

Наталья ВЛАСЕНКО,  
кандидат педагогических наук, доцент,  
руководитель физического воспитания высшей категории,  
ясли-сад № 273 г.Минска,

Марина БОРИСОВА,  
кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент департамента педагогики  
Института педагогики и психологии образования  
Московского городского педагогического университета

## РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА ВОСПИТАННИКОВ ПЕРВОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ В ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*В статье определяется сущность понятия «двигательный опыт», составляющие его компоненты. Представлены приоритетные направления развития двигательного опыта воспитанников первой младшей группы в физкультурно-оздоровительной деятельности, рассмотрены пути их реализации в условиях вариативности образовательного процесса по образовательной области «Физическая культура». Показана результативность исследования по развитию двигательного опыта с воспитанниками первой младшей группы.*

**Ключевые слова:** двигательный опыт, воспитанники первой младшей группы, физкультурно-оздоровительная деятельность, вариативность образовательного процесса.

*The meaning of the concept «motor experience» and its components are defined. Priority directions of the development of motor experience of children of the first younger group in physical culture and improving activity are presented. The ways of their realization in the conditions of variability of educational process on educational area «Physical training» are considered. The effectiveness of the research on development of motor experience of the children of first younger group is shown.*

**Key words:** motor experience, children of the first younger group, physical culture and recreational activity, variability of the educational process.

Физкультурно-оздоровительная деятельность в учреждении дошкольного образования охватывает разные формы физического воспитания, такие как: физкультурное занятие, утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке; самостоятельная двигательная деятельность. Каждая из перечисленных форм имеет собственную целевую направленность и специфическое назначение, а в работе с воспитанниками первой младшей группы — определённые организационно-методические особенности, характерные только для данного возраста. Л.Д. Глазырина, В.А. Шишкина, С.Я. Лайзане, Д.В. Хухлаева и другие известные учёные рассматривают отдельные аспекты двигательной активности, формирования моторики и «азбуки движений» детей третьего года жизни в разных формах физкультурно-оздоровительной деятельности.

Вместе с тем теоретическим и методическим аспектам физического воспитания детей 2—3 лет в целом и проблеме развития их двигательного опыта в частности в современной научно-методической литературе уделяется недостаточное внимание. Так, например, понятия «двигательный опыт», «первоначальный двигательный опыт» часто употребляются разными авторами при характеристике основ развития движений детей 2—3 лет. Однако само понятие «двигательный опыт» не имеет чёткого определения и зачастую отождествляется только с физической подготовленностью.

На наш взгляд, суть понятия «двигательный опыт» намного шире, а исследование проблемы его развития в работе с воспитанниками первой младшей группы отличается актуальностью и научной новизной.

В изучении указанной проблемы мы опирались на исследования учёных, которые внесли большой вклад в теорию и практику физического воспитания детей раннего возраста (А.И. Быкова, В.А. Шишкина, С.Я. Лайзана и др.). По мнению А.И. Быковой, малый двигательный опыт, ещё недостаточно дифференцированные движения, плохо развитое активное торможение ребёнка третьего года жизни — всё это требует от педагогических работников своеобразной методики обучения движениям, основанной, с одной стороны, на знании возрастных особенностей развития воспитанников, целесообразных средств, методов и приёмов обучения, с другой — на умении взаимодействовать с детьми, проявлять вместе с ними интерес к окружающим предметам и действиям с ними, физическим упражнениям и подвижным играм [2].

В научных исследованиях В.А. Шишкиной установлено, что физическая активность детей третьего года жизни во многом определяется их двигательным опытом, содержанием двигательных действий. Преобладающими в самостоятельной двигательной деятельности детей, как по количеству повторений, так и по продолжительности, являются ходьба и бег (до 70% от всех движений). Применение других видов движений (прыжки, лазание, метание) составляет до 12%, хотя эти движения вполне соответствуют возрастным возможностям воспитанников первой младшей группы. Поэтому педагогическим работникам целесообразно стимулировать эти движения в организованной и самостоятельной деятельности, создавая условия для их многократного повторения [10].

С.Я. Лайзана обращает внимание на особенности обучения движениям, характерные для рассматриваемого возрастного периода:

- необходимость выполнения ребёнком упражнения одновременно со взрослым объясняется слабостью его активного торможения;
- целостность восприятия ребёнка требует фиксации его внимания только на основных признаках и наиболее существенных сторонах движения;
- отсутствие высокой точности и чёткости, а также отдельных элементов движений в данном возрасте не является ошибкой [7].

Результаты приведённых выше исследований, безусловно, имеют большую научную и практическую значимость, но не раскрывают в полной мере суть понятия «двигательный опыт», составляющие его компоненты и специфику развития.

