

Средства и методы физической культуры в развитии социального интеллекта детей 6–7 лет

Сушкова Ирина Викторовна, доктор педагогических наук, доцент, профессор; irvisu15@mail.ru

Лошкарева Олеся Николаевна, старший преподаватель;

кафедра дошкольного и специального образования Института психологии и педагогики,

ФГБОУ ВО «Елецкий государственный университет имени И.А. Бунина, г. Елец, Липецкая область

Аннотация. В статье отражены вопросы применения средств и методов физической культуры для развития социального интеллекта детей *старшего дошкольного возраста*. Раскрыто содержание понятий «физическое развитие», «физическая культура», «физическое воспитание», представлено влияние средств и методов физической культуры на развитие структуры социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, описан соответствующий алгоритм педагогической работы.

Ключевые слова: социальный интеллект, самооценка, саморегуляция, межличностное взаимодействие, физическая культура, средство, метод, старший дошкольный возраст.

Физическая культура и социальный интеллект ребенка

Роль физического воспитания в развитии социального интеллекта в дошкольном детстве известна, но при этом остаются недостаточно освещенными возможности физической культуры в этом процессе. Развитие социального интеллекта детей в условиях физического воспитания в дошкольных образовательных организациях (ДОО) и семье можно осветить при условии оперирования понятиями «физическое развитие», «физическая культура», «физическое воспитание».

Физическое развитие есть «динамический процесс изменения морфологических и функциональных параметров организма, характеризующийся увеличением роста (длины тела), массы тела, ростом внутренних органов и общей работоспособности организма» [4], а также это «запас физических сил и работоспособность человека на определенном этапе жизни» [3].

В семье и детском саду физическое развитие ребенка может осуществляться по-разному из-за разного уровня физической культуры родителей и специфики процесса физического воспитания детей в ДОО. В ФЗ «О физической культуре и

спорте в Российской Федерации» физическая культура рассматривается как «часть культуры, представляющая собой совокупность ценностей, норм и знаний, создаваемых и используемых обществом в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития» [7]. В данном документе понятие «физическое воспитание» представлено как «процесс, направленный на воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры» [там же]. Подчеркивается, что физическое воспитание направляет процесс физического развития и тем самым в итоге определяет характер физической культуры ребенка.

В содержании образовательной области «Физическое развитие» ФГОС ДО отражены цели работы, ориентированные на становление у детей целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере [6]. Саморегуляция проявляется в осознанных действиях, направленных на достижение результата, но в дошкольном возрасте в силу интенсивного психического развития нестабильна, поэтому процессом ее развития необходимо управлять. Это не только показатель личностного развития ребенка, но и его источник, что проявляется в двигательной, эмоциональной и социальной сферах. Саморегуляция необходима при овладении движениями, управлении телом, эмоциями, поведением, направлении внимания на эмоциональные ощущения, определении целей собственных поступков и поступков окружающих, прогнозировании результатов действий. Н.В. Литвиненко, М.А. Гасилина указывают на дезадаптивное поведение в сфере отношений со сверстниками и взрослыми у 40% детей старшего дошкольного возраста. У них отмечаются «отсутствие активности, инициативности в общении, агрессивные реакции на положительные воздействия, непонимание потребностей и желаний других, ссоры, конфликты, игнорирование вопросов, использование неконструктивных средств решения проблемных ситуаций в игре, негативные реакции на успех или неуспех других, отсутствие активности по разрешению конфликтов» [2]. Причины таких проявлений кроются в неэффективности работы по развитию саморегуляции детей, которую нельзя рассматривать в отрыве от других психологических феноменов – самооценки и межличностного взаимодействия. Выполняя функцию управления поведением и эмоциями, она определяет самооценку ребенка, которая, в свою очередь, выступает условием формирования умения выстраивать конструктивное межличностное взаимодействие, в том числе выражающееся в способности разрешать конфликты или избегать их [8]. Связь данных психологических процессов выражается в рассмотрении их в качестве структурных компонентов социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, представляющего собой «отличающуюся возрастными особенностями и развивающуюся способность выстраивать общение и взаимодействие с социумом, разрешать конфликтные ситуации или предупреждать их возникновение на основе адекватной оценки себя и партнеров по деятельности и регуляции собственных поступков и поведения» [там же].

Средства физической культуры

Физическая культура включает ценности, нормы, знания, действия, способствующие также интеллектуальному развитию человека и его успешной социальной адаптации. Поэтому важно рассмотреть ее средства, выступающие инструментом развития социального интеллекта.

