

Сюжетно-ролевые игры «Салон красоты», «Семья», «Поликлиника», «Торговый центр», «Ателье»; куклы, наряды и предметы домашнего обихода помогут девочкам в формировании определённого стиля поведения в соответствии с их гендерной принадлежностью.

При грамотном руководстве со стороны взрослых в процессе сюжетно-ролевых игр у воспитанников закладываются основы нравственности, формируются уважение к девочкам (женщинам) — у мальчиков, и доброта, терпеливость, верность, уважение к мальчикам (мужчинам) — у девочек. Важным аспектом является то, что сюжетно-ролевая игра позволяет ребёнку «примерить» ту или иную профессию и уже на этапе дошкольного детства, возможно, определить свои предпочтения, что станет условием успешной самореализации личности в будущем.

Заключение. Проблема гендерной социализации является одной из наиболее актуальных в общей образовательной работе. В дошкольном возрасте происходит интенсивный процесс формирования самосознания ребёнка, в котором важным компонентом является осознание себя как представителя определённого пола. Психолого-педагогическая и методическая литература, касающаяся вопросов полоролевой социализации детей дошкольного возраста, говорит о том, что мальчики и девочки проявляют себя по-разному в обществе, а социализация мальчиков может быть более затруднительной по сравнению с девочками.

Грамотная организация предметно-развивающего пространства, компетентное руководство деятельностью воспитанников, учёт их индивидуальных особенностей позволят решить задачи социально-нравственного и личностного развития детей дошкольного возраста, обозначенные учебной программой дошкольного образования.

Список цитируемых источников

1. Еремеева, В. Д. Мальчики и девочки: два разных мира. Нейропсихологи — учителям, воспитателям, родителям, шк. психологам / В. Д. Еремеева, Т. П. Хризман. — СПб. : Тускарора, 2000. — 180 с.
2. Учебная программа дошкольного образования (для учреждений дошкольного образования с русским языком обучения и воспитания) / М-во образования Респ. Беларусь. — Минск : НИО, 2023. — 380 с.
3. Словарь гендерных терминов / под ред. А. А. Денисовой. — М., 2002. — 256 с.
4. Евтушенко, И. Н. Условия гендерной социализации детей дошкольного возраста / И. Н. Евтушенко // Нач. шк.: плюс до и после. — 2007. — № 5. — С. 64—67.
5. Улисных, А. А. Учёт гендерных особенностей дошкольников в воспитательно-образовательном процессе / А. А. Улисных // Педагогика: традиции и инновации. — Челябинск : Два комсомольца, 2015. — 197 с.
6. Репина, Т. А. Проблема полоролевой социализации детей / Т. А. Репина. — Воронеж : Модек, 2014. — 300 с.

УДК 373.24

Веремеюк Яна Николаевна

*Государственное учреждение дошкольного образования «Детский сад № 36 г. Барановичи»,
Барановичи, Республика Беларусь, yanaverem24@gmail.com*

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ 5—6 ЛЕТ ПОСРЕДСТВОМ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Статья посвящена вопросу развития физических качеств у воспитанников 5—6 лет. Подчёркивается значимость использования различных видов подвижных игр в физкультурно-оздоровительной деятельности с воспитанниками.

Ключевые слова: подвижная игра; физические качества; ловкость; сила; быстрота; выносливость; гибкость.

Veremeyuk Yana Nikolaevna

State Institution of Preschool Education “Kindergarten No. 36 of Baranovichi”, the Republic of Belarus, yanaverem24@gmail.com

THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES IN CHILDREN AGED 5—6 YEARS THROUGH VARIOUS TYPES OF SPORTS GAMES

The article is devoted to the development of physical qualities in pupils aged 5—6 years. The importance of using various types of sports games in physical education and recreation activities with pupils is emphasized.

Key words: sports game; physical qualities; agility; strength; speed; endurance; flexibility.

Введение. Период дошкольного возраста характеризуется активным физическим развитием ребёнка. Одним из факторов, определяющих эффективное управление процессом физического воспитания дошкольников, является учёт современных данных относительно развития основных движений, физических качеств и функционально-двигательных способностей [1].

В настоящее время можно выделить несколько ключевых моментов, на которые ориентировано дошкольное образование. Во-первых, это обязательный учёт требований индивидуального подхода, базирующегося на специфике возможностей и потребностей каждого воспитанника и направленного на создание благоприятных условий для всестороннего и гармоничного развития личности ребёнка, повышения эффективности его ранней социализации, раскрытия персональных способностей и интересов. Во-вторых, образовательный процесс в учреждениях дошкольного образования должен выстраиваться на основе понимания высокой степени значимости дошкольного возраста как уникального периода, во многом предопределяющего дальнейшее личностное становление и развитие ребёнка.

