

система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нормальное развитие ребёнка, становление его внутреннего мира немислимо без игры, а следовательно, — без игрушек. Они являются для ребёнка той средой, которая позволяет исследовать окружающий мир, формировать и реализовывать творческие способности, выражать свои чувства, учит общаться и познавать себя. Иногда родители выбирают игрушки стихийно, не учитывая её значение для развития малыша. Однако взрослым необходимо помнить, что игрушка — это не просто забава, она закладывает в душу ребёнка первоначальные понятия добра и зла и, прежде всего, должна ориентировать детей на ценности культуры и духовные образцы.

Таким образом, родителям предстоит решить важную задачу создания дома предметно-пространственной среды, эффективно работающей на развитие ребёнка, обеспечивающей развитие его творческого потенциала, богатство эмоциональных впечатлений и переживаний, активную жизнедеятельность и сохранение здоровья. На современном этапе развития общества важной проблемой, по нашему мнению, является не только определение понятия самой среды и её структурных компонентов (социальных, природных, предметно-пространственных), но и качественного их состава — наполнения, как в учреждениях дошкольного образования, так и в семье.

Список источников

1. *Висангириева, Е. Д.* Проектирование социокультурной предметно-пространственной среды развития ребёнка в условиях дошкольного образовательного учреждения : дис. ... канд. пед. наук. — Ростов н/Д : [б. и.], 2003. — 223 л.
2. *Куликова, Т. А.* Семейная педагогика и домашнее воспитание : учеб. для средн. и высш. пед. учеб. заведений / Т. А. Куликова. — М. : Академия, 1999. — 232 с.
3. *Пидкасистый, П. И.* Педагогика : учеб. пособие для студентов пед. вузов / П. И. Пидкасистый. — М. : Пед. о-во России, 2006. — 608 с.

О. А. Ваницкая
БарГУ, Барановичи

КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ФОРМА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Сохранение здоровья подрастающего поколения является важнейшей государственной задачей, так как фундамент здоровья взрослого населения страны закладывается в детском возрасте. На сегодняшний день имеются данные о систематичном ухудшении состояния здоровья, понижении уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста. В физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста приоритетную роль играет обучение основным жизненно важным двигательным действиям и формирование двигательных умений и навыков, из-за чего недостаточное внимание уделяется развитию физических качеств ребёнка в сензитивные периоды его возрастной эволюции [4]. Система физического воспитания детей дошкольного возраста вызывает острую потребность в её совершенствовании.

Исследователи Н. И. Шлык, Т. И. Кравчук, Л. И. Лубышева признают необходимость использования оздоровительной тренировки в целях совершенствования физического воспитания детей дошкольного возраста. Это связано, прежде всего, с тем, что методика проведения занятий по физической культуре, сложившаяся в системе дошкольного образования, не способствует в достаточной мере реализации оздоровительных задач.

Поиск путей повышения продуктивности физического воспитания детей дошкольного возраста на основе обеспечения тренирующего эффекта и оздоровительной направленности занятий по физической культуре является актуальным [2]. По мнению В. К. Бальсевича, концепция тренировки — пока единственная научно-обоснованная концепция управления развитием физического потенциала человека. Применительно к решению задач физического воспитания детей, под оздоровительной тренировкой (по определению С. Б. Шармановой и А. И. Фёдорова) следует понимать педагогический процесс адаптации организма к физическим нагрузкам в целях укрепления здоровья и совершенствования физического и психического потенциала ребёнка [3].

Многие специалисты (Н. М. Амосов, В. К. Бальсевич, В. Н. Новохатько, Е. И. Панкратьев) считают, что для повышения оздоровительной эффективности физического воспитания при его планировании преимущество должны иметь физические упражнения, оказывающие разностороннее воздействие на организм и выраженный тренирующий эффект. Одним из перспективных путей реализации тренирующего эффекта занятий по физическому воспитанию в учреждениях дошкольного образования является применение круговой тренировки [2], т. е. организационно-методической формы занятий, основу которой составляет серийное (слитное или с интервалами) повторение нескольких видов физических упражнений, подобранных и объединённых в комплекс в соответствии с определённой схемой [5]. Упражнения выполняются в порядке последовательного прохождения 5—10 «станций», которые располагаются в зале или на площадке по кругу, либо похожим образом, но так, чтобы путь через них образовывал замкнутый контур. На каждой «станции» повторяется один из видов движений (локального либо общего воздействия). Основная задача использования метода круговой тренировки — эффективное развитие двигательных качеств в условиях ограниченного и жёсткого лимита времени при строгой регла-

