

Физическое развитие детей дошкольного возраста, живущих в Мурманской области

Авсеенко Н.В.

Аннотация

Статья посвящена изучению одного из ведущих показателей физической готовности дошкольников к обучению в школе - физическому развитию детей дошкольного возраста, проживающих в Кольском Заполярье. В работе использованы статистические данные первых исследователей детей Кольского Заполярья, представлен анализ показателей физического развития детей дошкольного возраста. Показаны собственные экспериментальные данные.

Ключевые слова

Показатели длины тела, массы тела, окружности грудной клетки; гармоничное физическое развитие - оптимальное соотношение показателей роста и веса; физическая готовность - комплексная оценка показателей здоровья, физического развития, физической подготовленности, сформированности двигательных навыков и умений.

The physical development of the pre-school-children the Murmansk region

Avseenko N.V.

Annotation

The article is devoted to the study of one of the principal indexes of pre-school children's readiness - the physical development of 4-6 year-old children, living in the Murmansk region. The analysis index of physical development of pre-school children in Murmansk and the Murmansk Region is represented in this work. The children statistics of the first Murmansk region, researchings by L.A.Tarasov, Ph.Lapitskiy. Comparative analysis of physical development index is given. Own experimental data is given too.

Key words

Of physical development - index height, weight, circumference thorax; harmonic of physical development- normal correlation a growth and index; of physical readiness - index health of physical development of physical prepare.

Сведения об авторе

Авсеенко Наталья Викторовна, старший преподаватель кафедры ТиМФВиС, Мурманский Государственный педагогический университет
e-mail: avsnv.88@mail.ru

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ЖИВУЩИХ В МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ

Статья посвящена анализу одного из ведущих показателей физической готовности к обучению в школе – физического развития детей дошкольного возраста, проживающих в Кольском Заполярье. В работе использованы статистические данные, приведенные первыми исследователями этой проблемы, представлен анализ показателей физического развития детей дошкольного возраста, показаны собственные экспериментальные данные.

Ключевые слова. Физическое развитие – показатели длины и массы тела, окружности грудной клетки; гармоничное физическое развитие – оптимальное соотношение показателей роста и веса; физическая готовность – комплексная оценка показателей здоровья, физического развития, физической подготовленности, сформированности двигательных навыков и умений.

Как отмечают исследователи [3, 7], успешность обучения в школе в значительной степени определяется уровнем состояния здоровья ребенка, поступающего в первый класс. Анализ показателей здоровья, уровней развития, физических качеств и двигательных возможностей дошкольников свидетельствует о вызывающей тревогу отрицательной ситуации, которая продолжает усугубляться.

А.Л. Венгер и Л.А. Венгер отмечают, что готовность к школьному обучению – многокомпонентное образование [2]. Н.В. Нижегородцева и В.Д. Шадриков считают, что для успешного усвоения школьной программы

без ущерба для здоровья необходимо формирование всех компонентов. По мнению этих ученых, именно развитие основных функциональных систем, физическое развитие, состояние здоровья в целом составляют фундамент школьной готовности [6].

Наше исследование посвящено изучению одного из компонентов готовности дошкольников к обучению в школе – физического развития детей дошкольного возраста.

Показатели физического развития дошкольников в 2009 г. получены на базе ДОУ № 105 (экспериментальная группа) и ДОУ № 95 (контрольная группа) Мурманска. Материалом для исследования послужили данные обследования 53 детей старшего дошкольного возраста.

