

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**Формирование моторной готовности дошкольников старшего
возраста к обучению в школе средствами физического
воспитания**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 3 курса 341 группы
Направление подготовки 49.04.01 «Физическая культура»
Профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Приходской Натальи Александровны

Научный руководитель
к.м.н., доцент

Т.А. Беспалова

Зав. кафедрой
к.м.н., доцент

Т.А. Беспалова

Саратов 2020

Введение

Двигательная активность дошкольников определяет уровень их физической подготовленности и, в конечном счете, здоровье. Мышечная деятельность определяет степень развития двигательного аппарата и способность к созданию новых форм движений. В дошкольном возрасте усваивается большое количество разнообразных движений, которые связаны с перемещениями в пространстве, с выполнением игровых функций, трудовых и бытовых заданий, а также непосредственно с овладением физическими упражнениями. Координация движений дошкольников определяет качество движений и определяет степень удовлетворения потребностей.

Актуальность исследования. Одним из перспективных направлений современной теории и методики физического воспитания является поиск эффективных средств физического воспитания, направленных улучшения двигательных способностей дошкольников, в том числе и ловкости, способствующих подготовке детей к школе и выполнению трудовых функций.

Объект исследования. Процесс формирования физического воспитания в ДОУ.

Предмет исследования. Эффективность воздействия средств физического воспитания на развитие ловкости и мелкой моторной активности дошкольников старшего возраста.

Цель исследования. Формирование моторной готовности, в том числе и мелкой моторики рук, дошкольников старшего возраста к обучению в школе средствами физического воспитания.

Гипотеза исследования. Мы предположили, что применение группы физических упражнений, направленных на повышение координационных способностей и ловкости дошкольников в процессе физического воспитания,

позволит улучшить качество физической подготовленности старших дошкольников.

Для выполнения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи:**

1. Изучить данные литературных источников по теме исследования.
2. Определить функциональное состояние организма дошкольников.
3. Определить физические упражнения, необходимые для формирования точности выполнения двигательных действий дошкольниками, в том числе и мелкой моторики рук.
4. Оценить динамику ловкости и координации движений дошкольников в процессе физического воспитания в ДОУ.
5. Оценить динамику мелкой моторики рук дошкольников в процессе физического воспитания в ДОУ.

Научная новизна.

Произведено исследование динамики координационных способностей старших дошкольников;

- определены возрастно-половые и индивидуальные особенности координационных способностей в группе ДОУ;

- подобраны и использованы на занятиях по физическому воспитанию в ДОУ физические упражнения, направленные на развитие координационных способностей;

- подобраны и использованы на занятиях физического воспитания в ДОУ упражнения, направленные на развитие мелкой моторики кистей рук;

- осуществлена подготовка детей к школе.

Практическая значимость. Определены основные направления работы по физическому воспитанию дошкольников старшего возраста в ДОУ, определены упражнения, которые необходимо включить в программу по физическому воспитанию детей дошкольного возраста для формирования точности выполнения двигательных действий, в том числе и мелкой

моторики кистей рук, служащей основой подготовки детей к обучению в школе.

На развитие ребенка и его нервные процессы огромное влияние оказывает двигательное развитие. Становление и динамика двигательных функций связано с функциональным состоянием двигательного анализатора. На развитие двигательного анализатора влияют дистантные рецепторы - зрения и слуха, а также тактильно-мышечного анализатора и играет важнейшую роль в психофизическом развитии ребенка (таблица 1).

Таблица 1 – Классификация рецепторов анализаторов (сенсорных систем) по локализации раздражителя

Группы рецепторов	Контактные рецепторы		Дистантные рецепторы		
Наименование рецепторов	вкусовые	тактильные	фоторецепторы	аудиорецепторы	Обонятельные рецепторы
Способ контакта с раздражителем	Возбуждаются при соприкосновении с раздражителем		Получают информацию на удалении от источника раздражения		

Двигательные способности — это комплекс морфологических и психофизиологических свойств человека, отвечающих требованиям какого-либо вида двигательной деятельности и обеспечивающих эффективность ее выполнения.

В проведенном исследовании приняли участие 15 воспитанников подготовительной группы детского сада (6-7 лет), из них 7 мальчиков и 8 девочек. Исследуемую группу составили практически здоровые дети, не посещающие детский сад по болезни не более 3-4 раз в год., что было отмечено в медицинских картах дошкольников.

В ходе исследования были определены антропометрические характеристики детей, посещающих подготовительную группу детского сада на начальном этапе исследования, которые указывают на то, что в целом наблюдаемая группа физически развита. Физиометрические показатели дошкольников, определенные в начале исследования, полностью соответствовали возрастной норме.

