

# Результативность физического воспитания детей по программе «Теремок»

---

**Гавришова** Елена Владимировна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта Белгородского государственного технологического университета им. В.Г. Шухова, Белгород; gavrishova.alena@gmail.com

**Панова** Татьяна Викторовна, заведующий;

**Фирсова** Оксана Владимировна, старший воспитатель, МБДОУ детский сад «Центр развития ребенка» № 57, Белгород

---

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема полноценного и своевременного физического развития *детей третьего года жизни* в соответствии с их возрастными возможностями по программе «Теремок». Дается краткая историческая справка по проблеме физического воспитания детей раннего возраста, характеристика особенностей технологии физического воспитания детей, приводятся результаты реализации указанной программы.

**Ключевые слова:** дети раннего возраста, физическое воспитание, игровая программа физического воспитания «Теремок».

## Немного об истории проблемы

Современный интерес к проблемам общественного воспитания детей раннего возраста вызван не только экономическими и социальными причинами, необходимостью обеспечить матерям возможность трудиться, но и тем, что за последние 20–30 лет был потерян богатый опыт работы с такими детьми, накопленный на протяжении двадцатого века. К тому же в последние десятилетия почти не проводились научно-педагогические исследования в данном направлении. А ведь нам было чем гордиться. К концу 20-х годов прошлого века в Ленинградском институте мозга имени В.М. Бехтерева, а затем в Центральном институте усовершенствования врачей сформировалась мощная научная школа под руководством Н.М. Щелованова, а позже Н.М. Аксариной, которая исследовала проблемы развития и воспитания детей от рождения до трех лет, выявила особенности периода раннего детства и физиологические основы воспитания. На основе этих исследований детально разработаны вопросы питания, методика оздоровительных мероприятий,

профилактика заболеваний, что позволило значительно снизить заболеваемость детей [1]. Для каждого из первых трех лет жизни ребенка была создана программа, обеспечивающая единство педагогического процесса в воспитании и развитии детей от рождения (в первую группу раннего возраста принимали младенцев с 2 месяцев) до школы. Программа несколько раз переиздавалась с существенными дополнениями и успешно реализовывалась в дошкольных учреждениях до конца 80-х годов. В этот период тиражами 100–200 тыс. экземпляров издавались методические пособия Л.Г. Голубевой, Г.М. Ляминой, С.Я. Лайзане, Л.Н. Павловой, К.Л. Печоры, разъясняющие педагогам-практикам, как растить здоровых детей, какими способами формировать у них доступные их пониманию связи и зависимости окружающего мира, почему необходимо учитывать индивидуальные различия детей в процессе воспитания, в каких формах целесообразно организовать повседневную жизнь и деятельность малышей в дошкольном учреждении.

В конце 80-х и начале 90-х годов появилось множество новых образовательных программ для дошкольных учреждений, подавляющее число которых были рассчитаны только на детей от трех до семи лет. В Закон об образовании в РФ (2012 г.) и ФГОС ДО (2013 г.) включены разделы, посвященные воспитанию и развитию детей первых трех лет жизни. Появились программы, рассчитанные только на ранний возраст, среди них и **программа «Теремок»**, разработанная научным коллективом под руководством доктора педагогических наук И.А. Лыковой [3]. Автором раздела «Физическое развитие» в данной программе является доктор педагогических наук Л.Н. Волошина [2].

**Целью** нашего исследования является оценка результативности физического воспитания и развития детей третьего года жизни по программе «Теремок».

**Материалы и методы исследования.** Научное исследование проводилось на базе двух групп раннего возраста МБДОУ детский сад «Центр развития ребенка» № 57 Белгорода. Участниками эксперимента с согласия родителей стали 28 детей в возрасте от одного года 10 месяцев до двух лет (в начале учебного года) до трех лет двух месяцев (в конце учебного года).

**Основные методы исследования:** структурированное наблюдение за двигательной деятельностью детей в разных формах, организуемых в рамках программы; игровые тесты, разработанные автором программы. Достоверность результатов определялась по Т-критерию Стьюдента.