В ходе исследования были проанализированы антропометрические показатели детей 4–6 лет нашего региона с 1964 по 2009 г. Л.А. Тарасов, Ф.Г. Лапицкий, одни из первых исследователей физического развития детей Кольского Заполярья, указывают, что эти показатели у детей Кольского Заполярья ниже [5]. Данное положение нашло подтверждение и в нашем исследовании: девочки 4 лет ниже своих сверстниц на 9,16 см, 5 лет – на 8,17, 6 лет – на 12,76 см; мальчики 4 лет ниже своих сверстников на 7,10 см, 5 лет – на 8,0, 6 лет – на 13,05 см (см. рис. 1). Масса тела мальчиков 4 лет, проживающих в центре РФ, больше массы тела их сверстников, проживающих на Севере, на 0,53 кг, 5 лет – на 2,15, 6 лет – на 2,63 кг. Как показало исследование, наиболее низкие показатели физического развития имели дети в 1969 г. Самые большие изменения отмечены у 6-летних детей в показателях роста. Девочки 1969 г. ниже своих сверстниц 2009 г. на 5,31 см, мальчики – на 7,23 см. Данный факт можно объяснить экономическими условиями проживания на Севере и тем, что адаптация к сложным условиям протекла неконтролируемо [4].

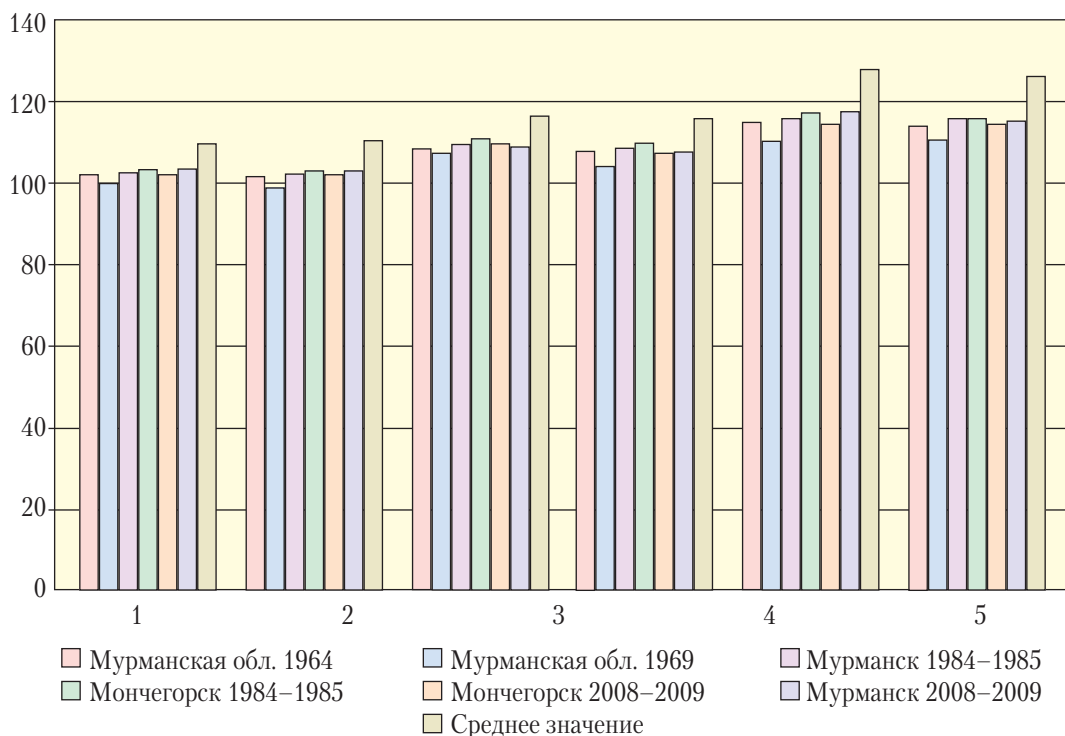


Рис. 1. Показатели роста детей дошкольного возраста Мурманской области, %

Условные обозначения: 1 – мальчики, 4 года; 2 – девочки, 4 года; 3 – мальчики, 5 лет; 4 – девочки, 5 лет; 5 – мальчики, 6 лет; 6 – девочки, 6 лет.

В середине 80-х годов XX в. показатели физического развития детей Кольского Заполярья улучшились. Наилучшие результаты показали дети 6 лет: мальчики стали выше на 5,46 см, прибавка в весе составила 2,1 кг; девочки «подросли» на 5,74 см, прибавили в весе 3,39 кг (см. рис. 1, 2), что можно объяснить акселерацией. Ученые считают, что это комплексное воздействие генетических и внешних факторов, прежде всего урбанизации, связанной с заключением браков между людьми, ранее проживавшими на большом расстоянии друг от друга. Исследователи отмечают, что процесс акселерации в середине 70-х годов XX в. стабилизировался, а в 80-е годы была зафиксирована ретардация, или децелерация, т.е. замедление биологического развития организма [4].