Важным элементом личностного становления детей старшего дошкольного возраста является развитие познавательной активности, которая неразрывно связана с освоением ребёнком социального пространства, усвоением социокультурного опыта. Именно познавательная активность оказывает существенное влияние на формирование комплекса познавательных способностей детей старшего дошкольного возраста, является основой проявления самостоятельности, инициативы и креативности и в целом способствует достижению успешности в основных для данного возрастного периода сферах жизнедеятельности [2].

Основная часть. В детстве у ребёнка закладывается фундамент здоровья, и формируются важные личностные черты. Развить их — одна из важнейших задач физического воспитания. Физические качества ребёнка включают в себя следующие понятия: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Большое влияние на всестороннее физическое воспитание детей дошкольного возраста оказывают подвижные игры, элементы спортивных игр и спортивные упражнения [3].

Содержание подвижных игр включает в себя: бег, прыжки, метания, упражнения на равновесие. Это способствует укреплению крупных групп мышц, развитию физических качеств: силы, ловкости, координации, быстроты, выносливости. Таким образом, в процессе игры дети обогащают и совершенствуют свои двигательные умения и навыки. Важно иметь в виду факт того, что физические качества развиваются не изолированно друг от друга, а в комплексе. С помощью подвижных игр возможно создавать необходимый уровень физической нагрузки и варьировать его в ходе занятия. При подборе подвижных игр определяющих физическую нагрузку необходимо учитывать индивидуальные особенности детей, уровень физической подготовленности.

Рассмотрим процесс развития каждого физического качества у детей старшего дошкольного возраста.

Самым результативным способом оздоровления считается формирование гибкости. Практика в усвоении гибкости способствует формированию эластичности и укреплению связок и хрящей, мышц и конечностей. Пластичность тела важна не только для спортсменов, она может дать детям красивую осанку и лёгкую походку.

Дошкольный возраст — сензитивный период для развития гибкости ребёнка, которому способствуют анатомо-физиологические и психические особенности данного возраста. Все упражнения, способствующие развитию гибкости, делятся на группы, соответствуя участку тела, подверженного воздействию: шейный отдел; руки, плечевой пояс; грудной и поясничный отделы; для ног и тазобедренных суставов. Для успешного применения упражнений необходимо помнить о методических приёмах: ежедневная растяжка; чередование упражнений на развитие силы и гибкости, исключать преобладание одного вида [4].

Игры, имеющие направленность на модернизацию гибкости, положительно влияют на укрепление опорно – двигательной системы, формирование физически правильной и красивой осанки. Новая система упражнений, применяющаяся в работе с детьми дошкольного возраста — стретчинг. Автор методики «Игровой стретчинг» А. Г. Назарова заостряет внимание на том, что методика не регламентирована на определённый возраст. Эти упражнения охватывают все виды мышц и выполняются в игровом формате. Возможно их использование в физкультминутках, утренней гимнастике или гимнастике после сна, также на занятиях по физическому воспитанию. В стретчинге дети имитируют животных, их повадки и звуки под мелодию, что создаёт игровую ситуацию и побуждает детей к физической активности, творческому самовыражению.

Также в настоящий момент популярными становятся занятия фитбол-гимнастикой, который способствует увеличению гибкости и подвижности в суставах, развитию координации движений. Фитбол в переводе с английского означает «оздоровительный мяч», который и используют для занятий. Мяч может использоваться как снаряд и опора. Занятия с таким мячом под музыку, пение в такт движения обеспечивает развитие чувства ритма, координации, улучшение осанки, улучшает настроение детей [4].

Следовательно, методически обоснованное использование фитболов и элементов игрового стретчинга в подвижных играх будет способствовать развитию гибкости у воспитанников.

Бег — эффективное средство развития выносливости. Выполнение бега связано с затратой большого количества энергии, участием нескольких групп мышц. В процессе бега усиливается работа органов кровообращения и дыхания. Подвижные игры с бегом могут быть включены в разные формы работы: физкультурные занятия (различные виды бега, бег на выносливость, упражнения с бегом и т. п.), физкультурно-оздоровительная работа в течение дня (утренняя гимнастика, физические упражнения на прогулке, подвижные игры и т. д.), активный отдых детей [5].