## Особенности физического воспитания по программе «Теремок»

Авторам программы «...удалось по-новому взглянуть на современного ребенка и разработать инновационную образовательную программу, интегрирующую результаты научных исследований – классических и современных, отечественных и зарубежных – в области физиологии, нейрофизиологии, возрастной и педагогической психологии, педагогики раннего детства» [3].

Авторы программы настаивают, что целесообразно выстроить деятельность по гармоничному развитию, укреплению здоровья, развитию основных движений и физических качеств детей можно только в том случае, если: «При проектирова-

нии образовательного процесса и организации жизнедеятельности детей первой младшей группы будет учтено состояние здоровья, данные физического развития и физической подготовленности ребенка, его адаптационный потенциал. Эти показатели дают возможность сравнить уровень физического развития и физической подготовленности с возрастными нормами, проследить их динамику, выявить проблемы и наметить план педагогического сопровождения» [2].

Особое внимание было уделено анализу уровня освоения детьми двигательных умений. Основой диагностики стали структурированные наблюдения за детьми в ходе физкультурных занятий, подвижных игр, самостоятельной двигательной деятельности, фиксация результатов в протоколе и последующий их анализ.

**Целью деятельности на формирующем этапе эксперимента** стала реализация данной игровой технологии физического воспитания детей третьего года жизни. Программа акцентирует внимание педагогов на значимости двигательной активности детей и ее влиянии на психическое развитие. Автор напоминает практикам, что у детей указанного возраста быстро устанавливаются связи в процессе обучения, но они медленно закрепляются, двигательные умения уже как бы усвоенные, разрушаются без повторений. Это характерные особенности возраста – неустойчивость и незавершенность формирующихся навыков, поэтому все физические упражнения, которые мы разучивали с детьми на занятиях, неоднократно повторялись, а затем их включали в игры на прогулке и часто использовали, меняя игровые ситуации.

При этом помнили о большой ранимости и лабильности малышей. Дети раннего возраста часто болеют, у них меняется эмоциональное состояние, перевозбуждается нервная система, они легко утомляются, поэтому мы внимательно следили за их физическим состоянием во время физкультурных занятий, подвижных игр, чтобы не перегружать малышей. Избыточные нагрузки в раннем возрасте приносят ребенку вред, как утверждает программа, и мы с этим солидарны.

○ Количество физкультурных занятий (три), их структура (вводная, основная, заключительная части) традиционны. Автор настаивает, чтобы эти занятия имели тренирующий характер и вводная часть разогревала организм, обеспечивала подготовку к основным нагрузкам на все группы мышц, стимулировала активизацию внимания, памяти, мышления, а в заключительной части нагрузки снижались. Это стало правилом при организации физкультурных занятий в первой младшей группе.

○ Максимальный эффект развития в технологии Л.Н. Волошиной обеспечивается игровым характером занятий. Интерес детей к двигательной деятельности поддерживается при помощи игрушек, «которые нуждаются в помощи ребят»; игровых ситуаций, в которых привычное физкультурное оборудование превращается в «поезд», «лошадок», «кочки», «ровную дорожку», а дети становятся то «зайчиками», которые откапывают корешок, то «огуречиками», которым нельзя ходить «на тот конечик», то остаются детьми, но убегают от «волка», «медведя» и др. Мы на собственном опыте убедились в правоте слов автора технологии: «Дети по-новому воспринимают инвентарь, овладевают возможными вариантами действий с ним, пытаются воспроизвести наблюдаемый ими способ использования предметов. Таким образом решается одна из общих образовательных задач – инициирование дальнейшего развития предметных и орудийных действий и переноса их в новые условия» [2].

○ Общеразвивающие упражнения в основной части занятия в большинстве случаев выполнялись с предметами, что помогало поддерживать игровую ситуацию и плавно перейти к упражнениям в основных движениях, которые повторялись несколько раз. Характерная особенность данной технологии в том, что в основной части всех физкультурных занятий выделяется время для самостоятельной двигательной деятельности с пособиями, которые в данный момент представлены. Детям очень нравится этот фрагмент занятия, их активность повышается, двигательная деятельность приобретает ярко положительную окраску.