Снижение показателей физического развития детей в 90-е годы может быть объяснено ухудшением социальной и экономической ситуации. Многие исследователи отмечают, что именно экономи-

ческие условия влияют на физическое развитие.

Улучшение показателей физического развития детей в конце 90-х годов антрополог Т.И. Алексеева характеризует как *адаптивный тип* популяции пришлого населения Кольского Заполярья, что является биологической реакцией организма на комплекс условий окружающей среды, обеспечивающих состояние равновесия с этой средой, которое отражается на морфофункциональных особенностях популяции. В числе механизмов приспособления (акклиматизации) В.В. Бунак выделяет отбор и метисацию, иначе говоря, гетерозис, обусловленный процессами миграции населения, которые способствуют увеличению его генетического разнообразия и жизнестойкости [1].

Анализ полученных данных показал отличие показателей физического развития детей Кольского Заполярья от аналогичных показателей развития детей, проживающих в средней полосе [4, 5]. К со-

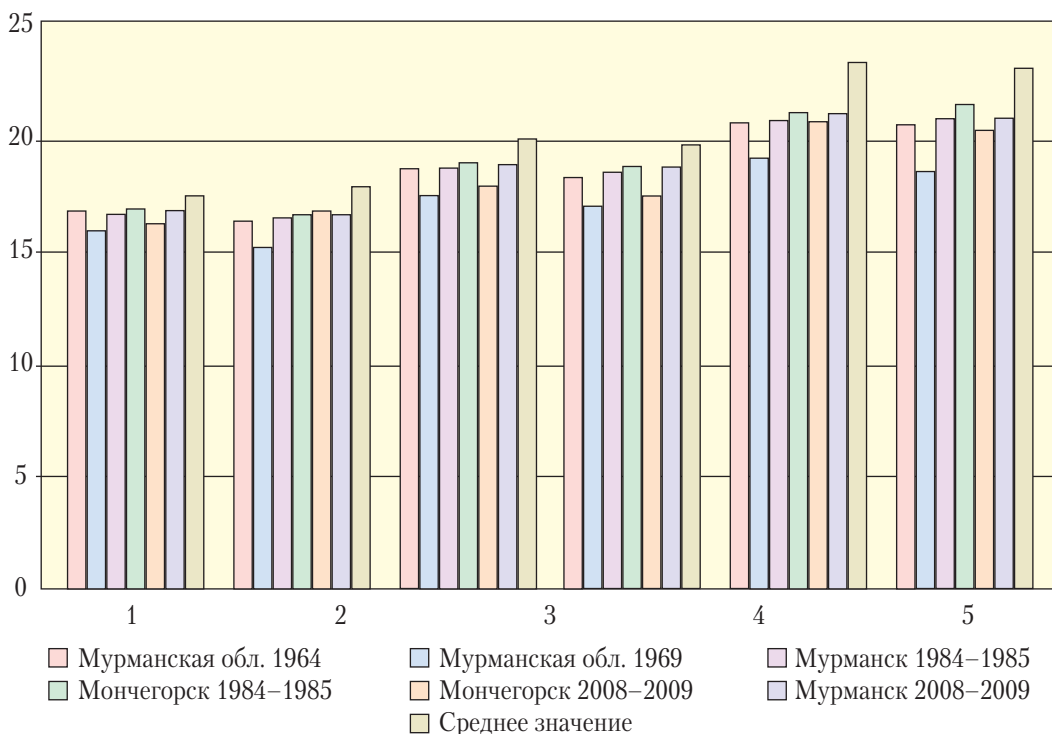


Рис. 2. Показатели массы тела детей дошкольного возраста Мурманской области, кг

Условные обозначения: 1 – мальчики, 4 года; 2 – девочки, 4 года; 3 – мальчики, 5 лет; 4 – девочки, 5 лет; 5 – мальчики, 6 лет; 6 – девочки, 6 лет.

