



«ПЕДАГОГИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

Электронный журнал Камского государственного института физической культуры

Reg. № Эл. №ФС77-27659 от 26 марта 2007г

№4 (3/2007)

УДК 37.037.2

## АНАЛИЗ ПАРАМЕТРОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫХ ДОУ

Кандидат педагогических наук, доцент Г.Н. Голубева,  
аспирант Г.Ф. Нурмухаметова,  
Камский государственный институт физической культуры,  
г. Набережные Челны

### ANALYSIS OF OPERATION ACTIVITY FACTORS AT EXPERIMENT KINDERGARTEN

G. N. Golubeva, Ph.D., Associate Professor  
G.F. Nurmuhametova, Post graduate student  
Kama State Institute Of Physical Culture,  
Naberezhnye Chelny

*Ключевые слова:* двигательная активность, двигательная деятельность, объем двигательной активности, движение, дошкольники, тип двигательной активности, уровень двигательной активности

*Аннотация:* Двигательная деятельность человека формируется в процессе целенаправленной двигательной активности как важнейшая сфера человеческой деятельности в целом. Двигательная деятельность является целесообразным проявлением двигательной активности и в конечном итоге определяет оптимальное развитие организма. Вот почему на протяжении многих веков сфера двигательной деятельности человека привлекала и привлекает внимание исследователей.

**Key words:** *motor activity, operation activity, motor activity volume, movement, pre school children, motor activity types, the level of motor activity*

**Summary:** *Motor activity of personal forms in the process of aimed motor activity as an important part of living. The motor activity is the expedient demonstration of operation activity and at least defines the optimal body development. That is why the sphere of operation activity attracts scientists during a long period of time.*

Двигательная деятельность дошкольника должна быть целенаправлена и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма. Педагогам необходимо позаботиться об организации детской двигательной деятельности, ее разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к ее содержанию. Содержательная сторона двигательного режима дошкольников должна быть направлена на развитие умственных, духовных и физических способностей детей.

Современные условия нашей жизни ограничивают двигательную активность не только взрослых, но и детей. Любимые нами «прятки» и «салки» уступили место компьютерным играм и мультсериалам.

А ведь движение – это ключ к формированию всех основных систем и функций организма, без них ребенок не может вырасти здоровым. Ведь движение – это и укрепление здоровья, и предупреждение болезней (особенно болезней сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем), и эффективное, легко доступное лечебное средство [7].

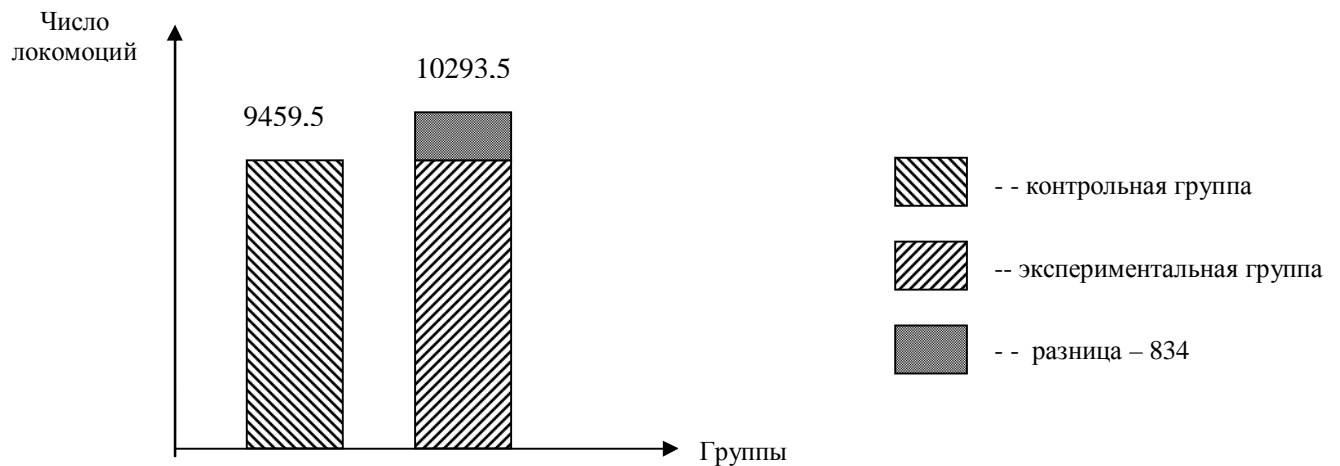
Двигательная деятельность человека формируется в процессе целенаправленной двигательной активности как важнейшая сфера человеческой деятельности в целом. Двигательная деятельность является целесообразным проявлением двигательной активности и в конечном итоге определяет оптимальное развитие организма. Вот почему на протяжении многих веков сфера двигательной деятельности человека привлекала и привлекает внимание исследователей [1].

Использовались методы: педагогическое наблюдение; шагометрия; педагогический эксперимент; математико-статические методы обработки экспериментальных данных.

Исследования проводились в двух К(М)ДОУ города Набережные Челны: №64 «Ландыш», №54 «Искорка» в период с 1 марта 2005 г по 31 марта 2006 г., на детях младшей возрастной группы. В данных ДОУ осуществлено внедрение программы НИР «Оценка эффективности обучения, воспитания и укрепления здоровья детей по программе М.Л.Лазарева «Здравствуй».

Общее количество детей составило 85 человек: 45 детей в контрольной группе и 40 в экспериментальной.

При исследовании объема двигательной активности детей были получены следующие результаты: средняя величина объема двигательной активности в экспериментальной группе составила 10293,5 локомоций, совершенных детьми в течение дня, проведенном в дошкольном учреждении, в то время как средняя величина объема двигательной активности в контрольной группе составляет всего 9459,5 локомоций, это на 834 локомоций меньше, чем в экспериментальной группе (Рис.1).



**Рис.1. Сравнительный анализ объема двигательной активности детей младшего дошкольного возраста контрольных и экспериментальных групп К(М)ДОУ №64 «Ландыш», №54 «Искорка» г. Набережные Челны**

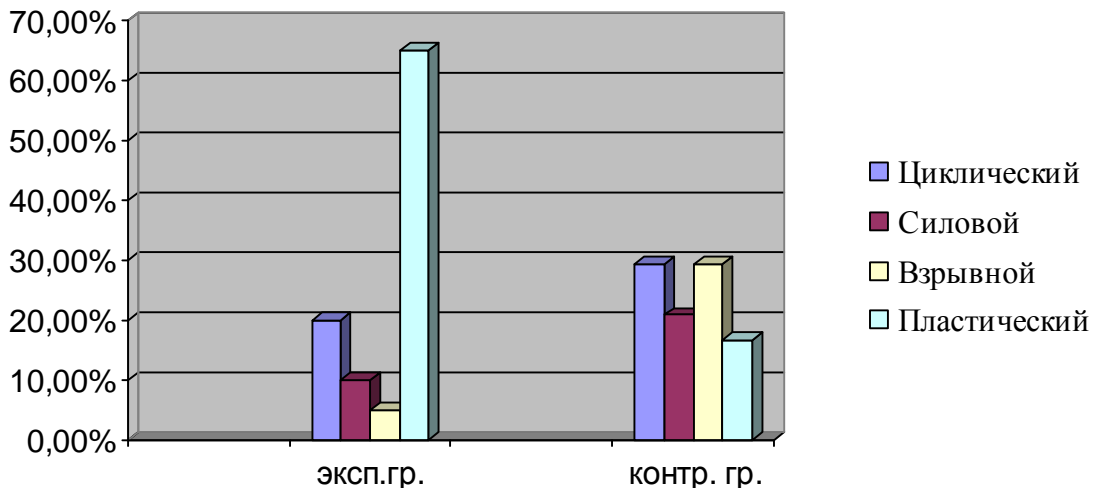
Во всех дошкольных образовательных учреждениях для детей младшей возрастной группы (от 3 до 4 лет) используется общая образовательная программа, в которую входят такие занятия, как татарский язык, физкультура, лечебная физическая культура, рисование, развитие речи, ОЗО, плавание, ФЭМП, музыка, лепка и конструирование. В экспериментальные группы, занимающиеся по программе Лазарева М.Ю., дополнительно входят - урок здоровья, фрагмент музыкального занятия, вокально-двигательный фрагмент на ФИЗО, цветомузыкальный фрагмент на ИЗО, звукодвигательные и вокальные пятиминутки на утренней гигиенической гимнастике и после сна (ежедневно), утренний круг [2]. Также дважды в год проводится «Здравиада», где дети участвуют в соревновательных играх более чем по 30 видам деятельности, в которых выявляются те или иные психические и физические качества и умения, склонности и особенности. «Здравиада» имеет значение и как системная диагностика развития, выявляющая психофизиологический и функциональный профиль личности. Кроме этого проводится «Малая тематическая Здравиада» – ежемесячные праздники здоровья [5].

Априорным считается мнение о несомненной пользе физкультуры, о необходимости увеличения числа физкультурных занятий в течение недели в детском учреждении. Но в то ж

время нужно учитывать и то, что каждый ребенок обладает своим типом и уровнем двигательной активности. Невыявление этого типа и навязывание несвойственного типа движения приводят к тому, что у ребенка возникает неприязнь к движению, а часто и к двигательной активности вообще. Увеличение количества физкультурных занятий, которые не являются для ребенка необходимой для его организма психоэмоциональной зарядкой, не совпадают, не соответствуют его типу двигательной активности, может привести к резко отрицательным последствиям, стать источником длительного стресса, способствующей неприязни к движениям [5].

Под «двигательным типом» понимается набор индивидуальных особенностей, присущих данному ребенку. Индивидуальные двигательные особенности мы выявляли путем опроса воспитателей и в процессе наблюдения за ребенком в течение дня. Лазарев М.Ю. выделил четыре типа двигательной активности: взрывной, циклический, пластический и силовой [3].

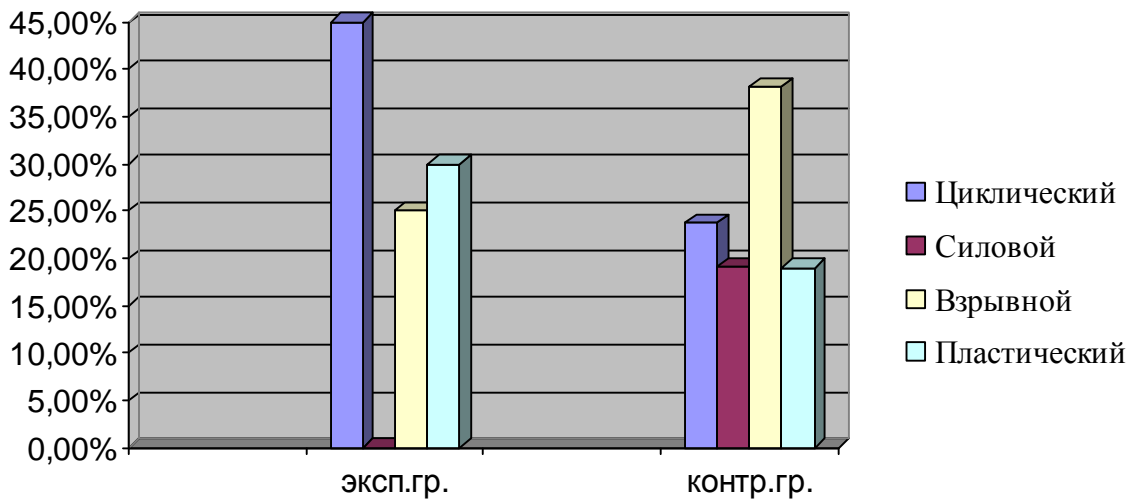
При исследовании типа двигательной активности оказалось, что в детском саду №54 «Искорка» в экспериментальной группе 65% составляют дети с пластическим типом двигательной активности (дети, предпочитающие мягкие, плавные движения), 20% - с циклическим типом (дети, склонные к длительным, монотонным движениям), 10% - с силовым типом (дети, предпочитающие силовые нагрузки) и всего лишь 5% детей с взрывным типом (дети, предпочитающие короткие, быстрые, непродолжительные по времени движения). В контрольной группе 29,2% детей с циклическим и взрывным типом, 20,8% - с силовым и 16,7% - с пластическим (Рис.2).



**Рис. 2. Средние показатели типа двигательной активности детей младшего дошкольного возраста экспериментальной и контрольной групп К(М) ДОУ №54 «Искорка» г.Набережные Челны**

В ДОУ №64 «Ландыш» были получены следующие результаты: в экспериментальной группе 45% детей с циклическим типом, 25% - с взрывным, 30% - с пластическим типом

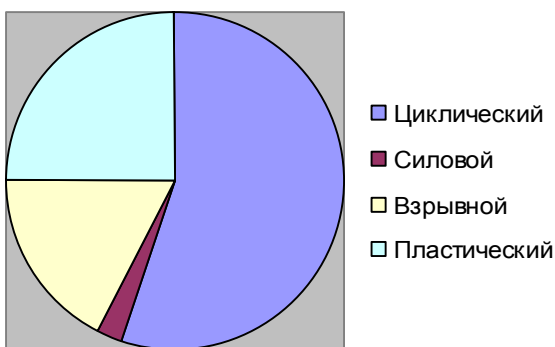
двигательной активности; в контрольной группе 23,8% составляют дети с циклическим типом, 19,1% - с силовым, 38,16% - с взрывным и 19% - с пластическим типом (Рис.3).



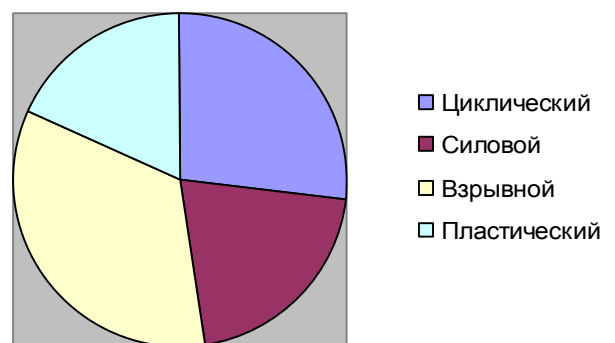
**Рис. 3. Средние показатели типа двигательной активности детей младшего дошкольного возраста экспериментальной и контрольной групп К(М) ДОУ № 64 «Ландыш» г.Набережные Челны**

Был проведен сравнительный анализ средних показателей типа двигательной активности экспериментальных и контрольных групп. Получены следующие результаты: в экспериментальной группе 55% составили дети с циклическим типом, всего лишь 2,5% - с силовым, 17,5% - с взрывным и 25% - с пластическим. В контрольной группе детей с циклическим типом двигательной активности оказалось 26,5%, с силовым – 20%, с взрывным – 33,7% и с пластическим – 17,9% (Рис. 4).

**Экспериментальная группа**



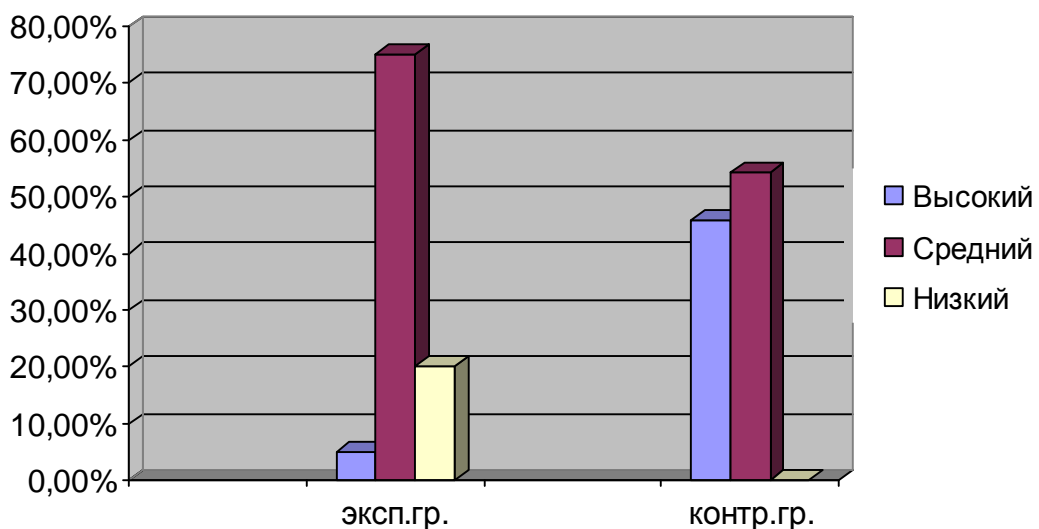
**Контрольная группа**



**Рис. 4. Сравнительный анализ средних показателей типа двигательной активности младшего дошкольного возраста экспериментальных и контрольных групп детей по К(М)ДОУ №54, №64 г. Набережные Челны**

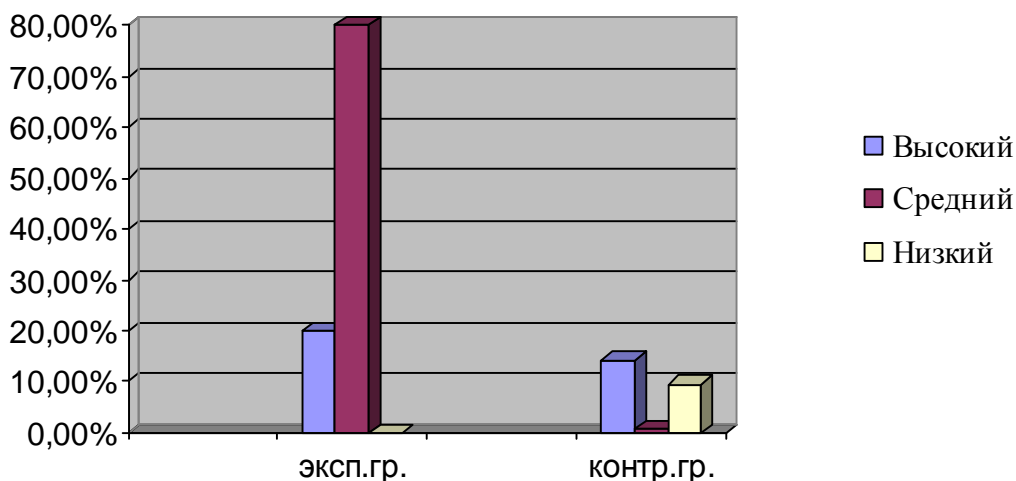
Уровень двигательной активности мы также выявляли путем метода педагогического наблюдения и опроса воспитателей. В зависимости от степени подвижности двигательную активность детей разделили на три уровня, опираясь на методику Руновой М.А. (2004): высокий (чрезмерно подвижные дети), средний (дети, имеющие оптимальный уровень двигательной подготовки и развития физических качеств) и низкий (малоподвижные дети).

При исследовании уровня двигательной активности в К(М)ДОУ №54 «Искорка» получили следующие результаты: в экспериментальной группе 75% детей имеют благоприятный уровень, т.е. средний, 20% - низкий и 5% - высокий; в контрольной группе чуть больше половины (54,2%) составляют дети со средним уровнем, а вторую половину (45,8%) – с высоким уровнем (Рис.5).



**Рис. 5. Средние показатели уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста экспериментальной и контрольной групп К(М) ДОУ № 54 «Искорка» г.Набережные Челны**

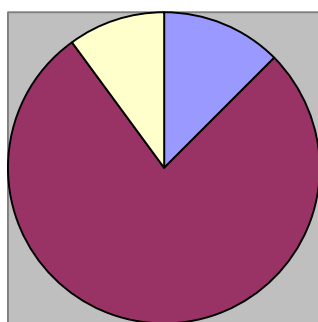
При исследовании уровня двигательной активности в К(М)ДОУ №64 «Ландыш» оказалось, что в экспериментальной группе 80% составляют дети со средним уровнем, а 20% - с высоким. В контрольной группе 14,3% детей имеют высокий уровень, 0,8% - средний и 9,5% - низкий уровень двигательной активности (Рис.6).



**Рис. 6. Средние показатели уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста экспериментальной и контрольной групп К(М) ДОУ № 64 «Ландыш» г.Набережные Челны**

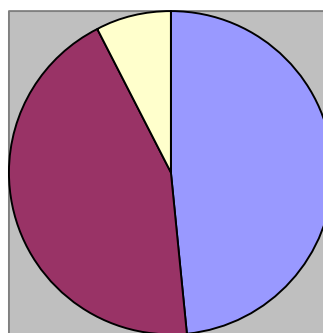
Был проведен сравнительный анализ среди групп ДОУ и выяснилось, что из всего количества исследованных детей, высокий уровень двигательной активности в контрольной группе имеют 26,9%, а в экспериментальной - 17,8%, т.е. на 9% меньше, чем в первой группе. Количество детей со средним уровнем в контрольной группе по сравнению с экспериментальной оказалось меньше (на 34,2%) и составило 40,6%, а в экспериментальной - 74,8%. Количество детей с низким уровнем двигательной активности в контрольной группе оказалось выше (на 10%), чем в экспериментальной и составило 17,38%, а в экспериментальной – 7,4% (Рис.7).

**Экспериментальная группа**



■ Высокий  
■ Средний  
■ Низкий

**Контрольная группа**



■ Высокий  
■ Средний  
■ Низкий

**Рис.7. Сравнительный анализ средних показателей уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста экспериментальных и контрольных групп по ДОУ №54, №64 г. Набережные Челны**

Из полученных результатов можно сделать следующие выводы:

1. Объем двигательной активности детей младшего дошкольного возраста экспериментальной группы на 834 локомоции больше, чем контрольной группы. В норме для детей младшего дошкольного возраста (3-4 лет) объем двигательной активности равен в среднем 9000-10500 шагов [3]. Большая или меньшая двигательная активность детей определяется, главным образом, предложенным двигательным режимом [7]. Следовательно, для детей контрольной группы нужно увеличить объем двигательной активности в течение дня. На ее повышение значительное влияние оказывают достаточная площадь игровой площадки или комнаты для игр, на участках, правильное умелое размещение оборудования и игрушек, новые интересные физкультурные и игровые пособия [8].

