

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО**

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**Воспитание внимания у детей дошкольного возраста средствами
физической культуры**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 4 курса 414 группы
Комаровой Натальи Сергеевны

Направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»

Профиль подготовки «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Научный руководитель
Старший преподаватель

Е.А. Щербакова

Зав. Кафедрой
Кандидат медицинских наук

Т.А. Беспалова

Саратов 2020

В физическом воспитании и спорте, как и в другой любой деятельности, внимание является обязательным компонентом. Без этого деятельность не может быть продуктивной. Однако в условиях учебных занятий, спортивной тренировки, соревнований формы проявления и функционирования внимания не одинаковы.

Внимание в физическом воспитании и спорте – один из важных факторов успешности деятельности.

Но условия деятельности, требующие проявления внимания, в то же время способствуют его развитию. Изложенные выше факты определили проблему: «Можно ли воспитать внимание у детей посредством физической культуры?»

На основании проблемы была сформулирована тема дипломной работы: «Воспитание внимания у детей дошкольного возраста средствами физической культуры»

Цель исследования: выявить влияние средств физической культуры на воспитание внимания у детей дошкольного возраста

Задачи исследования:

- 1) Изучить особенности детей дошкольного возраста
- 2) Выявить средства и методы физической культуры, способствующие развивать внимание у детей дошкольного возраста
- 3) Обосновать эффективность средств и методов физической культуры на развитие внимание

Объект исследования: Процесс физического воспитания детей дошкольного возраста

Предмет исследования: Методы и средства физической культуры влияющие на воспитание внимания у детей дошкольного возраста

Гипотеза исследования: Применяя определенные средства и методы физической культуры для детей дошкольного возраста, мы можем повысить внимание у детей

1 Физиологические особенности детей дошкольного возраста

Период дошкольного детства весьма неоднороден и состоит из этапов, каждый из которых имеет свои особенности.

Воспитание ребенка до года заключается в том, чтобы заботиться о его физическом и эмоциональном здоровье, укреплять его правильным питанием и уходом, режимом. Все то, что будет вложено родителями в раннее воспитание и развитие детей, затем будет проявляться и сказываться, когда воспитание детей дошкольного возраста ляжет также и на плечи педагогов, например, в группе детского сада.

В дошкольном детстве, как правило, выделяют следующие периоды:

- Младенчество (до 1 года),
- Ранний возраст (1-2 года),
- Средний возраст (3-4 года)
- Старший дошкольный возраст (5-7 лет).

Периоды эти характеризуются различными особенностями роста и развития организма, которые проявляются в изменении размеров тела, уровне развития и совершенства различных психофизических функций, в разнообразной сложной деятельности детей. В связи с этим разделением определяется характерная для каждого возраста предрасположенность к деятельности и обучению. Эта предрасположенность называется «сенситивностью», а периоды определяются как «сенситивные» благоприятные для какого-то вида обучения и формирования определенных навыков и функций.

С медицинской и педагогической точки зрения развитие ребенка может разделить на следующие этапы:

- Грудной возраст - до 1 года,
- Младший возраст - от 1 года до 3 лет,
- Дошкольный возраст - от 3 до 6 лет,
- Школьный возраст - от 6 до 17 лет.

Забота о двигательном развитии ребенка столь же важна для его гармоничного развития, как рациональный режим, регулярное и полноценное питание, достаточный сон, частое пребывание на свежем воздухе, чистая постель и необходимая одежда.

Цель и задачи физического воспитания и развития детей дошкольного возраста

Большая роль в воспитании здоровой смены принадлежит физической культуре. Посильная физическая нагрузка и свежий воздух укрепляют здоровье детей, повышают их работоспособность. Поэтому очень важно рационально организовать двигательную деятельность детей на прогулке.

Проведение на прогулке занятий, игр и упражнений с повышенной двигательной активностью позволяет одевать детей даже в холодный период года в облегченную спортивную одежду, что способствует закаливанию организма, снижению простудных заболеваний среди воспитанников дошкольных учреждений.

Занятия на свежем воздухе расширяют знания детей о природных и погодных явлениях, помогают установить причинные связи между этими явлениями, что, в свою очередь, влияет на развитие мышления и речи (умение объяснить и сформулировать свои представления).

Привлечение детей к подготовке необходимых для занятий пособий, а также к последующей их уборке, приведение в порядок (после использования) костюмов и обуви, лыж, коньков, велосипедов и т.д. приучает к трудолюбию, аккуратности.

Организация различных физических упражнений и подвижных игр на воздухе оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние детей, помогает укреплению воли, развитию смелости. Вместе с тем создаются наиболее благоприятные условия для проявления товарищеских чувств, взаимопомощи.