жалению, нами не обнаружено материалов, указывающих на гармоничное физическое развитие детей Кольского Заполярья, за прошлые десятилетия. Вероятно, такие исследования не проводились, так как на повестке дня не стоял вопрос формирования готовности детей к обучению в школе. За последние десятилетия требования к школьникам возросли, а показатели физического здоровья значительно ухудшились. Это можно объяснить в том числе снижением двигательной активности детей.

Показатели физического развития – важная составляющая физической готовности детей к обучению в школе. Сегодня многие исследователи считают: от того, насколько физически развит и здоров ребенок, зависит его успешность в школе. Они отмечают, что «незрелые» дети часто становятся неуспевающими, однако такие дети, которые ценой чрезмерного напряжения стараются выполнить требования школы, чаще болеют, у многих формируется

невроз, возникает нежелание учиться. Установлено, что готовность к школе неразрывно связана с общим уровнем развития организма [2, 6, 9].

Физическое развитие может быть гармоничным либо дисгармоничным. Известно, что период старшего дошкольного возраста связан со скачком в физическом развитии, что, в свою очередь, приводит к диспропорциям и дисгармоничности. Однако этот компонент очень важен при комплексной оценке готовности. Он позволяет выявить причину нарушений в развитии опорно-двигательного аппарата при ухудшении физической подготовленности, что сказывается на показателях готовности.

Характеристика гармоничности развития дошкольников – обязательный компонент комплексной оценки готовности к школе и успешности обучения в ней. О гармоничности физического развития целесообразно судить по соотношению длины и массы тела. Их оптимальное соот-

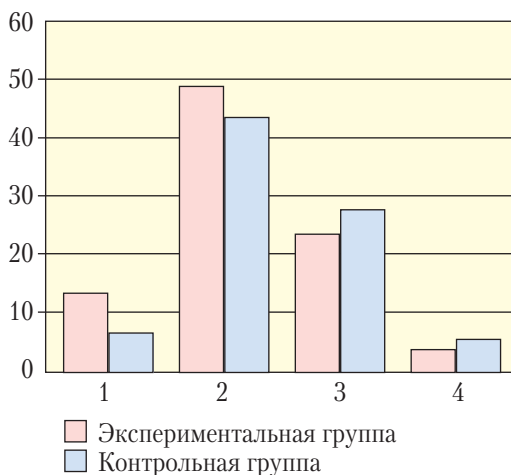


Рис. 3. Показатели физической готовности детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе, %

Условные обозначения:

- 1 – высокая готовность; 2 – готов;
- 3 – условно готов; 4 – низкая готовность

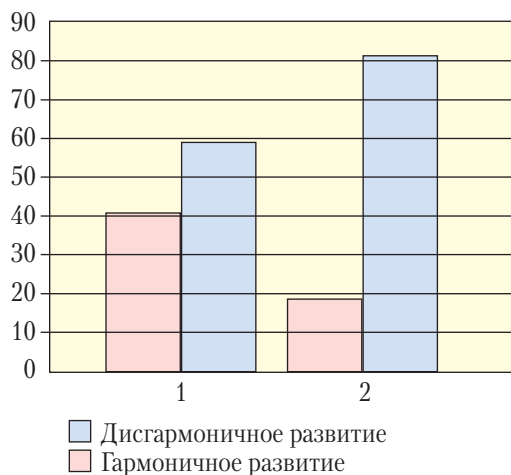


Рис. 4. Показатели гармоничного и дисгармоничного физического развития контрольной и экспериментальной групп, %

Условные обозначения:

- 1 – Экспериментальная группа
- 2 – Контрольная группа

ношение обеспечивает правильное функционирование опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма. По нашему мнению, формирование готовности пройдет успешно, если будут охвачены все ее компоненты и созданы условия для ее реализации.