Происходит это по нескольким причинам. Во-первых, дети раннего возраста проживают стадию «автономии», и возможность действовать самим очень привлекательна для них. Во-вторых, малыши самостоятельно ставят цель (что я хочу делать?), ищут средства ее достижения (что мне для этого нужно?) и практически выполняют принятое решение, выбирая удобный вид движения, темп, чередование отдыха и нагрузки. И неважно, что все эти цели элементарны, а средства достижения представлены тут же. Важно, что дети действуют самостоятельно. Так складывается механизм волевого действия, а позже и мотивационная сфера. Ценно, что ребенок не ждет подсказки, активно отстаивает свою позицию, добивается желаемого.

○ В заключительной части занятия физиологическая нагрузка должна быть снижена – с детьми устраивают спокойные игры, хороводы, спокойную ходьбу. Очень важно, чтобы занятие заканчивалось на хорошей ноте, поэтому малышей хвалили, хлопали вместе с ними в ладоши, гладили, прижимали к себе. Это формирует положительное отношение к физическим упражнениям (потому что за них похвалили), к воспитателю (потому что он похвалил), а важнее всего – к себе (я такой хороший). Для ребенка любого возраста позитивная оценка – это стимул к дальнейшей активности, а в кризисный период «Я сам!» ценность положительной оценки многократно возрастает.

## Результаты реализации программы

На итоговом этапе экспериментальной работы выявили изменения, которые произошли в развитии двигательной сферы детей по итогам реализации программы «Теремок» в течение учебного года (диаграмма).

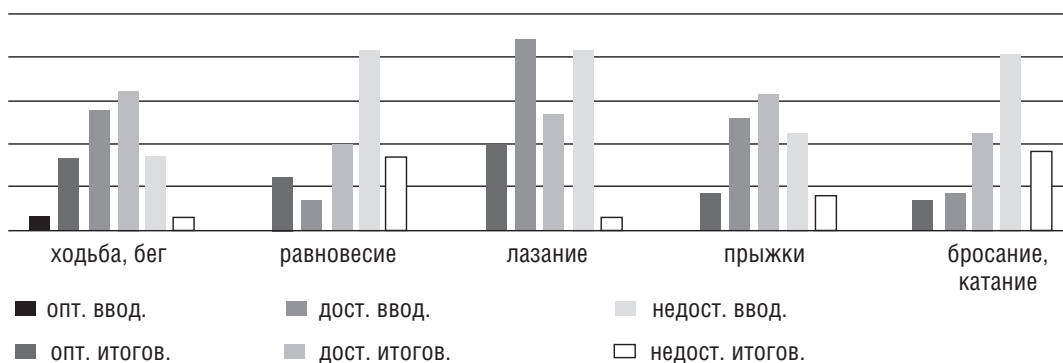


Диаграмма. Сопоставление результатов развития двигательной сферы детей третьего года жизни на вводном и итоговом этапах эксперимента

Анализ результатов развития двигательной сферы детей третьего года жизни на вводном и итоговом этапах эксперимента позволяет сделать следующие **выводы**. Количество детей, достигших оптимального и достаточного (в сумме) уровней развития основных движений увеличилось: в освоении ходьбы – на 32%; в развитии равновесия – на 49%; в лазании – на 4%; в прыжках – на 28%; в бросании и ловле – на 43%. Достижения детей значительны, и это стало возможным, так как, с одной стороны, третий год жизни является сензитивным периодом для освоения двигательных навыков, а с другой – педагогами ДОУ совместно с родителями велась целенаправленная и систематическая работа по развитию основных движений по программе «Теремок».

✓ К концу учебного года все дети освоили **ходьбу**, шаги у них достаточно равномерны, исчезают лишние движения, которые были в период становления ходьбы. В большинстве случаев движения рук и ног координированы, 96% детей умеют ходить стайкой, парами и по кругу, взявшись за руки; обходят предметы. У 64% воспитанников есть трудности с координацией, возникают проблемы при изменении темпа или направления ходьбы, не всегда получается приставной шаг. Бег для всех детей является любимым видом движений, о чем свидетельствуют положительные эмоции, сопровождающие подвижные игры с бегом, хотя он остается пока тяжелым, с недостаточной фазой полета, семенящий.

✓ Лучше всего дети освоили **лазание**. 93% умеют ползать на четвереньках по прямой, подлезать под воротца или веревку, перелезают через бревно, лазают по лестнице-стремянке. Встречаются трудности в ползании по наклонной доске или гимнастической скамейке. При лазании по гимнастической лестнице малышам легче подниматься вверх, чем спускаться.

