девочками зависимости их показателей развития от наличия организованной двигательной активности.

Литература

1. Дворкина Н.И. Интегрированное развитие физических способностей и мышления детей подготовительной к школе группы в условиях игровой деятельности / Н.И. Дворкина, О.С. Трофимова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. – № 4. – С. 20-22.
2. Дворкина Н.И. Влияние спортивных занятий на развитие физических и интеллектуальных способностей дошкольников / Н.И. Дворкина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2009. – № 5. – С. 22.
3. Завьялова Т. П. Проблемы и перспективы физического воспитания дошкольников города Тюмени / Т.П. Завьялова, И.В. Стародубцева, А.С. Яковлев // Теория и практика физ. культуры. – 2013. – № 12. – С. 17-21.
4. Колунин Е.Т. Конвергирование средств гимнастики в процессе начальной подготовки спортивного резерва / Е.Т. Колунин. // Теория и практика физ. культуры. – 2015. – № 12. – С. 22-25.
5. Манжелей И.В. Средовый подход в формировании спортивного стиля жизни студенческой молодежи / И.В. Манжелей // Теория и практика физ. культуры. – 2013. – № 12. – С. 9-13.
6. Ревенко Е.М. Взаимосвязи двигательных и умственных способностей в процессе взросления: монография / Е.М. Ревенко, В.А. Сальников. – Омск СибАДИ, 2014. – 391 с.
7. Солошенко Н. Б. Механизмы реализации управленческих решений по совершенствованию учебно-тренировочного процесса спортивных школ Тюмени / Н.Б. Солошенко, М.В. Алексеева, Д.Н.

Макаридин // Теория и практика физ. культуры. – 2015. – № 12. – С. 10-12.

8. Стародубцева И.В. Интеграция умственного и двигательного развития дошкольников 5-7 лет в процессе физического воспитания: дис. ... канд. пед. наук. / И. В. Стародубцева. – Тюмень, 2004. – 141 с.

References

1. Dvorkina N.I. Integririrovanoe razvitiye fizicheskikh sposobnostey i myshleniya detey podgotovitel'noy k shkole gruppy v usloviyakh igrovoy deyatel'nosti (Integrated development of physical abilities and thinking of children from pre-school group during game activity) / N.I. Dvorkina, O.S. Trofimova // Fizicheskaya kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. – 2010. – № 4. – P. 20-22.
2. Dvorkina N.I. Vliyaniye sportivnykh zanyatiy na razvitiye fizicheskikh i intellektual'nykh sposobnostey doshkol'nikov (The effect of sport sessions on development of physical and intellectual abilities of preschoolers) / N.I. Dvorkina // Fizicheskaya kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. – 2009. – № 5. – P. 22.
3. Zavyalova T.P. Problemy i perspektivy fizicheskogo vospitaniya doshkol'nikov goroda Tyumeni (Problems and perspectives of preschool physical education in Tyumen) / T.P. Zavyalova, I.V. Starodubtseva, A.S. Yakovlev // Teoriya i praktika fiz. kultury. – 2013. – № 12. – P. 17-21.
4. Kolunin E.T. Konvergirovaniye sredstv gimnastiki v protsesse nachal'noy podgotovki sportivnogo rezerva (Converging gymnastics techniques in initial training of sports reserve) / E.T. Kolunin // Teoriya i praktika fiz. kultury. – 2015. – № 12. – P. 22-25.
5. Manzheley I.V. Sredovy podkhod v formirovani sportivnogo stilya zhizni studencheskoy molodezhi (Environmental approach in students' sports lifestyle formation) / I.V. Manzheley // Teoriya i praktika fiz. kultury. – 2013. – № 12. – P. 9-13.
6. Revenko E.M. Vzaimosvyazi dvigatel'nykh i umstvennykh sposobnostey v protsesse vzrosleniya (Ratio of motor and mental abilities in maturation): monograph / E.M. Revenko, V.A. Sal'nikov. – Omsk SibADI, 2014. – 391 p.
7. Soloshenko N. B. Mekhanizmy realizatsii upravlencheskikh resheniy po sovershenstvovaniyu uchebno-trenirovochnogo protsessa sportivnykh shkol Tyumeni (Mechanisms for implementation of management decisions to improve training process in Tyumen sport schools) / N.B. Soloshenko, M.V. Alekseeva, D.N. Makaridin // Teoriya i praktika fiz. kultury. – 2015. – № 12. – P. 10-12.
8. Starodubtseva I.V. Integratsiya umstvennogo i dvigatel'nogo razvitiya doshkol'nikov 5-7 let v protsesse fizicheskogo vospitaniya: dis. ... kand. ped. nauk (Integration of mental and motor development of 5-7 year-old preschoolers in physical education process: PhD thesis) / I. V. Starodubtseva. – Tyumen, 2004. – 141 p.