

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, ДВИГАТЕЛЬНАЯ
ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ
ДОШКОЛЬНИКОВ, ГОТОВЯЩИХСЯ К
ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ**

В период радикального изменения социально-экономических условий и новых подходов в системе народного образования особенно остро ставится вопрос о необходимости коренного улучшения физического развития и двигательной подготовленности подрастающего поколения. Проблема эта волнует специалистов почти во всех республиках бывшего Союза и ряда других стран / М. Шахсуварян, 1988; А. Цатурова, 1999; Ю.К. Чернышенко, 1998; Е.А. Дойнова, 2000; А. Камбас, 2000 и др./ . Последнее не вызывает сомнений, ибо ухудшение состояния здоровья детей дошкольного и школьного возраста в начале нового столетия - одна из актуальных проблем педиатрии, медицины, педагогики. Поэтому следует признать, что специалисты различного профиля, работающие с детьми дошкольного возраста, в большом долгу как перед родителями, так и перед самими детьми.

Организация здорового образа жизни с использованием средств физического воспитания приобретает особую ценность именно в дошкольном возрасте, где и закладываются основы здоровья детей и создается фундамент их физического совершенствования / О.Г. Аракелян, 1978; О.А. Лосева, 1987; М.С. Карапетян, 2000 и др./ . На протяжении дошкольного возраста происходят значительные изменения в морфометрических и двигательных показателях. Неадекватные темпы развития

физического развития и физической подготовленности уже в старшем дошкольном возрасте и неравномерность этих изменений, конечно, предъявляют высокие требования к организации процесса физического воспитания детей 6-7 лет. С другой стороны, большая часть детей еще не готовы к школьному обучению. В Российской Федерации их процент доходит до 20, у 50 процентов дошкольников отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, 70 процентов страдают от гипокинезии /В.Волков, 1999; П.Виноградов, 1996 и др./ .По нашей Республике такие данные не опубликованы, но, очевидно, картина здесь не лучше.

В то же время, не секрет, что наиболее сложным и "уязвимым" является переходный период от дошкольного к школьному детству /Д.Чейпи, 1992; Е.Е.Кравцова, 1991; Э.А.Александрян, 1992 и др. / .

Поступление в школу — это переломный момент в жизни ребенка, меняется его место в системе общественных отношений — из дошкольного детства с играми он переходит в совсем другой школьный мир. Иначе говоря — поступление в школу — это переход к новому образу жизни и условиям деятельности.

С приходом в школу меняется и двигательный режим ребенка: из относительного он переходит на обусловленный строгими правилами поведения. В школе, естественно, увеличивается физическая нагрузка за счет неподвижного сидения за партой, в определенной позе и со статической формой, что для детей — выпускников детского сада является неблагоприятным фактором /Н.И. Гуткина, 1995; Б.А. Никитюк, 1994; Е.Е. Данилова, 1995 и др./.

Несформированность на предшествующем этапе необходимых двигательных и психологических возможностей и способностей, учебных умений и навыков зачастую приводят к школьной дезадаптации, школьному шоку / И.В. Дубровина, 1995; А.С. Спиваковская, 1988 и др./ . Школьная незрелость проявляется в низком уровне проявления тонкой моторной скоординированности, быстрой утомляемости, школьной невротичности и тревожности.

Наблюдения показывают, что дети 6-7 лет, приходящие в школу, к сожалению, имеют крайне низкий уровень развития моторных, двигательных показателей, многие из них не владеют своим телом.

Изложенное выше побудило нас изучить возрастно-половые особенности соматического и двигательного развития дошкольников 6-7 лет, проходящих обучение и образование в детских садах. Всего было обследовано 180 дошкольников, посещающих подготовительные группы детских садов N, No 6, 13 и 14 г. Еревана. В качестве признаков оценки физического развития детей старшего дошкольного возраста изучались показатели длины тела, веса тела и окружности грудной клетки. Уровень двигательной подготовленности дошкольников 6-7 лет определялся по показателям быстроты движений- бег на 10м с хода, выносливости – бег на 90 м, ловкости движений- челночный бег 3х 5м, умения сохранять статическое равновесие, прыгучести- подскок вверх толчком двух ног, скоростно-силовых способностей – прыжок в длину с места, силовых способностей – сила мышц кистей обеих рук и подвижности в суставах. Педагогическое тестирование и антропометрические измерения осуществлялись согласно существующим методическим рекомендациям.

Поскольку в показателях физического развития, моторной подготовленности и признаках полового диморфизма между мальчиками и девочками дошкольного возраста не было выявлено существенной разницы, то при анализе результатов данные детей обоего пола обсуждались в единой совокупности. Полученный фактический цифровой материал обработан с использованием методов математической статистики с вычислением средней арифметической (\bar{x}), сигмальных отклонений (σ), и ошибки средней арифметической (m).

В результате исследования было установлено улучшение с возрастом изучаемых показателей физического развития и двигательной подготовленности дошкольников. Возрастное развитие при этом характеризуется однонаправленностью, поступательностью, неравномерностью и неодновременностью.

С целью сравнительного анализа уровня физического развития полученные данные на детях армянской национальности были сопоставлены с таковыми детей, проживающих в Российской Федерации, на Украине и в Беларуси (табл. 1).

Было показано, что дошкольники Армении в целом, хотя и в отдельных случаях менее заметно, но уступают детям других стран Содружества Независимых Государств. Так, если по показателям длины тела в 6 лет разница незначительна, то в 7 лет она более заметна. Величины веса тела от 6 к 7 годам менее всего увеличиваются у армянских детей (1,3 кг), в то время как у украинских и русских их сверстников соответственно на 2,9 и 3,2 кг. По показателям окружности груди данные детей трех стран СНГ существенно не отличаются (табл. 1).