Методика проведения, подбор и чередование упражнений и игр направлены на укрепление здоровья, улучшение физической

подготовленности и повышение функциональных возможностей организма детей. Предлагаемые занятия, спортивные упражнения, подвижные и спортивные игры должны быть использованы в сочетании с двумя физкультурными занятиями, проводимыми либо в помещении, либо на свежем воздухе. Во время игр и упражнений на прогулке дети закрепляют освоенные на физкультурных занятиях основные движения, спортивные упражнения и спортивные игры.

Для достижения наибольшего эффекта сотрудники дошкольных учреждений должны ознакомиться с особенностями проведения занятий, продумать их организацию, освоить методику медико-педагогического контроля. Следует объяснить родителям необходимость приобретения спортивного костюма и обуви для детей.

Многолетние наблюдения показывают, что предлагаемые нагрузки доступны детям и подтверждают высокую результативность занятий физическими упражнениями на воздухе в течении всего года. Дети становятся физически более выносливыми, реже болеют. Обладая лучшим здоровьем и большей работоспособностью, они затем успешнее учатся в школе.

Организация и методы исследования

Исследование было проведено в детском саду. В исследовании приняло участие 40 детей старшей группы. Для решения задач нашего исследования мы организовали 2 группы:

- 1) Контрольную – 22 человека
- 2) Экспериментальную – 18 человек

Контрольная группа занималась по стандартной программе. Экспериментальная группа занималась по специально разработанному комплексу упражнений, игр, направленных на развитие внимания у детей дошкольного возраста.

Нами было проведено тестирование физической подготовленности детей дошкольного возраста.

- 1) Подъем туловища из положения лёжа
- 2) Прыжок в длину с места
- 3) Наклон туловища вперед из положения стоя (см)
- 4) Бег на дистанцию 30 метров

Подъем туловища из положения лёжа, проводится с целью определения выносливости при подъеме.

Прыжок в длину с места, проводится для определения скоростно-силовые качества.

Наклон туловища вперед из положения стоя, проводится для определения гибкости.

Бег на 30 м проводится для того что бы определить скоростные качества.

В начале и в конце нашего исследования мы провели игру на внимание.

- 1) Запоминай и повторяй

Педагог показывает упражнения под счет, затем без наглядного показа начинает считать. На счет 1 руки в стороны, 2 — вверх над головой, 3 — хлопнуть в ладоши, 4 — опустить руки вниз, 5 – руки вперед, 6 – присесть, 7 – встать, 8 – руки на пояс. Мы считаем, ребенок делает упражнение. Следим за количеством правильно выполненных движений.

Проводится для определения уровня внимания у детей дошкольного возраста.

В педагогической психологии разработано масса вариантов определения уровня развития внимания, у дошкольников, как общий уровень, так и конкретно какое-либо его свойство в отдельности. Например, тест Кюсси, определение устойчивости внимания по Риссуи другие.

Для реализации задач нашего исследования мы использовали следующие методы:

- 1) Анализ научно-методической литературы по теме исследования;

- 2) Педагогическое наблюдение;
- 3) Тестирование физической подготовленности детей дошкольного возраста
- 4) Тестирование уровня развития внимания у детей дошкольного возраста;
- 5) Метод обработки и интерпретации статистических данных.

На первом этапе нашего исследования мы провели анализ научно-методической литературы. Разработали комплекс упражнений, игр на развитие внимания у детей дошкольного возраста. Провели тестирование физической подготовленности детей дошкольного возраста. Провели первое тестирование уровня внимания в контрольные и экспериментальные группы.

На втором этапе исследования мы вели педагогическое наблюдение. В течение этого этапа нами было проведено второе тестирование уровня развития внимания в группах детей дошкольного возраста.

Далее нами был проведен анализ работы, сформулированы выводы, разработаны практические рекомендации.

Комплекс упражнений, игр разработанный для экспериментальной группы:

1.«Запрещенное движение»

Ребенок повторяет за учителем все движения упражнения, кроме одного «запрещенного» (прыжка или, например, хлопка).

2.«Мой любимый фрукт»

Упражнение позволяет учителю создать рабочий настрой учащихся, также происходит развитие памяти, развитие способности к длительной концентрации внимания.

Ученики представляются по кругу. Назвав себя по имени, каждый участник называет свой любимый фрукт; второй – имя предыдущего и его любимый фрукт, свое имя и свой любимый фрукт; третий – имена двух предыдущих и названия их любимых фруктов, а затем свое имя и свой

любимый фрукт и т.д. Последний, таким образом, должен назвать имена и названия любимых фруктов всех учеников.

3.«Летает – не летает»

Упражнение на развитие переключения внимания, произвольности выполнения движений.

Дети становятся полукругом. Учитель называет предметы. Если предмет летает - дети поднимают руки. Если не летает - руки у детей опущены. Ведущий может сознательно ошибаться, у многих ребят руки произвольно, в силу подражания будут подниматься. Необходимо своевременно удерживаться и не поднимать рук, когда назван нелетающий предмет.

4. «Ладони»

Упражнение на развитие устойчивости внимания.

