

Энциклопедия физической культуры ребенка. Взаимосвязь развития способностей

dovosp.ru
«Дошкольное воспитание»

А. Щербак,

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры и безопасности жизнедеятельности, ГАУ ДПО ЯО «Институт развития образования», г. Ярославль, arshch@mail.ru

Продолжение. Начало см.: Дошкольное воспитание. 2018. № 4–7.

Аннотация. Статья посвящена одной из целей физической культуры – развитию способностей детей. На примере уровней построения движений доказывается взаимосвязь между развитием центральной нервной системы ребенка и его двигательными возможностями. Описываются особенности развития индивидуальных способностей дошкольников.

Ключевые слова: взаимосвязь, индивидуальные способности ребенка, уровни построения движения.

Одна из целей физической культуры – «физическое и интеллектуальное развитие способностей человека» [3]. Такая формулировка подчеркивает взаимосвязь развития индивидуальных особенностей ребенка, которые являются условиями успешного выполнения какой-либо одной или нескольких деятельностей. Например, по утверждению Н.А. Бернштейна, двигательная находчивость постепенно перерастает в умственную находчивость, в изобретательность [2].

Индивидуальные особенности не сводятся к знаниям, умениям и навыкам. Они обнаруживаются в быстроте, глубине и прочности овладения способами и приемами деятельности. Основой для обсуждения развития способностей ребенка являются уровни построения движений [2].

Уровни построения движений

А. Уровень тонуса

Двигательные задачи

Уровень тонуса дает всему движению основу, обеспечивая (увеличивая или снижая) мышцам тонус через спинномозговые клетки.

Двигательная задача «Ствол и опора» – приспособительное, подвижное поддержание туловища и шеи, держащей голову (преобладают плавные, упругие, выносливые движения).

Особенности уровня

1. Действия почти полностью произвольны.
2. При отклонениях в уровне развития наблюдается сутулая, согбенная фигура, вялость мышц, обвисшие руки, головокружение.

В. Уровень синергии и штампов

Двигательные задачи

Этот уровень обеспечивает всю внутреннюю структуру движения, согласовывает между собой работу большого количества мышц, налаживает синергии: управляет ритмом движения, обеспечивает удобное и экономичное чередование работы мышц – сгибателей и разгибателей.

В результате происходит одинаковое последовательное повторение движений (циклов), т.е. автоматизация движений.

Усваивается жизненный двигательный опыт, его хранение в двигательной памяти.

Особенности уровня

1. Нервными центрами уровня являются таламусы, которые отвечают за суставно-мышечную чувствительность (информирование о положениях частей тела, напряжениях отдельных мышц, суставных углах и т.д.).
2. Уровень плохо связан с рецепторами зрения и слуха.

С. Уровень пространства

Двигательные задачи

1. Передвижение тела в пространстве (ходьба, бег, прыжки); передвижение с помощью приспособлений (ходьба на лыжах, коньках, ходулях); перемещение вещей (брать, переносить, тянуть, класть, перебрасывать).

2. Движения тела в пространстве, которые не переносят тело с одного места на другое (спортивные, гимнастические и плясовые движения).

3. Точные целенаправленные движения рук.

4. Силовые движения (подъем тяжести, подтягивание и т.п.).

5. Размашисто-метательные (баллистические) и ударные движения.

6. Движения прицеливания, подражания и передразнивания.

Особенности уровня

1. Целевые переместительные движения (часто однократные): откуда-то, куда-то, зачем-то. Они обязательно приводят к какому-то конечному результату.

2. Совершение точных и метких движений. Навык быстрого и безошибочного перевода с языка представления о точке пространства на язык мышечной формулы движений к этой точке.

3. Переключаемость движений, т.е. попасть в заданную точку пространства можно с помощью различных частей тела.

4. Коррекция уровня: направляя движение, следят только за тем, как оно вписывается во внешнее пространство. На этом уровне не контролируется, как будет совершаться непосредственно движение (суставные углы).

D. Уровень действий

Двигательные задачи

1. Движения, бедные автоматизмами: «разведочного» порядка (рассматривание, ощупывание, сравнение, выборание); простейшие предметные действия (поставить, налить, насыпать, открыть); действия «новичка» (ребенок совершает их впервые).

2. Бытовые и трудовые действия.
3. Операции с измерительными приборами.
4. Речь и письмо.
5. Спортивная деятельность.

Особенности уровня

Уровень действий связан исключительно с корой полушарий и присущ только человеку.

Развитие уровня действий направляло развитие человеческой руки.

Источники ведущих коррекций уровня – это представление о плане действия, о порядке и связи его частей между собой.

E. Уровень интеллектуальных действий

Двигательные задачи

1. Символические или условные смысловые действия (не технически исполняемые, а ведущие в смысловом отношении к координации речи и письма).

2. Двигательные цепи (объединяемые не предметом, а отвлеченным заданием или замыслом, например, художественное исполнение).

3. Движения, изображающие предметное действие при отсутствии реального объекта этого действия.

4. Предметные действия, для которых предмет является уже не непосредственным объектом, а вспомогательным средством для воспроизведения в нем или с его помощью абстрагированных, не предметных соотношений.

Особенности уровня

Двигательные акты, относящиеся к этой группе, не являются суммой движений, полностью управляемых и координируемых низовым уровнем (базой возможностей человека, только сцепляемых между собой психологическими мотивами нового рода), а представляют настоящие целостные координации с особыми качествами.

Взаимосвязь развития способностей ребенка дошкольного возраста имеет ряд особенностей [1, 2].

