

РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСТВА В ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ МАЙНД-ФИТНЕСА

Введение. Актуальность данной темы состоит в том, что за последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Исследования свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своём испытывают двигательный дефицит, проводя большую часть времени в статичном положении (за столами, телевизорами, компьютерами, телефонами). Это вызывает утомление определённых мышечных групп и как следствие, нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку в развитии основных физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений, гибкость, выносливости. А ведь детство — лучшее время для формирования привычки «быть в форме». Главная задача взрослых выработать у детей такую привычку, создать все необходимые условия для утоления «двигательного голода», найти новые подходы к физическому воспитанию и оздоровлению дошкольников. Поэтому использование элементов детского фитнеса в дошкольном образовательном учреждении позволяет повысить объём двигательной активности, уровень физической подготовленности, усиливает интерес к занятиям физическими упражнениями и, как следствие, укрепляет здоровье детей.

Основная часть. Сегодня в «Атласе новых профессий», где представлены исчезающие профессии и те, которые будут востребованы до 2030 года в разделе «Образование» рассматривается тренер по майнд-фитнесу как «специалист, который разрабатывает программы развития индивидуальных когнитивных навыков (например, память, концентрация внимания) с помощью специальных программ и устройств с учётом особенностей психотипа и задач пользователя» [1]. Майнд (англ. «mind») — разум, фитнес (англ. fitness) — поддерживать форму, тренироваться. Термин впервые был употреблён в 2014 году.

Современное образование готовит детей к жизни в мире, будущее которого является неопределённым. Поэтому важно не просто вооружить детей багажом базовых знаний и умений, но и развивать у них компетенции, позволяющие успешно адаптироваться к быстро изменяющемуся миру и достигать в этих непростых условиях свои личные цели. Такие компетенции называют надпредметными (метапредметными).

Майнд фитнес — это направление тренировок объёма, качества и количества когнитивных функций. Технология направлена на тренировку когнитивных функций. Все когнитивные функции подразделяются на память, внимание, речь, праксис, гнозис, мышление. Известно, что возможности когнитивных функций формируют личность ребёнка, определяют успешность в обучении, в жизни в целом.

Если заниматься майнд-фитнесом в детском возрасте, когда мозг более пластичен и восприимчив, это будет иметь большое значение для ребёнка. Майнд-фитнесом занимаются дети разных возрастных групп, но особенно он нужен дошкольникам, школьникам — в саду, школе у ребёнка часто возникают трудности с учёбой из-за недостаточной концентрации внимания или проблем с памятью. Майнд-фитнес влияет на большое число повседневных занятий детей: от способности запоминать расписание на день до планирования других занятий. Ведь каждое действие, которое выполняет ребёнок, зависит от одного или нескольких когнитивных навыков, и натренированный мозг сможет выполнять задачи более эффективно [2].

Когнитивные навыки — это набор процессов мышления, которые позволяют человеку рассуждать, анализировать, учиться и запоминать. Каждый из нас использует их, чтобы понять окружающий мир и решать возникающие трудности.

Установлено, что занятия майнд-фитнесом влияют когнитивные способности ребёнка, такие как:

- рабочая память — набор процессов, которые позволяют человеку хранить, пользоваться временной информацией, а также выполнять сложные когнитивные задачи, такие как понимание языка, чтение, обучение или рассуждение.

- планирование, чтобы ребёнок мог выбрать действия, необходимые для достижения цели, определять их правильный порядок, рассчитывать свои силы на каждую задачу и в итоге разработать план действий.

- скорость обработки информации — важный навык в обучении, успеваемости, интеллектуальном развитии и рассуждениях.

- время отклика, которое проходит между тем, когда ребёнок что-то воспринимает и тем, когда реагирует на это.

- фокусировка внимания — когнитивная способность, которая позволяет нам реагировать на соответствующие стимулы в окружающей среде, игнорируя при этом такие, которые нам не нужны. Для детей особенно актуальна сосредоточенность. Она, например, позволяет учиться в шумной обстановке, не отвлекаясь.