В формулировке понятия «двигательный опыт» мы отталкивались от дефиниции «опыт», которой в энциклопедическом словаре даётся следующее определение: «единство знаний и умений, навыков. Опыт выступает и как процесс практического воздействия человека на внешний мир, и как результат этого воздействия в виде знаний и умений» [8, с. 944].

На наш взгляд, двигательный опыт — это совокупность физкультурных знаний, двигательных умений и навыков, приобретаемых ребёнком в образовательном процессе и в повседневной жизни, и способность к их самостоятельному применению в разных видах деятельности. Исходя из сути понятия «двигательный опыт», выделены взаимосвязанные показатели, характеризующие двигательный опыт воспитанников первой младшей группы:

- физкультурные знания;
- двигательные умения и навыки;
- умение применять приобретённые знания, умения и способы деятельности.

Развитие двигательного опыта воспитанников первой младшей группы в целом и каждого из указанных показателей в отдельности осуществлялось в условиях реализации приоритетных направлений педагогической деятельности, предусматривающих:

- обеспечение вариативности образовательного процесса по образовательной области «Физическая культура»;
- разработку методического сопровождения и системного планирования образовательного процесса по образовательной области «Физическая культура»;
- преемственность профессиональной деятельности педагогических работников учреждения дошкольного образования (руководителя физического воспитания и воспитателя дошкольного образования).

Рассмотрим подробнее пути реализации указанных направлений в работе с воспитанниками первой младшей группы.

Специфика физического воспитания детей 2–3 лет заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных умений и навыков. Принимая во внимание психофизические особенности воспитанников первой младшей группы (быстрая утомляемость от многократных повторений, монотонных, неинтересных заданий, неуравновешенность и непоследовательность поведения и др.), мы пришли к выводу, что для эффективного повторения необходима такая система, при которой усвоенное сочетается с новым, т.е. когда

процесс повторения имеет характер вариативности по принципу «повторять не повторяясь». Это предусматривает частое изменение упражнений и видов движений, условий их выполнения в процессе занятий, чередование разной по характеру нагрузки, разнообразие применяемых методов и приёмов, различные формы и содержание занятий в целом.

Именно вариативность физических упражнений, подвижных игр, на наш взгляд, формирует у воспитанников первой младшей группы интерес к физкультурным занятиям, придаст эмоциональную окраску двигательной деятельности, сконцентрирует внимание, не вызовет умственного и физического утомления, создаст условия для обогащения их двигательного опыта.

Вариативность процесса развития двигательного опыта положена в основу методического сопровождения и планирования по образовательной области «Физическая культура» для воспитанников первой младшей группы. Для её обеспечения нами разработаны следующие программно-методические материалы:

- календарно-тематическое планирование образовательного процесса по образовательной области «Физическая культура»;
- перспективное планирование физических занятий;
- инвариантные планы-конспекты физических занятий;
- комплексы общеразвивающих упражнений, картотеки подвижных игр.

В календарно-тематическом планировании образовательного процесса с воспитанниками по образовательной области «Физическая культура» представлено содержание гимнастических и спортивных упражнений, подвижных игр в годовом цикле обучения (сентябрь—август). Разделы и темы образовательной области «Физическая культура» систематизированы и конкретизированы по видам движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, бросание, упражнения в равновесии, общеразвивающие упражнения, спортивные упражнения), которые в течение учебного года варьируются по содержанию, использованию инвентаря и, что очень важно, подкреплены соответствующими каждому движению подвижными играми и игровыми упражнениями, т.к. главный метод обучения в первой младшей группе — игровой.

Разработка перспективного планирования физических занятий в годовом цикле обучения (сентябрь—август), как основной фор-

мы организованного обучения детей физическим упражнениям, опиралась на календарно-тематическое планирование с последующей детализацией средств (физических, игровых, корригирующих упражнений, подвижных игр и др.) для каждой части занятия (вводной, основной, заключительной). Такая детализация позволила в дальнейшем качественно спланировать содержание физкультурных занятий, насыщенное разнообразными движениями и двигательными действиями.

Инвариантные планы-конспекты физических занятий раскрывают применяемые нами эффективные средства, формы и методы решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач для развития двигательного опыта воспитанников первой младшей группы. На их примере выстроена система и методика физических занятий разных форм проведения (игровых, сюжетных, интегрированных и др.) на период учебного года (сентябрь—август) с воспитанниками первой младшей группы. Именно на физических занятиях мы создавали условия для качественного освоения детьми новых движений, которые затем закреплялись, видоизменялись, совершенствовались в других формах физкультурно-оздоровительной деятельности.