Анатомически все уровни построения движений к *третьему* году готовы и теперь начинают наполняться содержанием. Однако на протяжении всего третьего года жизни ребенка все еще длится окончательное созревание высших двигательных систем.

В период *от трех до шести лет* наблюдается специализация нейронов, их типизация в проекционных и ассоциативных областях коры. Самым существенным моментом структурного созревания коры больших полушарий к пяти–шести годам является усложнение системы связей по горизонтали как между нейронами близко расположенных ансамблей, так и между разными областями коры.

В начале дошкольного возраста у детей начинает заметно расти количество и степень успешности действий уровня D. Они могут себя обслужить (переодеться на физкультуру), успешно занимаются со спортивным инвентарем и оборудованием. В этом же возрасте (на примерах перечисленных действий) обнаруживается и неравноценность между руками ребенка.

Движения верхних и нижних конечностей у детей отличает наличие лишних колебаний и неравномерность изменений скорости и ускорения. Даже такой наиболее рано формирующийся вид локомоций, как ходьба, по своим биомеханическим показателям несовершенен. Еще отсутствует зависимость между темпом ходьбы и длиной шага, которая непостоянна, начинает развиваться взаимосвязь движений рук и ног. Это сопряжено со значительными изменениями межполушарных связей: только к шести–семи годам формируется мозолистое тело, соединяющее оба полушария. Эти особенности процесса совершенствования двигательных функций не мешают детям овладевать некоторыми упрощенными формами спортивных упражнений: плаванием, ездой на велосипеде, катанием на коньках, ходьбой на лыжах.

С четырех лет дошкольники сравнительно легко, без ошибок выполняют попеременные движения ногами. В то же время им с трудом удаются прыжки, предполагающие синхронную работу обеих ног. Для того чтобы ребенок правильно усвоил способ движения, недостаточно подражания или показа, необходимо его сочетание со словесной инструкцией.

К семи годам уменьшается число упражнений, необходимых для формирования нового двигательного действия. У детей развивается чувство ритма. Они обладают разнообразной и выразительной мимикой, рассказывая о чем-нибудь, оживленно и убедительно жестикулируют. Хорошо удается им и подражательное воспроизведение чужих движений (особенно в игре).

Тем не менее почти все движения, которые ребенок производит, – это свободные движения без нагрузки (без работы в прямом смысле), движения, которые не преодолевают никакого сопротивления, а значит, не требуют и особых затрат энергии (уровень С).

Непоседливость ребенка зависит отнюдь не только от его особенно сильной потребности в движениях: в сидячем положении ему еще так мало что доступно и посильно, нечем себя занять и ему скучно. Если ему предложить дело, требующее точности (рисовать буквы, например), он улучит первую подходящую минуту, чтобы убежать играть.

На протяжении дошкольного возраста происходят существенные изменения в формировании внутреннего образа внешнего мира.

В три–четыре года еще сохраняется тесное взаимодействие зрительного восприятия и двигательных действий. Практические манипуляции с объектом (схватывание, ощупывание) являются необходимым фактором зрительного опознания.

К концу дошкольного возраста зрительное и осязательное обследование предмета становится более организованным и систематичным. Выделяемые признаки соотносятся между собой и целостным представлением объекта, что способствует формированию дифференцированного и более адекватного сенсорного обра-

за. К пяти–шести годам ребенок различает модификации физкультурного инвентаря и знает, какой ему нужен для занятий.

С развитием двигательных способностей тесно связано развитие внимания. Созревание сенсорных систем и совершенствование воспринимающей функции мозга определяют возможность привлечения внимания к более сложным признакам объекта, что способствует более глубокому и полному его описанию и опознанию.

В начале занятий физкультурой сохраняется значимость новизны как основного возбудителя внимания. Приблизительно в возрасте четырех лет отмечается всплеск интереса ребенка к новым двигательным действиям. Специфика этого периода в том, что к имевшемуся в раннем возрасте предпочтению новизны добавляется и стремление к разнообразию. Большое значение в изменении характеристик внимания имеют и возрастные преобразования системы восприятия от трех лет к шести годам, приводящие к быстрому нарастанию объема внимания.

Функциональная роль эмоциональной активации в приеме и анализе внешнего стимула особенно велика в возрасте трех–пяти лет, когда система восприятия еще незрелая. Это затрудняет анализ сложных движений, не имеющих аналогов в индивидуальном опыте детей. При появлении незнакомых абстрактных стимулов они ограничиваются общим осмотром и беглым впечатлением. Незрелость механизмов переработки и оценки информации компенсируется эмоциональной активацией, которая, подталкивая ребенка к действию с новым объектом, способствует реализации тех перцептивных возможностей, которые имеются к данному возрасту.

Источники

1. Безруких М.М., Сонькин В.Д., Фарбер Д.А. Возрастная физиология (физиология развития ребенка): Учеб. пособие. М.: Академия, 2008.
2. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. М.: Физкультура и спорт, 1991.
3. Щербак А. Энциклопедия физической культуры ребенка // Дошкольное воспитание. 2018. № 4.

Encyclopedia of physical culture of the child. Interrelation of development of abilities

A. Shcherbak

Abstract. The article is devoted to one of the goals of physical culture – development of the abilities of children. The relationship between the development of the central nervous system of the child and its motor abilities is proved on the example of levels of movement construction. Specific features of the development of the individual abilities of a preschool child are described.

Keywords: interrelation, individual abilities of the child, levels of construction of movement.

