

№ 3. – С. 14.

4. Краснов, Б. О культуре и порядке на стадионах города / Б. Краснов // Сталинское Знамя. – 1951. – № 41 (май). – С. 4.

REFERENCES

1. Varzin A.P. (1949), "The "Red Banner" team – the owner of the Cup of area on football", *Stalin banner*, No. 74 (September), pp. 4.
2. Varzin, A.P. (1950), "The team "Spartak" is included in draw of superiority of RSFSR", *Stalin banner*, No. 38 (May), pp. 14.
3. Ivaschenko, P (2014), "Shuya football Chronicle", *Local demand*, No. 3, pp. 14.
4. Krasnov, B. (1951), "On the culture and in the stadiums of the city", *Stalin banner*, No. 41 (May), pp. 4.

Контактная информация: alexm-77@list.ru

Статья поступила в редакцию 11.02.2014.

УДК 373.217.8

ВЫРАВНИВАНИЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ

*Светлана Адольфовна Медведева, кандидат педагогических наук, доцент,
Российский государственный профессионально-педагогический университет (РГППУ),
г. Екатеринбург*

Аннотация

Выявлены причины снижения уровня здоровья и психофизического развития детей 5-7 лет. Внесены коррективы в планирование образовательного процесса ДОО путем внедрения комплексной программы, содержащей системообразующие мероприятия, в основе которых лежат здоровьесформирующие технологии, направленные на выравнивание психофизического развития старших дошкольников. Применение средств комплекса здоровьесформирующих мероприятий способствовало оптимизации психофизического развития детей старшего дошкольного возраста. Интеграция физических упражнений в другие учебные предметы в виде системы игровых, обучающих и развивающих мероприятий позволила повысить двигательную активность, улучшить эмоционально-аффективную и двигательную сферу с последующим удержанием психического состояния тревожности в рамках оптимальной рабочей зоны, что положительно отразилось на здоровье, расширение адаптивно-приспособительных ресурсов к обучению в начальной школе.

Ключевые слова: здоровье, психофизическое развитие, двигательная активность, дошкольный возраст, системообразующие мероприятия, здоровьесформирующие технологии, образовательный процесс дошкольные образовательные учреждения.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.02.108.p113-119

ALIGNMENT OF PSYCHOPHYSICAL DEVELOPMENT OF THE SENIOR PRESCHOOL CHILDREN BY MEANS OF HEALTH FORMING ACTIONS

*Svetlana Adolfovna Medvedeva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Russian State Professional and Pedagogical University, Yekaterinburg*

Annotation

Causes of decline in health and psychophysical development of children aged 5-7 were identified. Adjustments were included in the planning of the educational process of preschool educational institution by implementing a comprehensive program containing backbone activities, which are based on the health forming technology for aligning the psychophysical development of the older preschoolers. The practice means forming a complex of health formative events which has been used for optimization of psychophysical development of preschool children. Integration of physical exercises in the other subjects in the form

of gaming, training and development activities has improved the motor activity, improving the emotional-affective and motor areas with further retention of the mental state of anxiety under optimum working zone, which has had a positive effect on the health, extension of the adaptive children resources for learning at elementary school.

Keywords: health, psychophysical development, physical activity, preschool age, backbone actions, health forming technologies, educational process, preschool educational institutions.

Дошкольный возраст является наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В данном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья, необходимый для формирования психических функций и интеллектуальных способностей ребенка [5]. По данным Минздрава России, на каждого дошкольника приходится не менее двух заболеваний в год, почти 50% детского населения нуждаются в психокоррекции и характеризуются серьезным психологическим неблагополучием. Начиная с дошкольного возраста, дети страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом.

Результаты исследований в области физической культуры [4], психологии [3, 7] и педагогики [1] показали, что правильно организованное физическое воспитание является определяющим фактором в здоровьесформировании дошкольника. Следовательно, медико-педагогическому персоналу необходимо искать новые пути решения проблем здоровьесформирования. Этот процесс должен затрагивать все стороны развития ребенка: физического, психического и социального, которые тесно переплетены и взаимно обуславливают друг друга.

Для решения задач здоровьесформирования подрастающего поколения необходимо рассмотреть множество факторов. Безусловно, на первом месте будет стоять здоровье и образование. Поэтому основной целью педагогов в решении задач здоровьесформирования должен стать поиск эффективных форм образования, направленных на оздоровление и формирование у дошкольников системы ценностей с приоритетом здоровья как одной из высших ценностей [6].