Разработаны и опубликованы комплексы общеразвивающих упражнений, картотеки подвижных игр и игровых упражнений, которые включены в содержание разных форм физкультурно-оздоровительной деятельности [3; 4].

Эффективности процесса развития двигательного опыта во многом способствовала преемственность профессиональной деятельности педагогических работников учреждения дошкольного образования (руководителя физического воспитания и воспитателя дошкольного образования), обеспечивающих в свою очередь преемственность практического материала физических занятий с физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме дня: утренней гимнастикой, подвижными играми и физическими упражнениями на прогулке, самостоятельной двигательной деятельностью.

Например, в календарно-тематическом планировании на сентябрь даны конкретные гимнастические упражнения и подвижные игры. Данные упражнения и игры разучивались руководителем физического воспитания на физических занятиях, а затем закреплялись воспитателем дошкольного образования в других формах физкультурно-оздоровительной

деятельности (утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, самостоятельная двигательная деятельность). Таким образом, на физкультурных занятиях воспитанники приобретали первоначальный двигательный опыт, а далее под руководством воспитателя дошкольного образования учились переносить знакомые действия и движения в новую обстановку (групповая комната, площадка на улице).

Для поддержания интереса детей к многократному повторению того или иного двигательного действия мы предлагали одно и то же движение или подвижную игру в разных вариантах. Например, в условиях физкультурного зала воспитанники перелезали через гимнастическую скамейку, в условиях групповой комнаты — через мягкие модули, в условиях площадки на улице — через барьеры, возвышения.

Немаловажную роль вариативность заданий играла для постепенного усложнения похожих по форме двигательных действий. Например, обучение прокатыванию обруча малого диаметра по полу начиналось с формирования умения прокатывать более мелкие и лёгкие предметы (кольца, плоские круги). При разучивании комплексов общеразвивающих упражнений одни и те же двигательные действия (повороты, наклоны, приседания и др.) воспитанники выполняли с разными предметами (кубики, флажки, ленты, мешочки и др.). Так мы постоянно вносили элементы новизны в содержание физкультурно-оздоровительной деятельности, удерживая внимание и интерес воспитанников на протяжении занятий, помогая им подняться на новую ступеньку развития двигательного опыта.

Наблюдая за воспитанниками, мы пришли к выводу, что из всех форм физкультурно-оздоровительной деятельности ведущей в развитии двигательного опыта является самостоятельная деятельность. Наше опосредованное руководство самостоятельной двигательной деятельностью заключалось в обеспечении физкультурно-игровой среды (на прогулке, в группе, физкультурном зале), стимулирующей ребёнка к самостоятельному поиску различных видов и способов движений, дающей возможность трансформировать их в игровых ситуациях, способствующей общению детей и положительно влияющей на их эмоциональный тонус. Например, во второй половине учебного года, когда у воспитанников накопился достаточный двигательный опыт, мы практиковали физкультурные за-

нятия по интересам. Для проведения таких занятий физкультурный зал был разделён на несколько игровых зон, в каждой располагался определённый спортивный инвентарь и оборудование:

- первая зона — оборудование для ползания, лазания (лесенки, дуги, мягкие модули и др.);
- вторая зона — оборудование для прокатывания и бросания (мячи разных типов и размеров, обручи и др.);
- третья зона — оборудование для ходьбы, перешагивания и упражнений в равновесии (мостик-бум, игровое пособие «островки», кубы и др.);
- четвёртая зона — корригирующее оборудование для профилактики плоскостопия (массажные коврики разных видов, массажные мячи и др.);
- пятая зона — оборудование для прыжков (дорожки из верёвок, обручи, мешочки и др.).

Перед началом занятия воспитанникам объяснялись правила безопасного выполнения упражнений в игровых зонах: выполнять любые упражнения, с любым инвентарём, не мешая другим детям. Организуя занятия по интересам, мы сами определяли и варьировали игровые зоны на основе тех движений, которые воспитанники уже освоили. Дети самостоятельно выбирали оборудование и повторяли те упражнения, которые им интересны, и зачастую придумывали новые действия со знакомым физкультурным оборудованием. Именно на таких занятиях мы могли проследить динамику двигательного опыта воспитанников первой младшей группы, важными составляющими которого являются двигательные умения и способность ребёнка применять эти умения самостоятельно.

Вместе с тем параллельно с развитием двигательных умений и способностей проводилась работа по формированию у воспитанников доступных физкультурных знаний. Как показывает опыт, физкультурные знания дети усваивают прочно непосредственно в процессе двигательно-игровой деятельности. Например, при обучении детей физическим упражнениям с тем или иным оборудованием мы акцентировали внимание на том, как это оборудование называется (обруч, мяч, кольцо, дуга, тоннель и др.). На последующих мероприятиях уточняли у воспитанников название конкретного предмета, если кто-то затруднялся ответить — подсказывали, напоминали. При разучивании подвижных игр подробно объясняли правила игры, правила безопасного

поведения, а в дальнейшем при повторении данной игры уточняли у детей: что делает водящий, что делают игроки, что делать нельзя и почему. Таким способом мы не только формировали доступные детям физкультурные знания, но и способствовали развитию у них двигательной памяти, речи, мышления.