Для подтверждения выдвинутой гипотезы мы определили педагогические условия, способные обеспечить формирование готовности детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе. Они внедрены в работу ДОУ № 105 Мурманска. Этот процесс будет проходить более эффективно, если выполнять все условия, обеспечивающие готовность детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе.

1. Диагностика и оценка всех компонентов готовности

В нашем исследовании мы выделили два блока: общую и специальную готовность. Общую составила *физическая и психологическая готовность*, специальную – *социальная и интеллектуальная*.

Физическая готовность оценивалась по следующим показателям:

- состояние здоровья (группа здоровья, хронические заболевания);

- физическое развитие (гармоничное или дисгармоничное);

- физическая подготовленность (бег 30 м, челночный бег 3x10 м, прыжок в длину с места, бросок набивного мяча; гибкость, метание мяча на дальность);

- состояние функциональных систем (двигательной, сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной);

- уровень сформированности двигательных умений и навыков (бег, прыжок, метание, лазанье).

Нами разработаны оценочные таблицы, позволяющие определить уровень развития каждого компонента физической готовности: высокий, средний, низкий. Результаты диагностики позволяют определить исходный уровень и подкорректировать отстающие компоненты физической готовности (см. рис. 3, 4).

Результаты исследования здоровья показали, что в экспериментальной группе два дошкольника имеют I группу здоровья, восемь – II, остальные относятся к III группе и имеют три–четыре хронических заболевания. Улучшение показателей здоровья составило 8%. В контрольной группе только один ребенок имеет I группу здоровья, четыре – II, остальные – III группу.

Показатели здоровья несомненно сказываются на показателях физического раз-

вития, которые, как известно, определяют уровень физической подготовленности, сформированности двигательных навыков и умений детей старшего дошкольного возраста, что влияет на их готовность к обучению в школе.

Как утверждают многие исследователи, именно гармонично развитые дети имеют высокий уровень физической подготовленности, подвижны, активны, реже болеют, легче адаптируются к школьной жизни, более успешны в учебе, быстрее включаются в работу. Дети с дисгармоничным физическим развитием относятся к группе риска и чаще всего испытывают трудности в учебе [9].

Показатели физического развития необходимо классифицировать на три группы: нормальное физическое развитие, группа риска, группа с отклонениями в физическом развитии, которая характеризуется:

- очень низкой длиной тела при любой массе тела;
- дисгармоничным развитием за счет дефицита или избытка массы тела при любой длине тела.

Дети с очень низкой длиной тела при любой массе тела и с очень низкой массой тела при любой длине тела выделяются в группу с отставанием в развитии. Дошкольники, физическое развитие которых определено как нормальное, оцениваются как здоровые. Дети, отнесенные к группе риска, нуждаются в индивидуальном анализе причин выявленных изменений.

И.К. Спириной [9] разработана методика формирования физической готовности. В ее работе представлены вневозрастные центильные шкалы и номограммы для оценки физического развития по соотношению длины и массы тела ребенка. Данная методика позволяет выявить дошкольников с отклонениями в физическом развитии, которые, по мнению автора, нуждаются в индивидуальном анализе причин выявленных изменений и дифференцированном подходе на занятиях по физическому воспитанию.

Результаты нашего исследования показали, что 81% детей экспериментальной группы имеют гармоничное физическое развитие. Количество детей с нормальным развитием даже несколько увеличилось (76%). В контрольной группе следует от-

метить тенденцию к уменьшению доли детей с нормальным физическим развитием и возрастанием доли детей с отклонениями в развитии на 12%. Группу гармонично развитых составили 59% детей. Это перераспределение связано с увеличением доли детей с повышенными и пониженными показателями массы тела.

2. Индивидуально-дифференцированный подход к формированию готовности к обучению в школе

«Условно готовые» дети и дети, имеющие «низкую готовность», требуют индивидуального подхода к выявлению отстающих компонентов готовности.

«Физически готовых» к обучению в контрольной группе оказался 51%. Прирост показателей данной готовности в этой группе составил 7%. «Физически неготовыми» к обучению были признаны 19% детей, «условно готовыми» – 30%.

