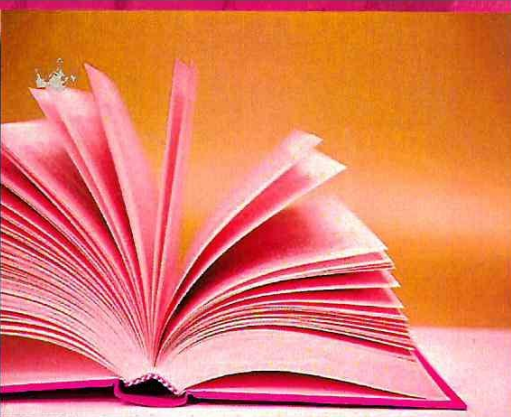




АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Материалы
Международной научной конференции

15 марта 2018 г.



Научный
издательский
центр «Абсолют»



ДОШКОЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ. ДОШКОЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА

Айдемирова А.Р.

инструктор по физической культуре
МБДОУ № 561
г. Екатеринбург

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ

У детей младшего возраста отмечается не только большой интерес, но и высокая физиологическая потребность в движениях. Задача педагогов и родителей – поддерживать и закреплять этот интерес, способствовать всестороннему гармоничному развитию ребёнка, укреплению его здоровья.

Ключевые слова: дети, движение, педагог, развитие.

Своевременное формирование движений и целесообразность и последовательность их возникновения играют большую роль в физическом и нервно-психическом развитии ребёнка. В каждом возрастном периоде у ребёнка есть как предшествующий опыт развития, так зона ближайшего развития, ориентируясь на которую педагог ставит определённые задачи развития. У ребёнка третьего года жизни

активно совершенствуются такие основные виды движений, как ходьба, лазание, ребёнок часто использует бег. Однако все эти движения недостаточно точны и координированы. Дети этого возраста недостаточно устойчивы, что обусловлено малой площадью опоры, высоко расположенным центром тяжести. Движения детей неточные, выполняются по общей схеме, так как преимущество в развитии у крупных мышечных групп, причём у мышц-сгибателей тонус выше, чем у мышц-разгибателей. Это также влияет на темп выполнения движений – упражнения ребёнка выполняются в медленном и среднем темпе. Также у детей велика потребность в частой смене движения, не могут сохранять длительное время неподвижную позу, обязательное частое чередование движения и отдыха [1].

Педагог постепенно предъявляет требования к качеству движения ребёнка посредством показа, объяснения и выполнения движений вместе с ребёнком. Большую роль играют подражательные действия взрослому – движения вначале выполняются одновременно, после этого возможно воспроизведение самостоятельно с помощью словесных указаний. В дальнейшем подражание сопровождается большим осмыслением и, соответственно, происходит более чёткое осмысление двигательной задачи [2].

Для формирования разнообразных движений используются игрушки и физкультурные пособия, вызывающие интерес и желание двигаться: обручи, мячи, тоннели, различные лестницы. У ребёнка постепенно развивается чувство равновесия, глазомерная оценка направления и расстояния, сложнее становятся действия с предметами. Ходьба становится более совершенной, исчезают лишние, мешающие движения. Педагог приучает детей ходить правильно: прямо, не отклоняясь в стороны, ставить стопы ног параллельно или с небольшим разворотом наружу, коор-

динировать движения рук с движениями ног, менять направления и характер движения. Для правильной постановки стопы применяют ходьбу по дорожке с нарисованными «следами», ходьбу по наклонной доске, ходьбу по шнуру, положенному на пол. Чтобы ребёнок не шаркал ногами, применяют такое упражнение, как ходьба с высоким подниманием колен: на пол кладут шнур, палочки, кубики и другие предметы, через которые ребёнок перешагивает. Постепенно высоту увеличивают до 5-10 см. Для развития ритмичности шага подходит игра «По ровненькой дорожке». Из двух шнуров на полу выкладывают дорожку, шириной не менее 30-35 см. Дети идут в ритме стихотворения: «По ровненькой дорожке (2 р.) шагали наши ножки, топ-топ-топ. Шагали наши ножки, устали наши ножки, устали, отдыхают, стоп!». Окончание движения можно обозначить хлопком в ладоши. Дети останавливаются и приседают. Потом игра повторяется.

Обучение лазанию способствует развитию ловкости, смелости, носит общеукрепляющий характер. Упражнения в лазании (ползании, перелезании, подлезании) укрепляют мышцы туловища и важны для формирования правильной осанки. В групповом помещении для детей устанавливают горки, лесенки, тоннели или другие предметы для лазания. Обязательно проводят игры с лазанием на прогулке, во время пребывания детей в группе и др., например, «Мышки в норках». На два стула кладём обручи (по количеству играющих детей), это «норки». Вначале «мышки гуляют». Мышки бегают легко, почти не слышно, на носочках. Устали мышки и пошли в свои норки. Воспитатель объясняет, что надо встать на четвереньки, подползти к норке, нагнуть голову, подлезть и встать в середине обруча. Детей торопить не следует, лазание выполняется медленно.