Для активизации принципов здоровьесформирующих технологий, была разработана комплексная программа, решающая оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи в едином педагогическом пространстве, которое объединило усилия различных специалистов, работающих в сфере дошкольного образования. Проведены исследования, направленные на выявление психофизических особенностей детей 5–7 лет, посещающих ДОО. С помощью психолого-педагогических методов определена и обоснована эффективность воздействия разработанной программы, направленной на выравнивание психофизических функций старших дошкольников.

На основании анализа научной психолого-педагогической литературы и обобщения педагогического опыта была сформулирована гипотеза. Суть гипотезы состояла в предположении, что при использовании здоровьесформирующих мероприятий в ДОО должна возникнуть причинно-следственная связь между образовательным процессом и уровнем психофизического развития ребенка; образовательный процесс в этом случае будет способствовать осмысленному отношению к оздоровительным мероприятиям, что впоследствии должно положительно отразиться на здоровье дошкольников. Интеграция здоровьесформирующих мероприятий в другие виды учебно-воспитательной деятельности будет способствовать оптимизации процессов в двигательной и психической сфере детей, что снизит повышенную тревожность ребенка и улучшит его интеллектуальное развитие. Эффективность внедряемых мероприятий будет зависеть от педагогических условий образовательно-воспитательного процесса ДОО и наличия структуры по реализации здоровьесформирующего комплекса. Внедрение здоровьесформирующих мероприятий в образовательный процесс ДОО позволит интенсифицировать учебно-воспитательный процесс, а диагностические тесты личностно-ориентированной направленности будут способствовать своевременному выявлению отклонений от нормативных

требований с последующей их коррекцией [5].

Исследовательская работа проводилась в несколько этапов. На первом этапе исследования была проведена обработка медицинских карт и заключений психолого-педагогической комиссии. Проанализировано физическое развитие и двигательная подготовленность детей 5-7 лет, посещающих ДОУ г. Екатеринбурга. Выявлены ведущие параметры двигательного развития, определен комплекс количественных и качественных критериев его оценки. Степень сформированности психофизического развития была оценена по результатам тестов.

При исследовании эффективности внедренного комплекса на последующем этапе был проведен сравнительный анализ исследуемых функций и состояний, которые произошли под воздействием изменившихся педагогических условий. Исследования проводились в кинетическом режиме, что позволило отслеживать функциональное состояние дошкольников в разные периоды годичного цикла.

Данные констатирующего эксперимента показали, что образовательный процесс ДОУ не может в полной мере выполнить задачу сохранения здоровья и гармоничного развития ребенка. Около 40% детей 5-7 лет, посещающих детские сады, относятся к категории часто и длительно болеющих, 90% имеют нарушение осанки. Большинство страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом. При этом уровень общей выносливости и максимального потребления кислорода снижен на 12 и 8% соответственно.

Результаты исследования психофизической сферы детей показали, что 73% дошкольников имеют сниженный уровень произвольного внимания, речевого развития и мелкомоторных функций, при этом зрительное восприятие и зрительная память у большинства находятся в нормативных пределах, свойственных их возрасту, а состояние когнитивных процессов несколько опережает функциональное развитие двигательнo-координационной сферы. Все дошкольники с отставанием мелкомоторных, координационных и речевых функций имеют высокий уровень тревожности со сниженной лабильностью нервных процессов. При этом в зимний период времени количество тревожных детей возросло с 51 до 81%, что отразилось на эмоциональном состоянии, формируя повышенное беспокойство и неуверенность в себе.

Уровень заболеваемости детей простудными инфекциями в зимний период времени увеличился почти в три раза, а традиционные методы закаливания повышают сопротивляемость организма дошкольников не более чем на месяц.

Выявленные особенности психофизического развития и адаптивных возможностей организма детей 5-7 лет позволили заключить, что для оптимизации отстающих функций необходимо создать благоприятные педагогические условия, при которых образовательный процесс ДОУ будет способствовать улучшению психофизического здоровья ребенка. С целью оптимизации психофизического развития старших дошкольников был разработан комплекс мероприятий здоровьесформирующей направленности, который имел следующую педагогическую структуру (табл. 1).

