

Факторы активизации познавательной деятельности старших дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями

Н.А. Фомина,
С.В. Лукина

В статье рассматривается возможность активизации познавательной деятельности детей дошкольного возраста в процессе их физического воспитания. Определены три группы факторов, способствующих повышению познавательной активности детей: физиологические, психологические и педагогические. Предлагается новая форма организации интегрированной деятельности на основе ритмической гимнастики, обеспечивающей взаимосвязь физических упражнений и познавательной деятельности. В заключение предложена разработка спортивного праздника (проект).

Ключевые слова: физическое воспитание дошкольников, сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика, интеграция двигательной и познавательной деятельности, физиологические факторы, активизация познавательной деятельности на физкультурных занятиях, спортивный проект.

Современная ситуация в дошкольном образовании характеризуется интенсивным ростом объёма знаний, необходимых ребёнку для последующего успешного перехода в начальную школу. Это часто приводит к ограничению двигательной деятельности, а значит, неудовлетворению биологической потребности дошкольника в движении. Результатом гиподинамии становятся нарушения психического и физического порядка, возникновение хронических заболеваний. По данным О.Л. Трещевой (2002), не менее 80% хронических заболеваний развивается в раннем и дошкольном возрасте. Двигательная активность является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребёнка (М.Д. Маханева, Н.А. Фомина, Н.Н. Ефименко, Г.Н. Лиджнева).

Потребность ребёнка в движении невозможно удовлетворить только за

счёт организованных физкультурных занятий, которые в педагогическом процессе ДОУ ограничены и строго регламентированы временем. Формальное количественное увеличение физкультурных занятий может быть только за счёт сокращения времени, отводимого на познавательную, свободную или игровую деятельность, что также нецелесообразно.

Возникает необходимость поиска новых форм организации физической активности, позволяющих чередовать или сочетать двигательную деятельность с познавательной.

Известны научные исследования, касающиеся реализации интегрированного подхода в физическом воспитании детей дошкольного и младшего школьного возраста (М.П. Асташина, С.В. Менькова, Н.Ю. Мищенко, М.А. Правдов, Н.А. Фомина, и др.).

Однако нет научно обоснованных методик организации интегрированных занятий на основе физкультурно-оздоровительной деятельности и дидактического материала по изучению окружающего мира. На наш взгляд, именно данная область познания требует применения деятельностного подхода. Реализация этого подхода и создание ситуативных комбинаций на занятиях по физическому воспитанию позволит детям успешно развивать моторику и, одновременно, получать новые знания об окружающем мире.

Эффективной формой организации физкультурной деятельности может стать сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика, являющаяся синтезом музыкально-двигательной, познавательной, театрализованно-игровой деятельности (Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова). Сюжеты сказок, на основе которых планируется организация интегрированной деятельности, помогают детям осмыслить жизненные ситуации, понять и принять новые знания.

Вместе с тем существует и объективная предпосылка к интеграции двигательной и познавательной деятельности – общность физиологических механизмов управления этими видами активности человека.

Из учения И.М. Сеченова о произвольных человеческих реакциях как системе рефлексов следует, что все произвольные движения, психические процессы и мышление имеют рефлекторную природу, т.е. возникают как результат отражения объективных явлений, действующих на человека. Внешняя деятельность (двигательная), по определению учёного, есть «высшая форма произвольности», окончательное выражение произвольного (волевого) акта.

По И.П. Павлову, произвольность движений связана с функцией коры больших полушарий головного мозга, как и произвольность когнитивных (познавательных) процессов. Кинестетические клетки двигательного анализатора обладают способностью ассоциироваться со всеми клетками коры, воспроизводя сигналы от внешних и внутренних рецепторов.

Принцип доминанты, открытый А.А. Ухтомским, также сохраняет свою значимость при решении как двигательных, так и познавательных задач.

Двигательная активность и познавательная деятельность человека тесно связаны с функцией второй сигнальной системы. Общим и ведущим физиологическим механизмом управления движениями и мыслительными операциями является срочная их корректировка на основе постоянного обмена информацией (сенсорная коррекция) (Н.А. Бернштейн).

Представления о функциональных динамических системах мозга (П.Ж. Анохин), которые формируются с целью достижения полезного результата деятельности, определяют возможности изучения управления двигательной и познавательной деятельностью человека.

Произвольный характер двигательной деятельности тесно связан с высшими психическими функциями – мышлением и сознанием.

Процесс активизации познавательной деятельности у детей дошкольного возраста в ходе занятий физическими упражнениями обуславливают три основные группы факторов: физиологические, психологические, педагогические.

Физиологические факторы определяют следующие механизмы.

При выполнении физических упражнений усиливается приток крови ко всем органам, в том числе и к головному мозгу, что обеспечивает его эффективное функционирование и является благоприятной основой для восприятия и запоминания познавательного материала. Наряду с этим регулярные физические тренировки повышают работоспособность организма, отдаляя процесс утомления, и тем самым способствуют повышению возможности длительно осуществлять любой вид деятельности, в том числе и познавательную.

Ещё один механизм активизации познавательной деятельности – способность головного мозга в ходе высокой двигательной активности вырабатывать большое количество эндорфинов – нейропептидов, улучшающих психоэмоциональное состояние человека, его настроение, самочувствие. Это является материальной основой для формирования психических (познавательных) процессов.

К **психологическим факторам** активизации познавательной деятельности в процессе занятий физическими упражнениями относятся формирование высокого интереса и мотивации, эмоционально-чувственная окраска занятий, учёт возрастных особенностей психического развития ребёнка, сенситивных периодов формирования его познавательных процессов.

И, наконец, собственно **педагогические факторы** – это проектирование интегрированной деятельности в соответствии с целью и задачами педагогического процесса, осуществление интеграции разных видов деятельности, учёт программных требований к физическому и познавательному развитию детей дошкольного возраста.

В качестве примера приведём разработку спортивного интегрированного праздника, направленного на активизацию познавательной деятельности старших дошкольников на фоне высокой двигательной активности.

Интегрированный праздник (спортивный проект)

Тема «Любимая игрушка – трамплин в большой спорт».

Цель: активизация познавательной деятельности дошкольников, формирование интереса к занятиям физической культурой.

1-й день «Хула-хуп».

Дети выходят на спортивную площадку и садятся на скамейки. Ведущий объявляет начало праздника. Звучит гимн и поднимается флаг. Инструктор по физическому воспитанию рассказывает, что праздник посвящён спортивной игрушке.

Первый день посвящён обручу.

Ведущий:

– Обручи большого размера, сплетённые из виноградной лозы, гоняли по земле специальными палками-погонялками ещё дети египтян более 3000 лет назад. В Средние века дети перебрасывались кольцами, ловя их на деревянные шпажки, играя в серсо, набрасывали обручи на палочки-мишени и т.д. Гораздо позже появился любимый девочками хула-хуп, обруч для вращения на талии. Название произошло от гавайского танца «hula» и английского слова «hoop» – обруч. Цивилизованный мир узнал о хула-хупе в 1957 году. Его идею американцы подсмотрели у австралийских племён, которые крутили бамбуковые обручи уже более 1000 лет.

Музыкально-ритмическая разминка «Хула-хуп».

Конкурс «Кто дольше прокрутит обруч».

Эстафеты «Переправа», «С кочки на кочку», «Водитель», «Кто быстрее в домик».

Подведение итогов первого дня.

2-й день «Прыг-скок».

Дети выходят на спортивную площадку и садятся на скамейки.

Второй день праздника посвящён скакалке.

Ведущий:

– Скакалка – простейшая игрушка, с которой можно выдумать много интересных забав. Первое упоминание о скакалке находим в Китае. Дети использовали её для игры в «сто прыжков». К сожалению, правила этой игры до наших дней не сохрани-

лись. Прыжки через скакалку часто совмещаются с чтением стихов или пением песен. Наибольшей популярностью скакалка пользовалась в Голландии: дети усложнили игру, перепрыгивая сразу через две независимо вращающиеся верёвки.

Музыкально-ритмическая разминка с предметом «Скакалка».

Конкурс для мальчиков «Прыжки через скакалку – кто дольше».

Конкурс для девочек «Покажи интересные прыжки через скакалку».

Игра «Поймай». Капитан одной команды догоняет участников другой, касаясь их скакалкой (сложенной в 4 раза). Кого задел – тот выбывает из игры. Затем капитан другой команды ловит соперников. Выигрывает капитан, затративший меньше времени.

Конкурс: перечислить виды спорта, где используется спортивный инвентарь – мяч, скакалка, обруч.

Подведение итогов второго дня.

3-й день «Мой весёлый звонкий мяч».

Дети выходят на спортивную площадку и садятся на скамейки.

Третий день праздника посвящён мячу.

Ведущий:

– Мяч – одна из самых древних и любимых игрушек всех стран и народов. Греки шили мячи из кожи и набивали их каким-нибудь упругим материалом, например мхом или перьями птиц. А позже догадались надувать кожаный мяч воздухом. Мячи использовали для ручных игр и игр типа футбола. В Египте мячи делали из кожи и коры деревьев. Римляне наполняли кожаные мячи зёрнами плодов инжира. Были у них и стеклянные мячи для одиночных игр. У североамериканских индейцев мяч был не игрушкой, а священным предметом, олицетворяющим Солнце, Луну и Землю. В разных странах для изготовления мячей использовали различные материалы: мячи шили из шкур животных, плели из тростника, скручивали из тряпок, вырезали из дерева. Современные мячи различаются по размерам и назначению. Разные мячи применяются для игры в волейбол, баскетбол, футбол, теннис, водное

поло, регби. У каждой из игр своя история. Игры с мячом особенно популярны у детей.

Ведущий приглашает посмотреть выставку мячей для разных видов спорта.

Музыкально-ритмическая разминка «Футбольный мяч».

Воспитатель загадывает детям загадки.

Эстафеты с мячом: «Обеги стойку с двумя мячами в руках», «Полоса препятствий», «Передача мяча над головой» (последний бежит вперёд, обегая всю команду «змейкой»), «Ловушка с мячом».

Игра «Мой весёлый звонкий мяч».

Рисунки на асфальте по теме праздника.

Подведение итогов спортивного мероприятия, награждение победителей и участников грамотами, медалями, призами.

Литература

1. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движений и активности / Н.А. Бернштейн. – М.: Наука, 1990. – 495 с.

2. Запорожец, А.В. Развитие произвольных движений / Избр. психол. тр.; в 2 т. / А.В. Запорожец. – М., 1986. – Т. 2. – С. 45.

3. Фомина, Н.А. Музыкально-двигательное воспитание в области физической культуры: учеб. пос. с грифом ФА по ФКиС / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова. – Волгоград: ВГАФК, 2006. – 304 с.

4. Фомина, Н.А. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика: метод. реком. к программе по физическому воспитанию дошкольников (Образовательная система «Школа 2100», Комплексная программа «Детский сад 2100») / Н.А. Фомина. – М.: Баласс; Изд. дом РАО, 2008. – 144 с.

Наталья Александровна Фомина – доктор пед. наук, профессор кафедры теории и методики физического воспитания Волгоградской государственной академии физической культуры, г. Волгоград;
Светлана Владимировна Лукина – заведующая МДОУ д/с № 79, г. Волжский, Волгоградская обл.