✓ **Прыжки** начинают успешно осваивать. 82% воспитанников научились занимать правильное исходное положение, у многих получаются сложно координированные движения руками с одновременным толчком двумя ногами и приземление на обе ноги. В подвижных играх «Зайка серенький», «Мой веселый, звонкий мяч» и др. дети с удовольствием прыгают, но любят это делать на ковре, на траве, а не на жесткой основе.

✓ Сложными оказались **упражнения в равновесии** – 36% детей не справляются с такими заданиями, затруднялись в ходьбе с перешагиванием через кубики: балансируют, покачиваются или обходят кубики стороной. Но успехи в освоении равновесия значительны (+49%). Способствовали этому игровые задания-упражнения из программы «Теремок», направленные на развитие сенсомоторной, зрительной и вестибулярной систем и учитывающие диапазон движения суставов малышей.

✓ Такое же положение с освоением **катания, бросания, метания** – движений, очень важного для развития координационных способностей и ловкости. 15% воспитанников умеют несколько раз (до 10–12) перебрасывать мяч взрослому и ловить его; 46% тоже умеют это делать, но мяч прижимают к груди и количество перебрасываний меньше (до 5); 39% – затрудняются в выполнении указанных упражнений. Лучше положение с катанием мяча двумя руками друг другу, но возникает другая проблема: ребенок, получив мяч, не хочет катить его сверстнику, считая его своим. Однако игры с мячами дети любят, всегда очень эмоционально играют в «Догоните мячи», «Веселые мячики». Лучше подбирать такие игры, где мячей или шаров ровно столько, сколько и детей, иначе возникают конфликты.



○ Достоверность полученных результатов проверялась по непараметрическому статистическому Т-критерию Стьюдента, при помощи которого сравнивался уровень развития двигательных навыков детей третьего года жизни в начале и в конце учебного года. Полученное эмпирическое значение  $T^{эмп}$  для всех пяти основных движений находится в зоне значимости, а возможность ошибки равна 0,01.

Итак, исследование результативности физического воспитания и развития детей третьего года жизни по программе «Теремок» показало, что научная база и специфика построения авторской технологии обеспечивают высокий результат в освоении основных движений и двигательной активности детей третьего года жизни.

Данный вывод подтверждается результатами мониторинга двигательной сферы детей на итоговом этапе эксперимента. Прирост показателей от 4% до 43% доказывает: уровень развития основных движений повысился не только в результате естественного роста, значительную роль в этом сыграла система физического воспитания, предложенная программой и технологией «Теремок».

Успех реализации программы во многом обеспечен тем, что ее содержание, предлагаемые формы и методы в рамках игровой технологии соответствуют возрастным особенностям детей раннего возраста, среди которых: взаимосвязь физического и психического развития; потребность в двигательной деятельности и в обогащении сенсорных впечатлений; возможность решать возникающие проблемы только практическим способом в силу отличительных качеств наглядно-действенного мышления; необходимость частой повторяемости выученных двигательных действий, так как умения формируются в раннем возрасте быстро, но так же быстро и разрушаются.

## Источники

1. Аксарина Н.М. Воспитание детей раннего возраста. М.: Медицина, 1991.
2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Физическое развитие детей третьего года жизни. Методическое пособие для реализации образовательной программы «Теремок» / Под ред. И.А. Лыковой, Е.А. Сагайдачной. М.: Цветной мир, 2019.
3. Образовательная программа дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет / Научный руководитель И.А. Лыкова; под общ. ред. Т.В. Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой. М.: Цветной мир, 2019.

## The effectiveness of physical education of children according to the program “Teremok”

Elena V. **Gavrishova**,  
Tatyana V. **Panova**,  
Oksana V. **Firsova**,  
Belgorod, Russia

**Abstract.** The article deals with the problem of full and timely physical development of children of the third year of life in accordance with their age capabilities under the program “Teremok”. A brief historical reference is given on the problem of physical education of young children, characteristics of the features of the technology of physical education of children, the results of the implementation of this program are given.

**Keywords:** young children, physical education, the game program of physical education “Teremok”.