Таблица 1

Педагогическая структура комплекса здоровьесформирующих мероприятий

Задачи	Основные средства и особенности организации
Оздоровительные Совершенствование различных систем и функций организма, повышение работоспособности	Общеразвивающие и игровые упражнения, физкультминутки (комплексы упражнений имитационного характера, с включением считалок, поговорок), подвижные игры, логопедический массаж, игровой самомассаж артикуляционных зон и кистей рук, гимнастика на развитие физиологического и речевого дыхания, артикуляционная и пальчиковая гимнастика с речитативами и звукопроизношением. Психогимнастика и музыкотерапия, релаксационной направленности.
Формирование правильной осанки и развитие всех групп мышц	Общеразвивающие и игровые упражнения в ходьбе и беге, укрепляющие мышечный корсет. Акробатические упражнения. Дыхательная гимнастика с речитативами и звукопроизношением.

Задачи	Основные средства и особенности организации
Повышение степени устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды	Утренняя гимнастика. Воздушные ванны после дневного сна. Закаливающие процедуры (обливание ног 2 раза в неделю после дневного сна). Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе. Прогулки, туристические походы выходного дня (пешие, лыжные и др.). Лечебная физкультура (по рекомендациям врача).
Образовательные Формирование представлений о своем теле, о необходимости сохранения своего здоровья	Беседы: элементарные знания о своем организме, правилах занятий физическими упражнениями и их влиянии на состояние здоровья, о гигиенических правилах при выполнении физических упражнений и закаливающих процедур.
Формирование двигательных навыков и развитие физических качеств	Игры и упражнения с применением ходьбы, бега, прыжков, метания, ползания и лазания.
Расширение знаний о многообразии физических упражнений и игр с элементами спорта	Общеразвивающие, игровые, музыкально-ритмические упражнения, физкультурно-массовые мероприятия (спортивные праздники, соревнования), катание на санках, коньках, велосипеде и самокате, ходьба на лыжах, плавание. Усвоение основных правил игры в баскетбол, футбол, бадминтон.
Воспитательные Развитие у детей интереса к разным видам двигательной деятельности	Привлечение детей к занятиям в секциях и кружках; создание собственных правил проведения игр и упражнений, совместная подготовка и уборка инвентаря.
Развитие у детей настойчивости и выдержки при достижении цели, стремления к качественному выполнению движений, самостоятельности и активности	Многократное повторение упражнений, установка на достижение поставленной цели, развитие выносливости и волевых качеств. Самоконтроль в играх и упражнениях, оценка достигнутых результатов в играх и упражнениях.
Развитие доброжелательных отношений со сверстниками в процессе совместной двигательной деятельности	Игры и упражнения направленные на чувство коллективизма и сотрудничества с применением речитативов, считалок. Спортивные игры и эстафеты.

При внедрении методики личностно-ориентированного обучения и воспитания, дети, имеющие особенности в развитии некоторых психофизических параметров, за короткий промежуток времени смогли восполнить пробелы в развитии и догнать сверстников. Оптимизация формирования этих функций осуществлялась по следующим направлениям:

- улучшение психоэмоциональной атмосферы детского коллектива за счет интеграции психогимнастики, музыка- и игротерапии в виды деятельности детей;
- оптимизация речевых функций благодаря внедрению специальных упражнений и игр, сопровождающихся звукопроизношением и речитативами, с параллельным использованием элементов массажа артикуляционных и мелкомоторных зон, дыхательных упражнений и психогимнастики;
- расширение адаптивно-приспособительных ресурсов при оптимизации двигательного режима (введение дополнительных музыкально-ритмических занятий – 2 раза в неделю), улучшении аэробной производительности и снижении уровня повышенной тревожности (внедрение упражнений циклического характера и релаксационных игр);
- иммуномодуляция защитных сил детского организма благодаря внедрению оптимального режима закаливающих процедур.

Для практического внедрения комплекса была разработана структурно-функциональная модель организации образовательного процесса ДОУ, в виде логико-смысловой схемы (рис. 1), позволившей расширить педагогическое пространство, объ-

единив усилия всех специалистов.