ментации и индивидуальной дозировке выполняемых упражнений [1]. Круговая форма занятий приобретает особое значение, так как позволяет большому количеству детей упражняться одновременно и самостоятельно, использовать максимальное количество инвентаря и оборудования. Переключение смены деятельности создаёт благоприятные возможности для проявления высокой работоспособности и положительных эмоций. Основные виды движений на «станциях» изначально можно задавать не в готовом виде, а в проблемно-игровой форме. Процесс проблематизации ведёт к творческому преобразованию обыденного двигательного опыта ребёнка. В ходе решения проблемы дети активно экспериментируют со способами построения собственных движений. Ребёнок самостоятельно создаёт новые движения, основанные на использовании его двигательного опыта и наличия мотива, побуждающего к творческой деятельности. Подсказкой могут служить картинки, схемы, рисунки, сказочные персонажи. В дальнейшем можно включать несложные и предварительно хорошо разученные движения. При проведении круговой тренировки желательно использовать музыкальное сопровождение с заданным ритмом.

Анализ научно-методической литературы позволил выделить следующие виды круговой тренировки:

- *сюжетная*, которая выполняется по типу непрерывного двигательного упражнения с определённой направленностью и сопровождается художественным словом;
- *круговая тренировка из подвижных игр*, когда распределяется нагрузка на разные виды мышц, дети находятся длительное время в движении;
- *прыжковая*, включающая разнообразные прыжки с использованием снарядов и спортивного оборудования, направленных на развитие мышц;
- *круговая тренировка с одним снарядом*, когда выполняются различные виды движений с одним снарядом (ходьба по скамейке с мячом, прокатывание мяча по скамейке, под дугой);
- *круговая тренировка с несколькими снарядами*, при которой по сигналу дети переходят от одного снаряда к другому, от выполнения одного движения к другому.

Необходимо отметить, что круговая тренировка с детьми старшего дошкольного возраста требует соблюдения основных принципов: наглядности и доступности (рисунок, схема с изображением вида движений); последовательности и систематичности (от простого к сложному); сознательности и активности.

Многие авторы (С. Б. Шарманова, А. И. Фёдоров, Е. А. Черепов) рекомендуют в процессе физкультурных занятий с детьми старшего дошкольного возраста применять упрощённые варианты круговой тренировки, предусматривающие дифференцированные нагрузки посредством использования на «станциях» однотипных упражнений, отличающихся друг от друга различной степенью трудности: круговая тренировка по типу *непрерывного длительного упражнения* с умеренной интенсивностью без пауз; *интервального упражнения с очень короткими интервалами* между «станциями»; *интервального упражнения с полными интервалами отдыха* между ними [3].

Использование метода круговой тренировки предусматривает регулирование нагрузки следующими способами: изменение продолжительности и количества повторений на «станциях», количества «станций», количества «кругов»; варьирование темпа выполнения упражнений; изменение интервала отдыха и введение дополнительных «станций» с облегчением и, наоборот, более высокой нагрузки; а также иные способы и условия выполнения упражнений [1].

Круговую тренировку целесообразно проводить в основной части физкультурного занятия, после предварительной разминки, включающей разновидности ходьбы, бега, общеразвивающих упражнений

Доказательства эффективности применения круговой тренировки находим в исследовательских работах Е. А. Черепова, который обосновал данную методику и возможность её использования в физическом воспитании старших дошкольников. Автор утверждает, что круговая тренировка в процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста позволит повысить её эффективность и окажет положительное влияние на физическое состояние детей при условиях адекватности применяемых тренировочных воздействий возрастным особенностям детей шести—семи лет и их фактическому физическому состоянию; реализации дифференцированного подхода на основе разработки различных вариантов однотипных упражнений, применяемых на «станциях» круговой тренировки; создания у детей игровой мотивации в процессе применения круговой тренировки на занятиях по физической культуре [2].

Считаем, что круговая тренировка — это одна из эффективных форм физического воспитания, которая способствует обеспечению индивидуальной максимальной нагрузки на каждого ребёнка и является одним из результативных путей оздоровления и повышения уровня физической подготовленности. Применение круговой тренировки в процессе физкультурных занятий позволит обеспечить высокую моторную плотность, нагрузить все мышечные группы, развивать общую и силовую выносливость, совершенствовать дыхательную и сердечнососудистую системы, даст возможность проявить творчество и инициативу [5; 6].

Список источников

1. Бальсевич, В. К. Физическая культура для всех и для каждого / В. К. Бальсевич. — М. : ФИС, 1988. — 208 с.
2. Библиотека авторефератов и диссертаций по педагогике [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://nauka-pedagogika.com/pedagogika-13-00-04/dissertaciya-obosnovanie-effektivnosti-primeneniya-krugovoy-trenirovki-v-fizicheskom-vospitanii-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta#ixzz2K72egHgn>. — Дата доступа: 29.01.2013.
3. Гуревич И. А. Круговая тренировка при развитии физических качеств / И. А. Гуревич. — Минск : [б.и.], 1997. — 124 с.
4. Романенко, В. А. Круговая тренировка при массовых занятиях физической культурой / В. А. Романенко. — М. : Физкультура и спорт, 1986. — 143 с.