2. При исследовании типа двигательной активности детей младшего дошкольного возраста в экспериментальной группе чуть больше половины детей (55%) составляют дети с циклическим типом, т.е. дети склонные к монотонным, длительным движениям. В контрольной группе большинство (33,7%) составляют дети с взрывным типом двигательной активности. Детей этого типа характеризует короткое, быстрое движение, непродолжительное по времени.

3. При исследовании уровня двигательной активности детей младшего дошкольного возраста оказалось, что в экспериментальной группе больше половины (77,5%) составляют дети, имеющие оптимальный уровень двигательной подготовки и развития физических качеств, которым свойственно уравновешенное поведение, сочетающееся с высоким эмоциональным тонусом, умение сосредотачиваться и быть внимательным при выполнении двигательных заданий.

Двигательная деятельность дошкольника должна быть целенаправлена и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма. Педагогам необходимо позаботиться об организации детской двигательной деятельности, ее разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к ее содержанию. Содержательная сторона двигательного режима дошкольников должна быть направлена на развитие умственных, духовных и физических способностей детей [6].

#### **Литература:**

1. Абзалов, Р.А. Развивающееся сердце и двигательный режим / Р.А.Абзалов, Ф.Г.Ситдилов. – Казань: Казан.пед.ун.-т, 1998. – 96с.
2. Голубева, Г.Н. Теоретические и практические аспекты физического воспитания: материалы VIII научно-практической конференции КамГИФК / Г.Н.Голубева, Г.Ф.Нурмухаметова. – Набережные Челны: КамГИФК. – 2006. – 354 с.
3. Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / А.В.Кенеман, Д.В.Хухлаева. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1985. – 271 с.
4. Лазарев, М.Л. Здравствуй! Программа формирования здоровья детей дошкольного возраста / М.Л.Лазарев. – М.: академия здоровья, 1997. – 372 с.

5. Лазарев, М.Л. Здравствуй!: Учеб.-метод.пособие для педагогов дошкольн.образоват.учреждений / М.Л.Лазарев. – М.: Мнемозина, 2004. – 248 с.
6. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М.А.Рунова. – М.: Мозаика-Синтез, 2004. – 256 с.
7. Смирнова, Л.Н. Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях: всероссий. научн. практ. конф. 9-10 дек. 99. Великие Луки / Л.Н.Смирнова. – С. 90-92.
8. Шадраускене, В.В. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: (из опыта работы) / сост. Л.И.Баканенкова, Л.В.Русскова; под ред. А.И.Шустова. – М.: Просвещение, 1982. – 159 с.

**Glossary:**

1. Abzalov, R.A. Heart development and motor activity / Abzalov R.A., Sitdickov F.G. . - KGPU, 1998. – 96 p.
2. Golubeva G.N. Theoretical and practical aspects of Physical culture: works from VIII Science and practical conference KamGIFK / Golubeva G.N., Nurmuhametov G.F. –Naberezhnye Chelny: KamGIFK. – 2006. – 354 p.
3. Keneman, A.V. Theory and methods of pre school children physical culture and sport. – 3-rd add., changed and added / Keneman A.V., Huhlaeva D.V. – М.: Prosveshenie, 1985. – 271 p.
4. Lazarev, M.L. Hello! Forming health program of pre school children / Lazarev M.L. – М.: Health academy, 1997. – 372 p.
5. Lazarev, M.L. Hello!: Teachers guide for kindergartens / Lazarev M.L. – М.: Mnemozina, 2004. – 248 p.
6. Runova, M.A. Pre school children motor activity: Teachers guide for kindergartens, institute teachers, students of pedagogical schools / Runova M.A. – М.: Mozaika-Sintez, 2004. – 256 p.
7. Smirnova, L.N. Physical culture and health work organization at pre schools Smirnova L.N. // Russian science practical conference 9-10 dec. 99. Great people. – p. 90-92.
8. Shadrauskene V.V. Physical culture and sport for pre school children: (Experience) / Made L.I. Bakanenova, L.B. Russkova; Under addition A.I.Shustov. – М.: Prosveshenie, 1982. – 159 p.