Согласно исследованиям Т.П. Завьяловой и И.В. Стародубцевой, к средствам физической культуры относятся физические упражнения, естественные силы природы и гигиенические факторы [1]. Наиболее значимое место в физическом воспитании принадлежит физическим упражнениям, представляющим собой двигательные действия, применяемые с целью физического совершенствования человека.

► Физические упражнения представлены:

- гимнастикой (основные движения – бег, метание, лазанье, прыжки, общеразвивающие упражнения, построение и перестроение, танцевальные упражнения);
- играми (подвижные игры, игры с элементами спорта), спортивными упражнениями: летние (плавание, езда на велосипеде) и зимние (ходьба на лыжах, катание на коньках, санках) игры;
- простейшим туризмом.

► Вспомогательную роль в процессе реализации физических упражнений играют такие средства, как естественные силы природы (воздействие солнца, воздуха, воды). Благодаря занятиям на открытом воздухе, на солнце, с использованием воды у детей улучшаются настроение и общее состояние организма в силу повышения функциональных возможностей всех систем.

► Гигиенические факторы (соблюдение режима дня – занятий, отдыха, сна, питания, гигиены помещений, одежды, обуви, игрушек и др.) наиболее эффективны, если обеспечивается их воздействие при выполнении физических упражнений. Основой являются некоторые гигиенические факторы (например, режим питания позволяет обеспечивать жизнедеятельность и развитие ребенка, предупреждать заболевания, без соблюдения этого режима выполнение физических упражнений невозможно).

Несмотря на то, что естественные силы природы и гигиенические факторы играют вспомогательную роль в процессе развития социального интеллекта, они напрямую детерминируют физиологические процессы нервной системы, что непосредственно отражается на функционировании познавательной и поведенческой сфер ребенка. Их применение способствует закаливанию, являющемуся средством профилактики негативных последствий влияния на организм внешних воздействий среды, а также одним из ключевых аспектов гармоничного физического развития. Закаливание укрепляет здоровье, делает ребенка устойчивым к заболеваниям, способным сохранять хорошее самочувствие и высокую работоспособность. Этот процесс совершенствует волевые качества детей, важные для социальной адаптации, способствует укреплению мышечной массы тела, стимулированию деятельности и повышению жизненного тонуса. Например, использование средств физической культуры на открытом воздухе в солнечную погоду обеспечивает возможность лучшего зрительного восприятия окружающей среды, усиливает биохимические

процессы, тренирует теплообменные механизмы, что повышает иммунитет человека. Применение естественных сил природы и гигиенических факторов снижает процент заболеваний, которые могут негативно влиять на организм ребенка и отрицательно отражаться на его поведении – болезненное состояние он неосознанно транслирует в социум, и характер этой трансляции может по-разному отражаться на взаимодействии с окружающими (от пассивности до агрессивных проявлений). Применять эти средства с целью закаливания надо систематически, с раннего детства, когда развиваются иммунобиологические процессы. Это позволит заложить фундамент для успешного развития социального интеллекта ребенка.

Его развитие в старшем дошкольном детстве определяется, в числе прочего, применением различных средств физической культуры. Влияние средств физической культуры на структурные компоненты социального интеллекта представлено в табл. 1.

Таблица 1

Влияние средств физической культуры на развитие структуры социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста

Средства физической культуры	Влияние на структурные компоненты социального интеллекта:		
	саморегуляцию	самооценку	межличностное взаимодействие
Физические упражнения			
Танцевальные упражнения	+	+	+
Подвижные игры	+	+	+
Игры с элементами спортивных игр	+	+	+
Спортивные упражнения	+	+	+
Основные движения	+	–	–
Общеразвивающие упражнения	+	–	–
Естественные силы природы			
Солнце	+	+	+
Воздух	+	+	+
Вода	+	+	+
Гигиенические факторы			
Режим питания	+	+	+
Режим занятий/отдыха	+	+	+
Гигиена помещений, одежды, обуви, игрушек	+	+	+
Дыхательная гимнастика	+	–	–

Примечание: «+» – наличие влияния средства физической культуры на структурные компоненты социального интеллекта; «–» – отсутствие такого влияния.