Результативность работы по развитию двигательного опыта с воспитанниками первой младшей группы подтверждает проведённая в начале и в конце учебного года педагогическая диагностика, которая выявила динамику развития двигательного опыта в целом и каждого из обследуемых показателей в отдельности (физкультурные знания, двигательные умения, умение применять приобретённые знания, умения и способы деятельности).

К концу учебного года воспитанники первой младшей группы, посещающие учреждение дошкольного образования систематически,

*знают:*

- название физкультурного оборудования (мяч, кольцо, обруч, набивной мешочек, тоннель, дуга, мостик) и способы действия с ним;

- название любимых подвижных игр (3–4 игры);

- элементарные правила безопасности при выполнении физических упражнений и подвижных игр (соблюдать дистанцию в перемещениях по залу, площадке, без сигнала, команды не останавливаться, не менять направление движения; во время бега, ходьбы не наталкиваться друг на друга и др.);

*умеют:*

- повторять в общих чертах общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов, из разных исходных положений (стоя, сидя, лёжа); одновременно со взрослым начинать и заканчивать движения;

- ходить и бегать в заданном и в разных направлениях, в колонне по одному за педагогическим работником, разными способами, с разным положением рук, с остановкой по сигналу;

- подпрыгивать на двух ногах на месте, с продвижением вперёд, перепрыгивать через предметы, прыгать через две параллельные линии (расстояние — 20–40 см);

- ползать в упоре на коленях по ограниченной плоскости; перелезать через препятствия высотой 40–50 см; лазать по гимнастической лестнице вверх-вниз со страховкой (0,8–1 м);

- прокатывать мячи под предметами из разных исходных положений (стоя, сидя, лёжа); бросать мяч, мешочек в горизонтальную цель

(обруч, корзина) с расстояния 1–1,5 м; через ленточку, сетку; бросать мяч двумя руками друг другу, взрослому без ловли;

*умеют применять приобретённые знания, умения и способы деятельности для:*

- выполнения знакомых движений со спортивным оборудованием и без него в новой обстановке, в разных видах деятельности;

- ориентировки в пространстве в соответствии с содержанием двигательной-игровой деятельности;

- взаимодействия со сверстниками в двигательной-игровой деятельности.

Доступность результатов исследования для педагогических работников дошкольного образования определяется возможностью ознакомиться с публикациями по рассматриваемой проблеме [1; 3–5 и др.], с методическими материалами в сети Интернет на страницах персонального web-сайта: <http://vlaskenko-n-e.a2b2.ru>.

Статья поступила в редакцию 15.02.2018 г.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Борисова, М. М. Теория и технология физического воспитания и развития ребёнка / М. М. Борисова. — М. : ИНФРА-М, 2016. — 297 с.
2. Быкова, А. И. Обучение детей дошкольного возраста основным движениям : пособие для воспитателей детских садов / А. И. Быкова. — М. : Учпедгиз, 1962. — 152 с.
3. Власенко, Н. Э. Комплексы общеразвивающих упражнений для детей раннего и младшего дошкольного возраста / Н. Э. Власенко. — Мозырь : Содействие, 2009. — 112 с.
4. Власенко, Н. Э. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми раннего и младшего дошкольного возраста (2–4 года) / Н. Э. Власенко. — Мозырь : Содействие, 2015. — 76 с.
5. Власенко, Н. Э. Реализация образовательной области «Физическая культура» в работе с детьми первой младшей группы / Н. Э. Власенко // Пралеска. — 2015. — № 8. — С. 12–26.
6. Глазырина, Л. Д. Физкультурные занятия в группе «Малыши» : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / Л. Д. Глазырина. — Минск : Аверсэв, 2009. — 138 с.
7. Лайзане, С. Я. Физическая культура для малышей : пособие для воспитателя детского сада / С. Я. Лайзане. — М. : Просвещение, 1978. — 158 с.
8. Советский энциклопедический словарь. — М. : Сов. Энцикл., 1980. — 1600 с.
9. Учебная программа дошкольного образования. — Минск : Нац. ин-т образования, 2012.
10. Шишкина, В. А. Двигательная активность детей 2–3-летнего возраста и педагогическое руководство ею в процессе деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. / В. А. Шишкина. — М., 1979. — 16 с.