В экспериментальной группе детей, «физически готовых» к обучению в школе, было 63%. Диагностика физической готовности показала прирост на 11%. «Физически неготовых» к обучению оказалось только 11%, «условно готовых» – 26%.

Группу «условно готовых» и «неготовых» к обучению составили дети, имеющие дисгармоничное физическое развитие, низкий уровень физической подготовленности. Полагаем, что комплексная и целенаправленная работа с «условно готовыми» дошкольниками позволит им пополнить ряды «готовых» к обучению в школе.

Повышение уровня готовности детей можно рассматривать как результат воздействия комплекса факторов, среди которых ведущая роль принадлежит правильной организации деятельности всех служб дошкольного образовательного учреждения.

3. Организация взаимодействия всех служб дошкольного образовательного учреждения с родителями

В дошкольном образовательном учреждении проводились консультации с родителями, которых ознакомили с результатами диагностики готовности. Тогда же определялись меры по коррективке от-

стающих компонентов. На собраниях родители слушали лекции на темы «Факторы, составляющие здоровый образ жизни», «Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата», «Влияние двигательной активности на здоровье ребенка». Оформлены стенды по физическому воспитанию.

4. Обеспечение взаимодействия педагогической, психологической и медицинской служб дошкольного образовательного учреждения

Активное и заинтересованное участие всего педагогического и медицинского персонала в решении задач по формированию готовности, комплексное использование разнообразных средств можно считать залогом хорошего здоровья, высокой готовности дошкольников к обучению в школе. Исследование показало, что только 3% инструкторов по физической культуре ДОУ Мурманской области учитывают показатели физического развития детей при корректировке занятий по физическому воспитанию. Большинство педагогов принимают во внимание только психологическую готовность дошкольников к обучению в школе. Всего 5% опрошенных родителей согласны с тем, что здоровье, показатели физического развития, физической подготовленности, их активное участие в данной подготовке являются гарантией успешного обучения детей в школе.

Дети с высокими показателями физического развития и состояния здоровья имеют более высокие показатели умственной работоспособности с менее выраженными функциональными сдвигами (В.И. Доломан, В.В. Никонов).

Рекомендуемая литература

1. Бунак В.В. Выделение этапов онтогенеза и хронологические границы возрастных периодов // Сов. педагогика. 1965. № 11.
2. Венгер А.Л., Венгер Л.А. Готов ли ваш ребенок к школе? М.: Знание, 1994.
3. Кенеман А.В., Кистьяковская М.Ю., Осокина Т.И. Физическая подготовка детей 5–6 лет к занятиям в школе. М.: Просвещение, 1980.
4. Лапицкая Е.М. Диагностика физического развития и двигательной подготовленности учащихся Кольского Заполярья: Учеб. пособие. Мурманск: НИЦ «Пазори», 2001.
5. Лапицкий Ф.Г. Таблицы возрастных норм физического развития дошкольников Мурманска: Метод. пособие. Мурманск, 1965.
6. Нижегородцева Н.В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе: Пособие для практикующих психологов, педагогов и родителей / Н.В. Нижегородцева, В.Д. Шадриков. М.: ВЛАДОС, 2001.
7. Переседина Ю.Е. Основные подходы к организации оздоровительной работы в начальной школе // Начальная школа: плюс – минус. 2000. № 7.
8. Рапопорт Ж.Ж. Адаптация ребенка на Севере. Л.: Медицина, 1979.
9. Спирина И.К. Методика формирования физической готовности детей дошкольного возраста к обучению в школе: Дисс. ... канд. пед. наук. Волгоград, 2000.
10. Оценка уровня физического развития детей дошкольного и школьного возраста Кировска (Заполярье): Информационные материалы. Мурманск, 1987.

Н. АВСЕНКО,
старший преподаватель,
кафедра ТиМФВ и С,
Мурманский государственный педагогический
университет
E-mail: avsnv.88@mail.ru



**ВЫШЕЛ 6 НОМЕР ЖУРНАЛА
«ЗДОРОВЬЕ
ДОШКОЛЬНИКА»**