Комплексное воздействие на все структурные компоненты социального интеллекта оказывают *физические упражнения* (танцевальные и спортивные упражнения, подвижные игры, игры с элементами спортивных игр), требующие взаимодействия детей. Основные движения и общеразвивающие упражнения, как правило, выполняются индивидуально, в силу чего ребенок, концентрируя внимание на своем теле, прилагает определенные усилия, тренирует волю, самоконтроль и, как следствие, повышает уровень саморегуляции. Естественные силы природы комплексно воздействуют на социальный интеллект детей. Например, выполнение упражнений на открытом воздухе улучшает настроение, в силу чего коммуникация ребенка с окружением выстраивается наиболее успешно, а это благоприятно сказывается на его самооценке. Поддержание организма в хорошей физической форме за счет соблюдения режимных моментов положительно влияет на развитие структурных компонентов социального интеллекта. Своевременный отдых, качественное питание и др. обеспечивают хорошее настроение, конструктивное межличностное взаимодействие, предотвращают негативные детерминанты проявления саморегуляции.

Методы физической культуры

Обратимся к характеристике методов физической культуры, которые можно применять в работе по развитию социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста. Один и тот же метод используется для разных целей в зависимости от выбранных приемов. Чем богаче их запас, тем шире диапазон. Классификация С.О. Филипповой, О.А. Каминского, Г.Г. Лукиной, в основании которой лежит восприятие информации, включает методы слухового, зрительного, двигательного восприятия [5].

Методы слухового восприятия (рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, указание, оценка, команда, подсчет) предполагают вербальное транслирование информации педагогом. Благодаря им у детей формируется интерес к занятиям физкультурой, конкретизируются и закрепляются двигательные навыки, предупреждаются или исправляются ошибки, регулируется поведение, обеспечивается не только смысловая, но и эмоциональная нагрузка.

Методы зрительного восприятия (показ физических упражнений, демонстрация наглядных пособий) позволяют сформировать у детей визуальные представления о двигательных действиях, что обеспечивает прочное усвоение нового материала. Эти методы эффективны при знакомстве детей с новыми движениями, уточнении техники их выполнения. При этом показ лучше использовать во время занятий, а к демонстрации пособий следует прибегать вне занятий.

Методы двигательного восприятия (разучивания по частям, разучивания в целом, равномерный, переменный, повторный, игровой, соревновательный) базируются на двигательной активности детей и позволяют им освоить новые движения, получить знания. *Игровой метод* ограничивает возможность для формирования нового навыка, но в то же время может способствовать развитию сюжета. Специфика *соревновательного метода* заключается в том, что, несмотря на широкие

возможности применения, его следует дозировать, так как длительное его использование перегружает нервную систему детей и отрицательно сказывается на их поведении.

Методы физической культуры, оказывающие наибольшее воздействие на структурные компоненты социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста, представлены в табл. 2.

Таблица 2

Использование методов физической культуры в развитии социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста

Методы физической культуры	Структурные компоненты социального интеллекта		
	Саморегуляция	Самооценка	Межличностное взаимодействие
Методы слухового восприятия			
Рассказ	+	—	—
Описание	+	—	—
Объяснение	+	—	—
Беседа	+	+	+
Разбор	+	-	-
Указание	+	-	-
Оценка	+	+	+
Команда	+	—	—
Подсчет	+	—	+
Методы зрительного восприятия			
Показ физических упражнений	+	—	+
Демонстрация наглядных пособий	+	+	—
Методы двигательного восприятия			
Разучивания по частям	+	—	—
Разучивания в целом	+	—	—
Равномерный	+	—	—
Переменный	+	—	—
Повторный	+	—	—
Игровой	+	+	+
Соревновательный	+	+	+

Примечание: «+» – наличие влияния метода физической культуры на структурные компоненты социального интеллекта; «—» – отсутствие такого влияния.

Из табл. 2 следует, что развитие саморегуляции обеспечивается применением всех методов. Саморегуляция, в функции которой входит контроль собственных поведенческих, эмоциональных и вербальных реакций, вслед за собственным развитием окажет детерминирующее влияние на самооценку и межличностное взаимодействие.

Наиболее значимыми из методов слухового восприятия для развития самооценки являются беседа и оценка.

Вербальная информация позволяет нормализовать самооценку ребенка. Методы зрительного восприятия в комплексе с методами слухового восприятия способствуют адекватному формированию у ребенка образцов действий, поведения.

Игровой и соревновательный методы из группы методов двигательного восприятия помогут ребенку с заниженной самооценкой осознать свои возможности в совместной со сверстниками деятельности.