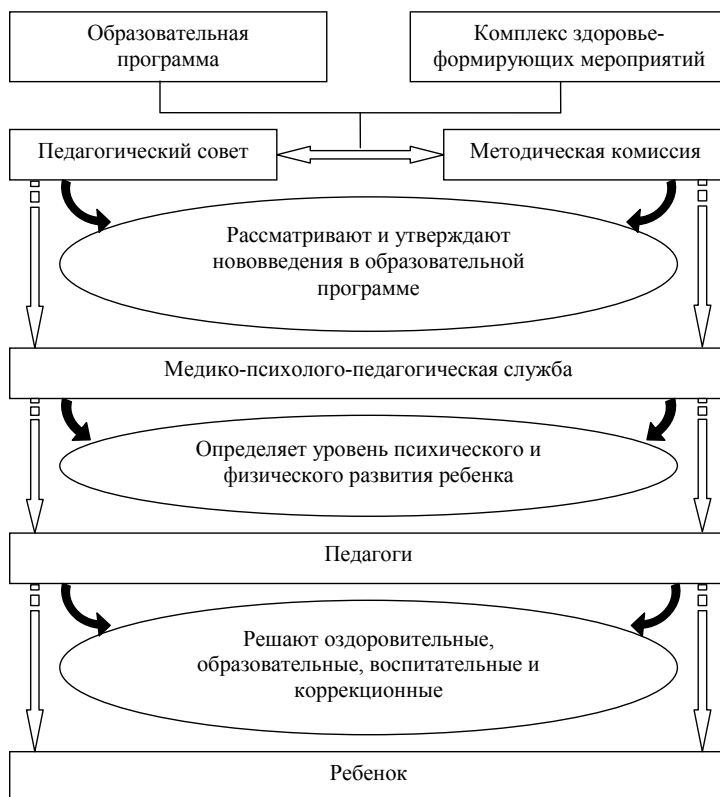


Рис. 1. Логико-смысловая схема организации образовательно-воспитательного процесса в ДОУ

Примечание: $\bigcirc$ – элементы структуры управления; $\square$ – функции структуры управления.

ПОЛУЧЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Внедрение комплекса здоровьесформирующей направленности в образовательный процесс ДОУ способствовало повышению двигательной активности детей в зимний период времени почти на 60%. Это позволило не только обогатить двигательную сферу детей, но и активизировать обменные процессы их организма за счет улучшения аэробной производительности, которая возросла на 18% по данным PWC_{140} .

Данные, полученные при функциональном тестировании старших дошкольников на предмет пространственной ориентации, статической и динамической координации выявили поступательное улучшение исследуемых показателей при сохранении ориентационной асимметрии. Последний феномен, возможно, отражает особенности возрастного развития ассоциативных центров разных полушарий. У дошкольников усовершенствовались функциональные возможности нервных центров, ответственных за координационное согласование мышечного тонуса синергистов и антагонистов, что дало возможность более продуктивно управлять своим телом при выполнении высококоординационных двигательных действий.

Интеграция подвижных игр развивающей направленности в содержание учебно-воспитательного процесса способствовала созданию благоприятной атмосферы. Высокий эмоциональный фон, сопровождающийся большой плотностью сложно координационных элементов в двигательной деятельности позволил у 40% исследуемых снизить уро-

вень тревожности до оптимальных границ, тем самым, улучшив эмоционально-аффективную сферу, что положительно отразилось на усвоении учебного материала.

Исследуя уровень простых и дифференцированных зрительно-моторных реакций, было обнаружено, что моторно-воспринимающие функции изменились в лучшую сторону более чем на треть. По мнению И.А. Аршавского, это может быть обусловлено улучшением когнитивных процессов [2]. Выявляя степень развития психических процессов, было обнаружено, что у детей достоверно улучшились зрительное восприятие, произвольное внимание и зрительная память.

Л.С. Выготский, в своих работах указывал, что речь во многом отражает процессы мышления [3]. Исследование уровня речевого развития показало, что внедренные методы способствовали оптимизации звукопроизношения, выразительности и эмоциональности речи. Сформированность речевых функций с высокой степенью достоверности коррелировала с пальчиковой координацией.

Полученные результаты показали, что средства и методы: массаж пальцев рук, пальчиковая, артикуляционная и дыхательная гимнастика, упражнения, сочетающие двигательные функции дыхательных и мимических мышц со звукопроизношением, применяемые в комплексе здоровьесформирующих мероприятий, оптимизировали речь и психику ребенка.

По мнению Н.А. Фомина, психика во многом определяет физическое здоровье ребенка [8]. В своей работе мы получили этому яркое подтверждение. Уровень заболеваемости в зимний период времени снизился практически в три раза. Этому способствовала не только благоприятная психоэмоциональная обстановка, снимающая повышенную тревожность, но и внедренный оптимальный режим закаливающих процедур, который в отличие от общепринятого не вызывал развитие хронического стресса и повышенного возбуждения.

Проведенные исследования позволили уточнить трактовку понятия «здоровьесформирующих мероприятий», которое может быть определено, как совокупность организационных мероприятий, методических и личностно ориентированных технологий в виде комплексов физкультурно-оздоровительных упражнений и игр, направленных на расширение адаптивных резервов организма и оптимизацию психофизического развития [5].