Содержание занятий майнд-фитнесом с детьми дошкольного возраста включает ряд развивающих игр. Например, нейропсихологические игры помогают развивать у ребят способность к спонтанному планированию их действий, а также контролю этих действий. Они повышают сосредоточенность и помогают удерживать её долгое время, например, «Волшебные обводилки» тренируют мелкую моторику и пластичность мозга в целом. Суть: обвести рисунок сначала левой, потом правой рукой, а затем одновременно двумя руками. Игра «Мемори»

развивает наблюдательность, рабочую память, логическое и образное мышление. Визуально-ритмические ряды представляют собой последовательность каких-то предметов, букв, слов действий. Они помогают тренировать логическое мышление, внимательность и память [3].

Заключение. Таким образом, технология майнд-фитнеса направлена на развитие навыков, являющихся универсальными для каждого из нас, живущих в сложном многозадачном мире. Многие дети, которые познакомились с майнд-фитнесом сейчас отличаются разнообразием, высокой техничностью, оригинальностью, соответственно уровень их творческих способностей в двигательной деятельности значительно повышается.

Список цитируемых источников

1. Атлас новых профессий [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://atlas100.ru/catalog/obrazovanie/trener-po-maynd-fitnessu/> — Дата доступа: 30.03.2022.
2. Майнд-фитнес тренер [Электронный ресурс]. — Режим доступа: https://mindfitnesstrainer.ru/?yclid=604462461143_2464383. — Дата доступа: 30.03.2022.
3. Сорокина, С. Н. Майнд-фитнес — новая образовательная технология / С. Н. Сорокина [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2017/08/13/maynd-fitness-novaya-obrazovatel'naya-tehnologiya>. — Дата доступа: 30.03.2022.

УДК 373.2

А. Г. Матяс

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ИГРОВЫЕ SMART-ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВОСПИТАНИЯ И ОБУЧЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Введение. Дошкольное образование сегодня совершенствуется, развивается, находится в поиске новых возможностей, создающих необходимые условия для воспитания, обучения и развития ребёнка.

В настоящее время одной из наиболее актуальных проблем современного образования становится достижение современного качества образования. Современный педагог — это, прежде всего, человек эрудированный, энергичный, креативный, обладающий профессиональными качествами и любящий свое дело. Каждый день появляются новые виды работ и даже целые профессиональные области, именно поэтому современные педагоги должны задуматься, отвечают ли знания и навыки, которым они учат, запросам времени? Что может заинтересовать наших воспитанников, спросите вы? Конечно же, SMART-технология. Именно SMART-технология позволит педагогам вырастить поколение успешных исследователей, изобретателей, технологов и математиков. Отличительной особенностью данной педагогической системы является то, что SMART-технология может успешно использоваться в рамках основной образовательной программы дошкольного образования, а каждый её образовательный модуль — самостоятельно применяться в различных формах образовательного процесса.

Основная часть. Как известно любая инновационная технология — это инструмент профессиональной деятельности педагога. Педагогические инновационные технологии опираются на передовые методы и технические средства образовательного процесса в учреждении дошкольного образования. Технология должна быть эффективна в достижении поставленной цели и соблюдать следующие принципы:

- гуманизации — приоритет личности ребёнка, его индивидуальное развитие;
- целостности образа мира — установление через интеграцию содержания образования связи между объектами и явлениями, создание целостной картины окружающего мира;
- учёта возрастных и индивидуальных особенностей ребёнка — знание и применение особенностей возраста ребёнка в ходе образовательного процесса;
- учёт и развитие субъективных качеств ребёнка — соблюдение его интересов и потребностей, развитие самостоятельности, инициативы, творчества;
- педагогической поддержки — создание условий для эмоционального удовлетворения своей деятельности.

К числу современных образовательных технологий можно отнести:

- здоровьесберегающие технологии;
- технологии проектной деятельности;
- технологии исследовательской деятельности;
- информационно-коммуникационные технологии;
- личностно-ориентированные технологии;
- игровые технологии.

Обучение и воспитание детей дошкольного возраста становится более привлекательным и захватывающим, если использовать интерактивные и мультимедийные средства. Они призваны вдохновить и призвать детей к стремлению овладеть новыми знаниями. Интерактивная доска значительно расширяет возможности предъяв-