В развитии межличностного взаимодействия наибольший положительный эффект могут оказать методы: слухового восприятия (беседа, оценка, подсчет), двигательного восприятия (игровой, соревновательный), способствующие овладению детьми успешной коммуникацией. Показ физических упражнений, относящийся к методам зрительного восприятия, требует от детей активного восприятия правильности выполнения движений, что может положительно сказаться на их взаимодействии.

С.О. Филиппова, О.А. Каминский, Г.Г. Лукина указывают, что универсальной классификации приемов не может существовать из-за их многочисленности и постоянной изменчивости. Применительно к процессу развития социального интеллекта детей в качестве актуальных приемов можно выделить такие, как: повторение, активизация детей через наглядные пособия, коллективное участие, счет в сочетании с указанием, показ физических упражнений, частичный показ, словесное комментирование, имитация, слуховые и звуковые ориентиры, помощь.

Алгоритм работы по развитию социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры

Описанные выше средства, методы и приемы требуют определенной алгоритмизации, которая упорядочит их применение в ДОО. Представим алгоритм работы по развитию социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры в виде схемы.

Развитие социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста необходимо осуществлять поэтапно:

1) педагогическая работа с приоритетной направленностью на развитие саморегуляции;



Схема

2) педагогическая работа с приоритетной направленностью на развитие самооценки и педагогическая работа с приоритетной направленностью на развитие межличностного взаимодействия;

3) комплексная педагогическая работа по развитию всех компонентов структуры социального интеллекта.

Педагогическая работа начинается с развития саморегуляции, так как она ложится в основу формирования самооценки и межличностного взаимодействия. Далее возможно одновременно работать с приоритетной направленностью на развитие самооценки и межличностного взаимодействия. Это обусловлено применением идентичных средств физической культуры, различающихся лишь содержательной наполняемостью. Например, танцевальное упражнение для развития уверенности в себе и танцевальное упражнение для установления положительных отношений со сверстниками. Средства, методы и приемы на первых двух этапах могут использоваться в разных комбинациях, но предпочтителен выбор тех, которые обеспечивают результативность применительно к конкретному компоненту структуры социального интеллекта детей. Предложенный алгоритм, в основу которого положен интегрированный подход в использовании средств, методов и приемов физической культуры, позволит оказать комплексное воздействие на развитие социального интеллекта детей старшего дошкольного возраста.

Источники

1. Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Теория и методика физического воспитания дошкольников. 2-е изд. Тюменский государственный университет. М.: Юрайт, 2019.
2. Литвиненко Н.В., Гасилина М.А. Формирование способности к сотрудничеству у старших дошкольников с дезадаптивным поведением // Проблемы современного педагогического образования. 2022. Симферополь: ФГАОУ ВО КФУ им. В.И. Вернадского.
3. Пашин А.А., Анисимова Н.В., Опарина О.Н. Мониторинг физического развития, физической и функциональной подготовленности учащейся молодежи. Пенза, 2015.
4. Перевощикова Н.К., Селиверстов И.А., Дракина С.А., Черных Н.С. Физическое развитие детей подготовительных групп дошкольных образовательных учреждений г. Кемерово // Мать и дитя в Кузбассе. 2020. № 3 (82).
5. Филиппова С.О., Каминский О.А., Лукина Г.Г. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста / Под ред. С.О. Филипповой. 5-е изд., стер. М.: Академия, 2013.
6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155.
7. Федеральный закон от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 02.07.2021 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изм. и доп.). Ст. 2.
8. Sushkova I.V., Loshkareva O.N. Social intelligence in 6–7 years old: features and application results of pedagogical diagnostics // Revista Tempos E Espacos em Educacao, 2021. Vol. 14. No. 33. Интернет-источник.

Means and methods of physical training in the development of social intelligence of children 6–7 years old

Irina V. Sushkova,
Olesya N. Loshkareva,
Yelets, Russia

Abstract. The article reflects the issues of using the means and methods of physical training for the development of social intelligence of senior pre-school age children. The content of the concepts of “physical development”, “physical training”, “physical education” was disclosed, the influence of the means and methods of physical training to the development of the structure of social intelligence of senior pre-school age children was presents, the corresponding algorithm of pedagogical work was described.

Keywords: social intelligence, self-evaluation, self-regulation, interpersonal interaction, physical training, means, method, senior pre-school age.