Участники садятся в круг и кладут ладони на колени соседей: правую ладонь на левое колено соседа справа, а левую ладонь на правое колено соседа слева. Смысл игры заключается в том, чтобы ладошки поднимались поочередно, т.е. пробегала "волна" из поднимающихся ладошек. После предварительной тренировки ладошки поднятые не вовремя или не поднятые в нужный момент выбывают из игры.

5.«Самый внимательный»

Упражнение на развитие зрительного внимания, памяти.

Участники должны встать полукругом и определить водящего. Водящий в течение нескольких секунд старается запомнить порядок расположения игроков. Затем по команде он отворачивается и называет порядок, в котором стоят товарищи. На месте водящего должны побывать все игроки по очереди. Стоит наградить тех, кто не ошибется аплодисментами.

6.«Дружное эхо»

Условие: класс отвечает на хлопki ведущего (учителя или одноклассника) дружным эхом.

Например, на один хлопок преподавателя класс обычно отзывается рикошетом хлопков. Дружным же хлопком удастся ответить только в том случае, если все присутствующие не замкнуты на себе, а открыты для работы с другими. Тогда действительно в ответ на хлопок ведущего раздается упругий, без рикошета, хлопок всего класса.

Ведущий может задавать серию хлопков, меняя их количество и ритмический рисунок. Хлопки могут быть заменены на щелчки, чечетку, посвистывание или даже на произнесение каких-то слов (например, междометий или слов-исключений из правила).

7.«Руки-ноги»

На один хлопок учителя класс поднимает руки, на два хлопка – приседает. Если руки уже подняты, то на один хлопок их нужно опустить (соответственно, когда дети уже сидят, то на два хлопка они должны встать). Меняя последовательность и темп хлопков, учитель пытается сбить учеников с толку, тренируя их собранность.

8.«Встать по пальцам»

Исходное положение: все сидят; учитель, закрыв глаза (а лучше отвернувшись), задает классу число, выбрасывая над головой соответствующее количество пальцев.

Затем он произносит: "Раз-два-три! Замри!" – и открывает глаза (поворачивается к ученикам). В классе должно стоять ровно столько учеников, сколько пальцев было им предъявлено.

Во время выполнения игрового задания каждому из учеников приходится быстро сориентироваться: если количество стоящих меньше заданного – то вскочить самому; если же больше (а он сам при этом стоит), то мгновенно сесть.

Ведется игровой счет: если число стоящих верное – очко присуждается классу, если оно больше или меньше заданного – учителю.

Проведенные исследования показали, что активизировать познавательные способности дошкольников можно за счет включения содержания занятий физической культуры упражнений игровой направленности, соответствующие возрастным особенностям детей. Это будет способствовать совершенствованию их психических и двигательных способностей.

Внимание в жизни и деятельности человека выполняет много различных функций. Оно активизирует нужные и тормозит ненужные в данный момент психологические и физиологические процессы, способствует организованному и целенаправленному отбору поступающей в организм информации в соответствии с его актуальными потребностями, обеспечивает избирательную и длительную сосредоточенность психической активности на одном и том же объекте или виде деятельности.

Для человеческой памяти внимание выступает как фактор, способный удерживать нужную информацию в кратковременной и оперативной памяти. Для мышления внимание выступает как обязательный фактор правильного понимания и решения задачи. В системе межчеловеческих отношений внимание способствует лучшему взаимопониманию, адаптации людей друг к другу, предупреждению и своевременному разрешению межличностных конфликтов. О внимательном человеке говорят, как о приятном собеседнике, тактичном и деликатном партнере по общению. Внимательный человек лучше и успешнее обучается, большего достигает в жизни, чем недостаточно внимательный.

Внимание – это активная направленность сознания человека на те или иные предметы и явления действительности или на определённые их свойства, качества при одновременном отвлечении от всего остального. Именно внимание определяет, что из окружающего мира выделит, увидит, услышит, запомнит ребёнок, что и как войдёт в систему его знаний. Поэтому интересен и важен период обучения детей дошкольников. В поле внимания дошкольников попадает много нового, у них возникают яркие впечатления.

Однако особенностью внимания детей этого возраста является произвольность, легкая переключаемость, не большой объём. Это не позволяет надолго сосредоточиться на одном предмете или действии. Дошкольники обращают внимание лишь на то, что вызывает их непосредственный интерес. Природное внимание дано человеку с самого его рождения в виде врожденной способности избирательно реагировать на те или иные внешние или внутренние стимулы, несущие в себе элементы информационной новизны. Но несмотря на это, нужно уметь управлять своим вниманием, подчинять его своей воле. Помочь в этом может работа по развитию внимания, его основных свойств: концентрации, объёма, переключения, распределения и устойчивости. Систематическое использование на занятиях физической культуры заданий, упражнений, игр на развитие внимания будет влиять не только на его собственную продуктивность, но и на уровень функционирования познавательной сферы в целом.