Сравнительные данные некоторых показателей физического развития дошкольников 6 и 7 лет

Авторы	Длина тела, см		Вес тела, кг		Окружность груди, см	
	6	7	6	7	6	7
В.Н. Новохатько	114,9	120,7	21,8	24,7	58,8	60,5
А. Ф. Сияков	113,8	121,5	21,1	24,3	57,6	58,6
А. Ц. Деминский	116,0	120,9	21,5	23,3	57,9	58,8
Собственные данные	114,0	118,2	21,0	22,3	58,8	59,0

Примерно аналогичные данные характерны и для показателей двигательной подготовленности (табл.2).

Так, например, если в результатах бега на 10 м с хода разница между детьми трех стран не столь выражена, за исключением дошкольников Беларуси, то в скоростно-силовых показателях (прыжковые упражнения) отличия более выражены. Украинские дети 6 лет на 4,6 см и 7 лет на 6,2 см прыгают дальше их армянских сверстников. В силовых показателях дети нашей республики особенно уступают русским дошкольникам (табл. 2).

Полученные данные находят отражение и в показателях работоспособности, рассчитанных по методике Рuffedь-Диксона. Оказалось, что лишь 14 % дошкольников нашей республики в возрасте 6-7 лет имеют хороший уровень работоспособности, 46 % - удовлетворительный и 40 % - низкий уровень. Эти факты требуют серьезного анализа.

Таким образом, полученные данные, подтверждая закономерности биологического развития организма с возрастом и влиянием физкультурных занятий в детских дошкольных учреждениях, в то же время свидетельствуют о недостатках и издержках в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.

Таблица 2

Сравнительные данные некоторых показателей двигательного развития дошкольников 6 и 7 лет

Авторы	Бег на 10 м, с хода, с.		Прыжок в длину с места, см		Подскок вверх, см		Сила мышц кисти, кг	
	6	7	6	7	6	7	6	7
Г. П. Юрко	2,4	2,2	97,3	113,0	21,0	24,0	9,5	10,5
Г. Лескова	2,53	2,44	88,4	106,0	22,3	24,9		
А.В. Кенеман, Д. В. Хухлаева	2,45	2,3	84,2	104,7	21,0	23,3	10,9	12,7
Собственные данные	2,6	2,4	88,0	98,8	17,7	18,7	7,1	7,0

Хотя наши обобщения предварительны, но они проливают свет на ряд еще не выявленных сторон физического развития и двигательной подготовленности дошкольников Республики Армения. Это особенно важно, поскольку дети 6-7 лет, приходящие в школу, к сожалению, имеют низкий уровень физического развития, двигательной подготовленности и работоспособности. Это, естественно, приводит к диссонансу между физическим состоянием и нервно-психической деятельностью первоклассников. Детям приходится больше сидеть, чем двигаться по причине чего резко уменьшается двигательная активность.

Можно заключить, что действующая программа обучения и воспитания в дошкольных учреждениях не в состоянии обеспечить решение конкретных задач физического воспитания детей. Отсюда диктуется необходимость разработки конкретной методики в подготовительной группе детского сада, предусматривающую использование расширенного режима двигательной подготовки.

Мы предполагаем, что совершенствование педагогических воздействий, направленных на физическую подготовку, приведет к заметному возрастанию количественных и качественных показателей двигательного развития, работоспособности и здоровья дошкольников 6-7 лет, готовящихся к обучению в школе.

Л И Т Е Р А Т У Р А

- Аракелян О.Г. Двигательный режим в старшей группе детского сада: метод. рекомендации. - Ереван: 1978. - 23с.
- Виноградов П. Основы физической культуры и здорового образа жизни. - М.: Советский спорт. - 1996. - с. 463.
- Волков В. Материалы IX Всесоюзной научно-методической конференции. - М.: ОКР. - 1999. - с. 41.
- Гуткина Н.И. Развитие моторики и координации движений. - В кн.: Готовность к школе. - М.: Наука. - Академия. - 1995. - с. 73.
- Данилова Е.Е. Готовность к школе. - М.: Наука. - 1995. - с. 97.
- Дойнова Е.А. Тезисы докладов международной конференции. - Минск: 2000. - с. 238 - 239.
- Дубровина И.В. В кн.: Готовность к школе. - М.: Наука. - Академия. - 1995. - с. 7.
- Камбас А. Двигательное развитие детей дошкольного возраста Греции // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2000. - № 4. - с. 53-58.

- Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности к обучению в школе.- М.: Академия.- 1991.- 189 с.
- Лосева О.А. Обучение детей 6-летнего возраста в детском саду и школе.- М.: Просвещение.- 1987.-160 с.
- Никитюк Б.А. Принципы и приоритеты физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика ФК.- 1994.- No 7.- с. 5-7.
- Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов.- М.: МГУ.- 1988.- 211 с.
- Цатурова А. Каждой попке – свой горшок.- Новое время.- 1999.- 28 сентября
- Чейли Д. Готовность к школе (пер.с англ.)-. М.: Наука.- 1992.- 211 с.
- Чернышенко Ю.К. Автореферат дис... к.п.н., Краснодар: 1998.- 50 с.
- Шахсуварян М. Мальчик, детсад хочешь? Нету? – Новое время.- 1998.- No 8 (24), 30 мая
- Ալեքսանդրյան Է.Ս. Նախադպրոցական մանկավարժություն. դասագիրք. - Երևան. - ՀԴՄԻ. - 1992. - 270 էջ:
- Վարապետյան Ս.Ս. Թեկնածուական տոննախոսություն. - Երևան. 2000. - 159 էջ: