

4. **Посашкова, И. П.** Психологические особенности самоотношения современного учителя и условия его позитивного развития [Текст]: Автореф. дис... канд. психол. наук – 2004. – 22 с.
5. **Регуш, Л. А.** Психология прогнозирования: успехи в познании будущего [Текст] / Л. А. Регуш. – СПб.: «Речь», 2003. – 352 с.
6. **Сарджвеладзе, Н. И.** Личность и её взаимодействие с социальной средой [Текст] / Н. И. Сарджвеладзе. – Тбилиси: «Мецниереба», 1989. – 204 с.
7. **Шевеленкова, Т. Д., Фесенко, П. П.** Психологическое благополучие личности [Текст] / Т. Д. Шевеленкова, П. П. Фесенко // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 95–129.

УДК 372

Ильина Галина Вячеславовна

Старший преподаватель МаГУ, galinka ilina@rambler.ru, Магнитогорск

**ВЗАИМОСВЯЗЬ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ
СПОСОБНОСТЕЙ И ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У СТАРШИХ
ДОШКОЛЬНИКОВ И МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Ilyina Galina Vyacheslavovna

*Senior lecturer, Special department of physical education among preschool age children
SEI HVE «Magnitogorsk State University», galinka ilina@rambler.ru, Magnitogorsk*

**AN INTERRELATION BETWEEN COGNITIVE ABILITY AND
PHYSICAL QUALITY DEVELOPMENT AMONGST SENIOR
PRESCHOOL AND JUNIOR SCHOOL AGE CHILDREN**

В настоящее время, контингент детей поступающих в школу с первой группой здоровья составляет 10%. Одной из причин резкого ухудшения здоровья будущих первоклассников является снижение двигательной активности дошкольников, увеличение занятий, связанных с подготовкой детей к обучению в школе. Игнорирование закономерностей становления функциональных систем мозга и формирующихся на их основе психических функций приводит к тому, что старший дошкольник нагружается учебной информацией в ущерб «классическому» содержанию дошкольного детства – двигательной активности, играм, творчеству. А ведь именно эти виды деятельности способствуют формированию тех структур и функций головного мозга, которые войдут в основу учебной деятельности: пространственной ориентации, произвольной регуляции, моторики, способности анализировать и сопоставлять, отделять главное от второстепенного. Сокращая игровую деятельность стар-

ших дошкольников (в процессе которой развиваются физические качества), увеличивая тем самым время занятия за компьютерами, учебными столами, мы начинаем искать специалистов-психологов, которые смогут при помощи специальных упражнений восполнить возникающие недостатки развития, искусственно сформировать то, что испокон веков развивалось в игровой деятельности. Лишив детей естественного и необходимого содержания дошкольного детства, подменяя его школьно-ориентированным обучением, мы нарушаем развитие ребёнка. По данным И. М. Сеченова (1947), Н. А. Бернштейна (1947), М. М. Кольцовой (1980) и др., недостатки двигательной сферы могут оказывать неблагоприятное влияние на общее развитие ребёнка, его работоспособность, умственную деятельность и успеваемость.

Таким образом, актуализируется проблема, связанная с минимизацией двигательной активности дошкольников на пороге школьного обучения, которая отрицательно влияет на развитие познавательных способностей и физических качеств детей. В большей степени это касается начальной школы, где зачастую преобладают вербальные средства обучения, здесь следует помнить, что существует переходный тип деятельности – учебно-игровая и от ее полноценного развития будет зависеть качество познавательной деятельности в дальнейшем.

Кроме этого, приходится констатировать, что специалистами физической культуры ДОУ и начальной школы используется большое количество разнообразных подвижных игр без четкой дифференциации их по принципу преимущественного развития физических качеств и психических процессов детей. Данная проблема обозначена в работах Н. И. Дворкиной [3].

В связи с этим, в нашем исследовании, важно выявить взаимосвязь в развитии познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников и младших школьников именно в процессе игровой деятельности детей, которая положительно влияет на физическое здоровье, готовность детей к обучению в школе, успешную адаптацию к учебной деятельности и усвоение школьной программы.

Многочисленные исследования учёных (Л. С. Выготский, Ж. Пиаже, А. Валлон, М. М. Кольцова и др.), свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка. Кроме того, учёные отмечают наличие тесной связи между показателями физических и психических качеств у дошкольников (Г. А. Каданцева, 1993; А. С. Дворкин и Ю. К. Чернышенко, 1997; В. А. Баландин, 2000; Н. И. Дворкина, 2002; В. А. Пегов, 2000, и др.). «Физические качества» определяют как врождённые морфо-функциональные качества [анатомо-физиологические], которые развиваются в процессе физического воспитания, посредством физических упражнений. Благодаря физическим качествам возможна физическая активность человека, проявляющаяся в целесообразной двигательной деятельности. Это сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость. Установлено, что отставание в умственном развитии приводит к отставанию в развитии физических качеств (Н. Сладкова, 1998; О. В. Решетняк, Т. А. Банникова, 2002). Доказано положительное влияние активной двигательной деятельности на

умственную работоспособность (Н. Т. Терехова, 1989; А. В. Запорожец и др., 1980; А. П. Ерастова, 1989). Значит, будет уместным говорить и об обратной зависимости, т. е. от уровня развития физических качеств детей будет зависеть успешная адаптация и усвоение школьной программы ребёнком.

Определяя игровую деятельность у старших дошкольников как ведущую, с позиции нашего исследования, важно учитывать основные элементы структуры как материальной, так и духовной деятельности детей: мотивы, побуждающие к деятельности; цели-образы результатов, на достижение которых деятельность направлена; средства, с помощью которых деятельность осуществляется. В соответствии с этим, в самом процессе взаимодействия субъекта с действительностью выделяются определённым образом мотивированная деятельность в целом, входящие в её состав целенаправленные действия и, наконец, автоматизированные компоненты этих действий – операции, обеспечивающие использование имеющихся средств и условий для достижения необходимого результата.

Исследования российских учёных (А. Н. Леонтьева, С. А. Рубинштейна, А. А. Смирнова, Б. В. Теплова и др.) показали, что на каждой ступени возрастного развития определяется деятельность, которая приобретает ведущее значение в формировании новых психических процессов и свойств личности индивида. В старшем дошкольном возрасте развитие физических качеств особенно тесно связано с восприятием. Дети становятся более внимательными, дисциплинированными, у них укрепляется воля, вырабатывается характер. Исследования в области физической культуры (Е. Г. Горбачёва, Л. М. Куликова, Л. М. Степановой и др.) показали, что правильно организованный процесс физического воспитания способствует развитию у детей логического мышления, памяти, инициативы, воображения, самостоятельности.

В ходе нашего исследования, мы выявили взаимосвязь в развитии познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников и младших школьников, в процессе подвижных игр. Данные представили в таблице 1.

Таким образом, мы определили, что двигательная деятельность старших дошкольников и младших школьников находится во взаимосвязи с перестройкой их умственных процессов. Важно учитывать особенности использования подвижных игр, которые определяют благоприятную динамику в развитии физических качеств и интеллектуальных способностей детей. В процессе организации подвижных игр необходимо учитывать эмоциональное отношение ребенка к изучаемому материалу, создающего в мышлении своеобразную доминанту, поддерживающую любознательность и интерес. Достигнутый уровень развития физических качеств, психологическая готовность к большей концентрации волевых усилий определяют новый виток физического развития, дальнейший рост физических возможностей детей, усвоение более сложных двигательных действий, овладение их техникой. Так постепенно достигается уровень физического совершенства, необходимый для определенного возрастного этапа.

Далее, мы определили комплекс подвижных игр (25), который направлен на развитие познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников и младших школьников. В таблице 2, мы приводим пример 7 подвижных игр.

Таблица 1 – Взаимосвязь развития познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников и младших школьников в процессе подвижных игр

Особенности развития познавательных процессов детей	Особенности развития физических качеств детей	Особенности использования подвижных игр
1	2	3
<i>Внимание</i> – доминирует ориентация на слова и указания педагога. У детей формируется произвольное внимание, но непроизвольное остаётся преобладающим. Внимание сохраняется при поддержании интереса со стороны детей к чему-либо.	<i>Быстрота</i> – детям доступна сложная реакция (реакция на движущийся объект и реакция выбора), т. е. проявляется быстрота реакции в эстафетах, подвижных играх. Наилучшие результаты достигаются в возрасте 7–13 лет.	Подвижные игры с построениями и перестроениями, требующие концентрации внимания и повтора заданий до 3–4 раз. Чередование в них основных движений по определённому сигналу.
<i>Память</i> – относительная роль непроизвольного запоминания снижается, прочность запоминания возрастает (ребёнок в состоянии воспроизвести полученные впечатления через достаточно длительный срок). Объём фиксируемого материала определяется эмоциональным отношением к нему, актуализацией образных компонентов мышления.	<i>Ловкость</i> – дети согласованно, последовательно выполняют движения, проявляют быструю сообразительность, инициативу в неожиданно изменяющихся условиях (в подвижных играх), используя пространственные и временные ориентировки. Дети легко схватывают технику сложных физических упражнений, быстро и точно усваивают сложные по координации двигательные действия. Наиболее интенсивно развивается в 7–10 лет.	Выполнение основных движений (бег, прыжки, метания, лазания), направленных на развитие двигательной памяти: – запоминание; – припоминание техники двигательного действия в процессе игры.
<i>Мышление</i> – доминирует образное мышление. Развитие теоретического мышления. Самостоятельное принятие решения и нахождение выхода в проблемной ситуации даже при отсутствии знаний, которые в таких случаях необходимы мышлению.	<i>Сила</i> – у детей прослеживается слабость мышц, недостаточная регуляция их нервной системой. Преобладание тонуса мышц-сгибателей. Тщательный отбор динамических упражнений предусматривает кратковременное скоростно-силовое напряжение (упражнения в беге, прыжках, метании, лазанье по гимнастической лестнице), определяемые возможностями опорно-двигательного аппарата, преимущественным развитием крупных мышечных групп, хорошей реакцией ССС на кратковременные скоростно-силовые нагрузки.	Подвижные игры с выбором определённых действий, направленных на успешность ребёнка в игровой ситуации. Повторность, последовательность, усложнение двигательных действий и заданий на быстроту реакции детей в процессе игры.

1	2	3
<i>Воображение</i> – развитое продуктивное воображение. Присущий детям реализм воображения, умения видеть целое раньше части, эмоциональная насыщенность и выразительность как основа личностного знания, его надситуативно – преобразовательный характер, мыслительно-практическое экспериментирование как способность к включению предмета в новые ситуационные контексты.	<i>Выносливость</i> – дети обладают большими и возможностями в проявлении общей выносливости (её уровень зависит от возраста, пола, физической подготовленности). Выполнение упражнений (игровых заданий) на фоне утомления в силу эмоционального состояния детей может привести к нежелательным результатам, т.к. энергетические ресурсы организма расходуются на возрастное развитие, поэтому слишком большая нагрузка может повредить процессам роста.	Подвижные игры и задания, необходимым условием которых является наличие замещающей деятельности и спортивного инвентаря. Замещение становится символическим и постепенно начинается переход к действиям с воображаемыми предметами. Дети проявляют инициативу и самостоятельность, уверенность и настойчивость.
<i>Восприятие</i> – характерно восприятие движения, пространства, времени. Доминирование образности, эмоциональности, природной любознательности, иррационального способа познания.	<i>Гибкость</i> – у детей опорно-двигательный аппарат, особенно позвоночник, отличается пластичностью. Соответственно объём и интенсивность упражнений должны увеличиваться постепенно. Высокий темп развития у детей 7–10 лет. Недостаточная подвижность в суставах может послужить причиной травматизма, медленного усвоения навыка.	Подвижные игры и задания, необходимым условием которых является ориентировка в пространстве, в движении.

В итоге данной статьи сформулированы следующие выводы:

1. Выявлена взаимосвязь в развитии познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников и младших школьников в процессе организации подвижных игр.

2. Подвижная игра является оптимальным средством реализации преемственности в развитии физических качеств дошкольников и младших школьников, использование которой положительно влияет на развитие физических качеств детей, их физическое здоровье, успешную адаптацию к учебной деятельности и усвоение школьной программы.

3. Разработанный нами комплекс дифференцированных подвижных игр для старших дошкольников и младших школьников, который основывается на выявленных особенностях развития физических качеств и психических процессов детей, ведущие из которых: ловкость, быстрота, выносливость, восприятие, мышление, внимание. Важно отметить, что выносливость рассматривается нами не только как способность выполнять работу на фоне развивающегося утомления, не снижая его интенсивности, но и как учебная работоспособность. Данный комплекс рекомендован специалистам физической культуры ДООУ и начальной школы для активизации двигательной деятельности детей в процессе физического воспитания.

4. В нашей дальнейшей научно-исследовательской работе, мы апробируем разработанный учебно-методический комплекс «Физкультурная деятельность детей в непрерывном образовании», в содержание которого включён раздел «Взаимосвязь развития познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников и младших школьников».

Таблица 2 – Комплекс подвижных игр, на развитие познавательных способностей и физических качеств старших дошкольников и младших школьников

№ п/п	Название подвижных игр	Психические процессы					Физические качества			
		Мышление	Внимание	Воображение	Восприятие	Память	Быстрога	Ловкость	Сила	Выносливость
1	«Вызов номеров»	+	+	+	+		+	+		
2	«Хитрая лиса»	+	+		+		+	+		+
3	«Охотники и утки»	+	+	+	+		+	+		+
4	«Перестрелка»	+	+		+	+	+	+		+
5	«Чёрные и белые»	+	+	+	+	+	+	+		
6	«Бег шеренгами» (из разных и. п.)	+	+		+	+	+	+		+
7	«Ловец с мячом»	+	+		+		+	+		+

Библиографический список

1. **Голубева, Г. Н.** Взаимосвязь уровня двигательной активности, типа подвижности и адаптации детей дошкольного возраста [Текст] / Г. Н. Голубева // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 2. – С. 51–52.
2. **Дегтярева, О. П.** Развитие общения у детей 7-летнего возраста в процессе занятий подвижными играми [Текст] / О. П. Дегтярева // Современные образовательные направления в физической культуре: Сборник научных трудов. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. – С. 206–207.
3. **Ромашевская, Н. И.** Адапционные возможности физического воспитания в начальной школе [Текст] / Н. И. Ромашевская // Сибирский педагогический журнал. – 2010. – № 7. – С. 95–102.
4. **Дворкина, Н. И.** Интегративное развитие физических и интеллектуальных способностей дошкольников подготовительной группы [Текст] / Н. И. Дворкина,

О. С. Трофимов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – № 6. – С. 28–31.

5. **Кравцова, Е. Е.** Психолого-педагогические основы дошкольного образования [Текст] / Е. Е. Кравцова // Детский сад от А до Я. – 2007. – № 5 (29). – С. 18–23.

6. **Федорцева, М. Б.** Здоровьесберегающая деятельность педагога дошкольного образованного учреждения [Текст] / М. Б. Федорцева // Сибирский педагогический журнал. – 2010. – № 7. – С. 128–133.

7. **Кузнецов, В. С.** Физические упражнения и подвижные игры [Текст] / В. С. Кузнецов, Г. А. Калодницкий. – М., Энас, 2005. – 150 с.

8. **Левина, И. Л.** Педагогический мониторинг здоровья обучающегося: междисциплинарный подход [Текст] / И. Л. Левина // Сибирский педагогический журнал. – 2009. – № 13. – С. 415–420.

9. **Лужкова, К. В.** Подвижные игры как средство решения педагогических задач в различных звеньях физического воспитания [Текст]: Учебно-методическое пособие К. В. Лужкова, Л. Н. Минина. – СПб.: СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2003. – 83 с.

10. **Фатеева, Л. П.** 300 подвижных игр для младших школьников [Текст] / Л. П. Фатеева. – Ярославль: Академия развития, 2006. – 224 с.