Бег на выносливость (в спокойном темпе) может быть использован при проведении утренней гимнастики, во вводной части физкультурного занятия, в подвижных играх. Возможно использование бега в основной части физкультурного занятия, в таком случае бег может быть более продолжительным по времени, с включением дополнительных движений (подскоки, прыжки и т. п.). Хорошо использовать бег

невысокой интенсивности и в заключительных частях утренней зарядки и физкультурных занятий, особенно если они организованы на свежем воздухе. Поскольку бег включен во многие подвижные игры, с целью развития выносливости можно увеличивать продолжительность бега в играх, не требуя при этом от детей быстрого темпа, а, наоборот, поощряя бег ритмичный, в ровном, спокойном темпе. Использование такого бега возможно при проведении таких подвижных игр, как «Солнышко и дождик», «Найди пару», «Совушка» [5].

Сила — это способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему путём мышечных усилий. Развитию силы способствует придание ускорения массе тела и различным используемым снарядам, например, передача мяча. В значительной степени от развития силы зависит и развитие других физических качеств — быстроты, ловкости, выносливости, гибкости. В образовательном процессе обязательно нужно учитывать возрастные особенности организма детей дошкольного возраста. Именно по этой причине общеразвивающие упражнения, которые укрепляют основные группы мышц и позвоночник, нацелены на постепенное развитие силы. При отборе подвижных игр нужно уделять особое внимание именно тем, которые способны вызывать кратковременные скоростно-силовые напряжения: упражнения в метаниях, беге, прыжках [3]. Например: «Пустое место», «Попади в шар», «С кочки на кочку».

Для того что бы развить силу нужно развить быстроту движений и умение проявлять быструю силу, то есть скоростно-силовые качества. Для их развития используют прыжки, метание на дальность, бег на короткие дистанции. Применение на занятиях упражнений с использованием набивных мячей будет способствовать развитию мышечной силы, координации движений, дыхательной системы. Для воспитания силы используют игры, которые требуют проявления, умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений [3].

Развитие ловкости способствует повышению пластичности нервной системы, улучшению координации движений и развитию способности быстро овладевать новыми более сложными упражнениями [3]. Развитию ловкости способствуют упражнения, которые выполняются в изменяющихся условиях. В качестве эффективного средства для развития ловкости выступает такие подвижные игры как: «Ловишка», «Выбивала», «Хитрая лиса», «Охотники и зайцы» и т. д.

Заключение. Дошкольный возраст является благоприятным для закладывания фундамента физических качеств таких как: сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость. Активное использование подвижных игр, игровых упражнений является эффективным для дальнейшего формирования у старших дошкольников интереса к занятиям физической культуры, способствовать формированию физической культуры личности, профилактике заболеваний и формированию здорового образа жизни.

Список цитируемых источников

1. Мухина, М. П. Формирование двигательных способностей дошкольников / М. П. Мухина, А. И. Кравчук // Теория и практика физ. культуры. — 2015. — № 3. — С. 62—64.
2. Поштарева, Т. В. Педагогические условия формирования познавательной активности старших дошкольников / Т. В. Поштарева, Е. П. Грибова // Проблемы соврем. пед. образования. — 2023. — С. 168—171.
3. Тарасова, И. В. Применение спортивных игр в развитии двигательных качеств у детей дошкольного возраста / И. В. Тарасова // Наука-2020: физическая культура, спорт, туризм: проблемы и перспективы. — 2020. — № 5 (30). — С. 47—53.
4. Развитие гибкости у детей старшего дошкольного возраста как важнейший элемент физического воспитания / К. Ю. Акулова [и др.] // Междунар. науч.-исслед. журн. — 2022. — № 5 (119). — С. 10—14.
5. Зотова, И. В. Бег как средство развития выносливости у детей старшего дошкольного возраста / И. В. Зотова, Л. И. Аббасова // Проблемы соврем. пед. образования. — 2021. — С. 76—79.

УДК 373

Волк Елена Арсеньевна

Государственное учреждение образования «Детский сад № 23 г. Лида», г. Лида, Республика Беларусь, elenavolk311@gmail.com

ОСНОВЫ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ И МУЛЬТИМЕДИЙНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В статье обосновывается использование игровых технологий в речевом развитии детей. Анализируется использование мультимедийных технологий на занятиях и в нерегламентированных видах деятельности по развитию связной речи детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: речевое развитие; игровые и мультимедийные технологии.