5. Шарманова, С. Б. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста : учеб.-метод. пособие / С. Б. Шарманова, И. А. Фёдоров. — М. : Советский спорт, 2004 — 120 с.

6. Шарманова, С. Б. Круговая тренировка в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] / С. Б. Шарманова // Физическая культура. — Челябинск: [б.и.], 2002. — Режим доступа: <http://lib.Sportedw.ru/press/fkvot2002№2/p60-63htm>. — Дата доступа: 29.01.2013.

Д. С. Демьянов
БарГУ, Барановичи

ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Проблема здоровья находится в центре внимания всех современных наук о человеке. В последние десятилетия проведены исследования, давшие ответы на важные вопросы: что такое здоровье и болезнь; причины болезни и истоки здоровья; роль социальных институтов и самого человека в организации здорового образа жизни; когда и как закладываются основы здоровья в человеческом организме.

В целом уровень здоровья людей в масштабах планеты к началу XXI века оценивается как более высокий по сравнению с предыдущими столетиями (в основном за счёт высокоразвитых стран), значительно увеличилась средняя продолжительность жизни.

Однако для многих регионов планеты, в том числе и для Беларуси, проблема здоровья населения является одной из наиболее острых. Подтверждением являются данные о том, что 70% белорусов находится в так называемом состоянии предболезни, когда человек не болен, но уже не здоров. Данные о системном ухудшении состояния здоровья, снижении уровня физической и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста, по мнению многих учёных, являются следствием снижения общего уровня жизни и социальной защищённости населения, нарушением экологии среды обитания, несовершенства системы медицинского обслуживания, недостаточным финансированием образовательных учреждений [1].

Нарастание тревожных тенденций относительно здоровья населения Республики Беларусь вызывает необходимость актуализации роли физической культуры как наиболее реального комплексного оздоровительного средства, оказывающего значительное влияние на качество жизни людей в современных условиях. Крайне важно организовать процесс физического воспитания в раннем детстве и в дошкольном периоде, так как именно в это время закладываются основы здоровья и долголетия человека, его физической и умственной работоспособности, потребности в физических нагрузках, необходимых для нормального функционирования всех систем организма.

Сохранение и укрепление здоровья детей является актуальной социальной проблемой, решаемой педагогическим сообществом Республики Беларусь.

Современные дети растут и развиваются в период глобальной компьютеризации, следствием её становится снижение двигательной активности ребёнка, который в дошкольном возрасте должен в полном объёме реализовывать физическую деятельность. Низкая подвижность дошкольников препятствует их нормальному физическому развитию, формированию двигательной сферы, наносит вред физическому здоровью. А болезненный, отстающий в физическом развитии ребёнок быстрее утомляется, у него неустойчивое внимание, память. В XXI веке искусственная акселерация становится характерным явлением для современного общества. Не происходит развитие таких качеств, как любознательность и самостоятельность, к тому же не развиваются различные психические процессы: восприятие, воображение, речь, необходимые детям для дальнейшего обучения в школе.

Возможно, подобная проблема могла быть решена при помощи включения в педагогический процесс комплекса оздоровительных мероприятий. Но физкультурно-оздоровительная деятельность сама является системой мероприятий, на осуществление которых требуется определённое время. Как итог, возможно появление риска перегрузки детей, а перегрузка любого рода (интеллектуальная, физическая, нервно-психическая) непременно приведёт к потере здоровья. Одним из способов избежать перегрузки является игра.

Согласно периодизации детства, разработанной Л. С. Выготским, А. Н. Леонтьевым, Д. Б. Элькониним, В. В. Давыдовым, в дошкольном возрасте ведущая деятельность — игровая, «благодаря особым игровым приёмам (принятию ребёнком на себя роли взрослого и его общественно-трудовых функций, общественному изобразительному характеру воспроизводимых предметных действий и переносу значений с одного предмета на другой) ребёнок моделирует в ней отношения между людьми» [2, с. 2].

Именно в игровой деятельности формируются те психические процессы умения, которые необходимы ребёнку в дошкольном возрасте: воображение, память, речь, конкретно-образное мышление.

Подвижные игры в большой степени способствуют формированию двигательных умений, воспитанию физических качеств: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, и, что немаловажно, они развиваются в комплексе. Увлекательный игровой сюжет вызывает у участников положительные эмоции и побуждает их к тому, чтобы они с неослабевающей активностью многократно проделывали те или иные приёмы, проявляя необходимые волевые качества и физические способности. Игра захватывает детей, заставляет их по-настоящему переживать те чувства, которые должны испытывать изображаемые персонажи, — симпатию, со-