Внедрение здоровьесформирующих мероприятий в учебно-воспитательный процесс ДООУ, позволило расширить педагогическое пространство, объединив усилия всех специалистов. Нововведение оптимизировало психофизическое развитие детей 5-7 лет, улучшив эмоционально-аффективную и двигательную сферу дошкольников, с последующим удержанием психического состояния тревожности в рамках оптимальной рабочей зоны, что положительно отразилось на здоровье, расширение адаптивно-приспособительных ресурсов к обучению в начальной школе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Амонашвили, Ш.А. В школу с шести лет / Ш.А. Амонашвили. – М. : Просвещение, 1986. – 165 с.
2. Аршавский, И.А. Очерки по возрастной физиологии / И.А. Аршавский. – М. : Медицина, 1967. – 182 с.
3. Выготский, Л.С. Вопросы детской психологии / Л.С. Выготский. – М. : Педагогика, 1997. – 324 с.
4. Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. – М. : Просвещение, 1978. – 272 с.
5. Медведева, С.А. Здоровьесформирующие технологии обучения и воспитания в системе дошкольного образования / С.А. Медведева. – Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2008. – 250 с.
6. Медведева, С.А. Здоровьесформирующие технологии развития психофизического потенциала будущих школьников / С.А. Медведева // Наука в современном мире : материалы

междунар. науч.-практ. конф. – Таганрог, 2011. – С. 57-63.

7. Поддьяков, Н.Н. Особенности психического развития детей дошкольного возраста / Н.Н. Поддьяков. – М. : Просвещение, 1996. – 312 с.

8. Фомин, Н.А. Психофизиология здоровья / Н.А. Фомин. – Челябинск : Изд-во Т. Лурье, 1998. – 392 с.

REFERENCES

1. Amonashvili, Sh.A. (1986), *In school at age six*, publishing house “Education”, Moscow.
 2. Arshavskij, I.A. (1967), *Essays on age physiology*, publishing house “Medicine”, Moscow..
 3. Vygotsky, L.S. (1997), *Questions of child psychology*, publishing house “Pedagogic”, Moscow.
 4. Keneman, A.V. and Khukhlaeva D.V. (1978), *Theory and methods of physical education of children of preschool age*, publishing house “Education”, Moscow.
 5. Medvedeva S.A. (2008), *Health forming technology training and education in early childhood development*, publishing house “RSPPU”, Yekaterinburg.
 6. Medvedeva S.A. (2011), “Health forming technology development psychophysical potential future students”, *Science in the modern world: Proceedings of the international. scientific-practical. conference*, Taganrog, pp. 57-63.
 7. Poddiakov, N.N. (1996), *Features of mental development of preschool children*, publishing house “Education”, Moscow.
 8. Fomin, N.A. (1998), *Psychophysiology health*, publishing house “T. Lurie”, Chelyabinsk.
- Контактная информация:** Medvedeva@rsvp.ru; Svetlanameda74@mail.ru

Статья поступила в редакцию 05.02.2014.

УДК [796.071.2]:796.011.8:82

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ИДЕНТИФИКАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА: ОБРАЗ МОЛОДОГО СПОРТСМЕНА

Светлана Петровна Миронова кандидат педагогических наук, профессор,
директор социального института,
Российский государственный профессионально-педагогический университет (РГППУ),
г. Екатеринбург

Аннотация

Анализ мемуаров, газетных публикаций, репортажи выдающихся теле-радио-ведущих, высказывания ведущих тренеров и спортсменов дают возможность оценить субъективно-модальные и ценностно-смысловые характеристики образа молодого спортсмена. Оценке подвергаются: эффективность спортивной деятельности, результативность, техническая подготовка, эмоциональная и когнитивная составляющая, волевой компонент, целевая установка, доминирующие мотивы деятельности, индивидуальный стиль. Раскрывается роль тренера в педагогическом сопровождении молодого спортсмена на пути его профессионального становления.

Ключевые слова: молодой спортсмен, профессиональная идентификация, когнитивный феномен.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.02.108.p119-126

PROFESSIONAL IDENTIFICATION OF THE PERSONALITY IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS SPHERE: IMAGE OF THE YOUNG ATHLETE

Svetlana Petrovna Mironova, the candidate of pedagogical sciences, professor,
Director of social institute,
Russian State Professional and Pedagogical University, Yekaterinburg

Annotation

The analysis of memoirs, newspaper publications, reporting of the outstanding TV radio showmasters, statements of the leading trainers and athletes give the chance to estimate the subjective-modal and