Бросать и катать мяч ребёнок начинает рано, с года – полутора. После двух лет ребёнка можно учить элементам замаха при броске малого мяча (положение руки, поворот туловища). Трёхлетние дети неплохо ловят правильно брошенный взрослым мяч. Некоторые движения ребёнка вполне может «открыть» для себя сам. Так, некоторые дети многократно ударяют мячом об пол, вначале не пытаясь поймать его, только наблюдая, как он «отпрыгивает». Постепенно они учатся и ловить мяч. Собственный двигательный опыт помогает развитию их двигательного творчества. Обучению метанию способствует игра «Красный-синий». У каждого ребёнка в правой и левой руке по одному мешочку – красному и синему. На некотором расстоянии от детей педагог ставит две корзины (обручи или другие мишени), тоже красного и синего цвета. Педагог просит показать красный мешочек и бросить его в красную мишень, потом – показать синий мешочек и бросить в синюю мишень. Важно, чтобы метание всегда выполнялось обеими руками, симметрично, что способствует формированию правильной осанки и гармоничному развитию.

Прыжками и бегом дети овладевают на третьем году жизни. Не следует формировать обучение прыжкам, так как в этом возрасте ещё недостаточно развиты связки нижних конечностей, а также сила мышц. Подготовка к прыжкам идёт за счёт создания условий, стимулирующих самостоятельное выполнение их детьми – подвешивание на высоте поднятых рук ребёнка игрушек, погремушек, колокольчиков, ленточек и др. Подпрыгивание в играх связывается с образом воробышка, зайчика и т. д. Постепенно детей подводят к прыжкам в длину с места, предлагая «прыгнуть как можно дальше». Дети в возрасте 3 лет могут прыгать на расстояние 40-50 см. Спрыгивание с предметов связано с большой нагрузкой на опорно-двигательный ап-

парат, поэтому не следует допускать спрыгивания с высоты более 15-20 см; спрыгивание осуществляется только на мягкую поверхность (мат), со страховкой взрослого. Детей обучают спрыгивать мягко, на полусогнутые ноги. Предлагают детям поиграть в игру «Серый зайка». Дети стоят в кругу, в центре, на стуле – игрушечный зайц. Педагог предлагает показать зайке, как дети умеют присесть (дети выполняют движение полуприседа вслед за педагогом). «А ещё наши ребята умеют вставать на носочки, они сейчас с тобой поиграют» (педагог проносит зайца по кругу над детьми, чтобы они руками до него дотянулись). «А ещё наши дети умеют прыгать!» (дети подпрыгивают). Затем педагог проводит игру «Догони», в которой малыши прыгают с продвижением вперёд, имитируя прыжки зайца.

Бег для детей 2-3 лет является одним из любимых движений, при этом в беге отмечается большая, чем в ходьбе, согласованность и ритмичность движений рук и ног, энергичность отталкивания. В то же время ребёнок наступает на всю стопу, недостаточно сгибает колени, испытывает затруднения в сохранении равновесия, шаг часто бывает неравномерный и т. д. При обучении бегу в первую очередь надо обращать внимание на его качественную сторону, а не на скорость. Обучение бегу сочетается также с развитием ориентировки в пространстве – бегать в разных направлениях, используя всю площадь зала, не наталкиваясь друг на друга. С детьми как в зале, группе, так и на прогулке можно поиграть в игру «Беги ко мне»: дети ходят врассыпную, на слова воспитателя «Бегите ко мне!» каждый стремится побыстрее добежать до педагога. Можно слова заменить звуковым сигналом (хлопком в ладоши, свистком, ударом в бубен).

У детей младшего возраста отмечается не только большой интерес, но и высокая физиологическая потреб-

ность в движениях. Задача педагогов и родителей – поддерживать и закреплять этот интерес, способствовать всестороннему гармоничному развитию ребёнка, укреплению его здоровья.

Список литературы

1. Шишкин В.А, Движение + движения. – М.: Просвещение, 1992. – 96 с.
2. Теория и методика физической культуры дошкольников / под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарёва. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС ; М.: ТЦ «СФЕРА», 2008. – 656 с.

Aidemirova A.R.

*instructor in physical culture
Municipal budget pre-school educational institution № 561
Yekaterinburg*

PECULIARITIES OF FORMATION OF THE BASIC MOVEMENTS OF CHILDREN FROM 2 TO 3 YEARS

Young children are not only of great interest, but also a high physiological need for movement. The task of teachers and parents is to maintain and consolidate this interest, to promote the child's comprehensive harmonious development, and to strengthen his health.

Key words: children, movement, teacher, development.