В целом физическое развитие дошкольников полностью соответствовало возрастной норме, что косвенно свидетельствует о

здоровье группы дошкольников, принявших участие в настоящем исследовании.

На начальном этапе исследования показатели физической подготовленности дошкольников полностью соответствовали возрастным нормативам.

В дальнейшем мы изучили координационные общие способности дошкольников, о которых судили по развитию физического качества «ловкость» при выполнении тестовых заданий.

Для изучения координационных способностей дошкольников мы воспользовались методиками Е.Н. Вавиловой и М.А. Руновой. Установили, что большинство детей имеют средний уровень развития ловкости. Результаты тестов говорят о недостаточности развития ловкости, о неточности мышечных усилий и пространственных ориентировок, хотя старшие дошкольники уже сравнительно хорошо владеют многими двигательными умениями, осваивают спортивные упражнения и элементы спортивных игр. В связи с этим расширяется круг движений, которые можно использовать с целью развития ловкости.

Основной причиной не высоких показателей ловкости является, на наш взгляд, отсутствие планомерной, целенаправленной работы по развитию ловкости, индивидуальные особенности детей, отсутствие у некоторых детей интереса к занятиям физкультурой. Таким образом, мы считаем, что существует необходимость создания определенной системы работы по развитию ловкости старших дошкольников, а также произвести подбор наиболее эффективных средств и методов.

Занятия в подготовительной группе ДОУ проводились в соответствии с расписанием групп - 3 раза в неделю по 30-35 мин. минут. Общий объём занятий, проведённых в рамках настоящего исследования, составил 50-55 часов.

Типы физкультурных занятий характеризуются большим разнообразием:

сюжетные; игровые; занятия с элементами ритмической гимнастики; тематические; учебно-тренировочные; контрольно-проверочные и другие. Также в ДОУ активно используются здоровьесберегающие технологии: Пальчиковая гимнастика; Дыхательная гимнастика; Корректирующая гимнастика;

Артикуляционная гимнастика; Релаксация; Оздоровительные игры; Игровой массаж.

На формирующем этапе исследования были подобраны упражнения для развития ловкости. При реализации данной программы учитывались следующие условия:

1. Уровень физического развития и физической подготовленности группы в целом, уровень физического развития каждого ребенка.

2. Развитие интереса детей к проведению занятий по физической культуре и физкультурных досугов (требует совместного участия педагогов, детей, родителей в организации и проведении физкультурных досугов).

3. Оснащенность дошкольного учреждения инвентарем, спортивным оборудованием, наличие спортивной площадки.

Повторно уровень развития ловкости, а также координационные способности был определен на формирующем этапе исследования с целью определения эффективности проведенной работы по методике Е.Н. Вавиловой и М.А. Руновой.

Физическое воспитание дошкольников в течение всего периода наблюдения способствует развитию ловкости, что установлено в испытаниях «челночный бег 3 x 10м» и «преодоления полосы препятствий» дошкольниками. Если на констатирующем этапе исследования были выявлены у детей низкий уровень развития физического качества ловкости, то после реализации разработанной программы, на формирующем этапе

исследования показатели по развитию ловкости у старших дошкольников повысились.

Установлено, что в испытаниях «Подбрасывание и ловля мяча» и «Отбивание мяча» дошкольниками. Если на констатирующем этапе исследования были выявлены у детей низкий уровень развития физического качества ловкости, то после реализации разработанной программы, на формирующем этапе исследования показатели по развитию ловкости у старших дошкольников повысились.

В последующем мы определили уровень развития мелкой моторики рук дошкольников на заключительном этапе исследования, установлено, что произошло его улучшение.

Заключение

1. Точность выполнения двигательных действий у старших дошкольников на занятиях физического воспитания ДОО осуществляется с использованием комплекса упражнений, направленных на развитие ловкости и координации.
2. Согласно данным настоящего исследования уровень физического развития и физической подготовленности дошкольников в ДОО соответствует возрастной норме.
3. Определены основные направления физического воспитания дошкольников, физические упражнения, необходимые для формирования точности выполнения двигательных действий дошкольниками, в том числе и мелкой моторики рук.
4. Ловкость и координация движений дошкольников при выполнении упражнений «Челночный бег 3х10м», «Полоса препятствий», «Отбивание мяча», «Подбрасывание и ловля мяча» дошкольниками достоверно улучшилась в результате физического воспитания дошкольников в ДОО.
5. В результате работы, проведенной в рамках физического воспитания дошкольников, в ДОО повысился уровень мелкой моторики рук дошкольников.