

В46

P-P

310/-

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ УССР
КИЕВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМЕНИ А. М. ГОРЬКОГО

Э. С. ВИЛЬЧКОВСКИЙ

**ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ
ОСНОВНЫХ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

Автореферат диссертации на соискание
ученой степени кандидата педагогических наук,

Научный руководитель — кандидат педагогических наук,
доцент А. И. МАСЮК.

310 (рук)



КИЕВ — 1965

НБ НПУ
імені М.П. Драгоманова



100310829

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ УССР
КИЕВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМЕНИ А. М. ГОРЬКОГО

Э. С. ВИЛЬЧКОВСКИЙ

Исследование формирования
основных двигательных навыков .
у детей дошкольного возраста
в процессе физического воспитания

Автореферат диссертации на соискание
ученой степени кандидата педагогических наук

Научный руководитель — кандидат педагогических наук,
доцент А. И. МАСЮК.

310 / 1242



КИЕВ — 1965

Работа выполнена на кафедре теории и методики физического воспитания Харьковского Государственного педагогического института имени Г. С. Сковороды.

Официальные оппоненты:

Доктор медицинских наук, профессор М. Я. ГОРКИН,
кандидат педагогических наук, доцент Т. И. ДМИТРЕНКО.

Киевский Государственный педагогический институт имени А. М. Горького направляет Вам автореферат диссертации тов. Э. С. Вильчковского на тему: «Исследование формирования основных двигательных навыков у детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания», представленной на соискание ученой степени кандидата педагогических наук.

Защита диссертации состоится _____

— Просьба ознакомиться с авторефератом и Ваш отзыв прислать Киевскому Государственному педагогическому институту имени А. М. Горького (Киев, бульвар Шевченко № 22/24).

Коммунистическая партия и Советское правительство неустанно заботятся о детях, нашей смене—строителях и будущих гражданах коммунистического общества. Цель коммунистического воспитания — формирование всесторонне развитого человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Фундамент всестороннего и гармонического развития человека закладывается в самом раннем детстве. Поэтому одной из основных задач советской системы физического воспитания является своевременная и правильная организация обучения и совершенствования основных движений у детей дошкольного возраста.

Разработка наиболее эффективных средств и путей формирования навыков в основных движениях является до сих пор актуальной и недостаточно изученной проблемой теории и практики физического воспитания дошкольников.

Большинство движений ребенка развиваются в процессе жизни и накопления индивидуального опыта. Ряд исследователей (А. Я. Гольдфельд, Н. В. Зимкин, А. В. Коробков, Н. М. Щелованов и др.) считают, что новые движения лучше усваиваются в детском возрасте, так как для него характерна высокая пластичность нервной системы. Вследствие этого обучение двигательным навыкам необходимо начинать с дошкольного возраста.

Вопросам изучения движений у детей дошкольного возраста посвящены ряд исследований отечественных и зарубежных педагогов, психологов, физиологов и врачей — Е. А. Аркин (1935 г.), Е. Г. Леви-Гориневская (1935 г., 1953 г.), Р. И. Тамуриди (1935 г., 1947 г.), Н. А. Бериштейн (1939 г.), А. И. Быкова (1949 г., 1955 г.), Д. В. Хухлаева (1954 г.), А. В. Запорожец (1959 г.), Т. И. Осокина (1961 г.), Т. И. Дмитренко (1962 г.), К. Левин (1961 г. — ГДР), С. Мольер и Г. Гневская (1961 г. — Польша) и др. В их трудах разработаны важные проблемы в изучении движений, а также научно обоснованы основные положения теории физического воспитания детей дошкольного возраста. Вместе с тем, в ряде работ подчеркива-

ется, что в физическом воспитании детей 3—7 лет недостаточно изучены некоторые вопросы формирования навыков в основных движениях, в частности, ходьбы, бега, прыжков. Также мало изучено влияние различных средств физического воспитания, применяемых в детских садах, на здоровье и физическое развитие дошкольников.

Большинство перечисленных авторов исследовали процесс формирования двигательных навыков на одном или двух смежных возрастах, что не позволяло всесторонне изучить возрастные особенности формирования навыков в основных движениях. Требовалось исследовать процесс формирования навыков в пределах всего дошкольного возраста от трех до семи лет.

В данной работе для исследования формирования двигательных навыков у дошкольников была избрана самая многочисленная группа сходных движений — прыжки в глубину, в длину и высоту с места и с разбега. Эти движения менее всего изучены в дошкольном физическом воспитании и требуют особого внимания при обучении им детей 3—7 лет. При неумелом применении прыжков может возникнуть уплощение стопы, ухудшение осанки ребенка и т. д. Поэтому исследование особенностей обучения детей 3—7 лет прыжкам и выявление на этой основе некоторых общих закономерностей формирования двигательных навыков у дошкольников являлось одной из задач данной работы.

Формирование двигательных навыков и качество физического воспитания в целом в детских садах во многом зависит от правильного планирования программного материала в течение года. Важным вопросом планирования является соотношение в распределении программного материала, который изучается на занятиях с повторением его в игровой форме на прогулках. Поэтому требовалось установить сложность различных видов основных движений (ходьбы, бега, прыжков, метаний), включенных в программу для детей разных возрастных групп и определить наиболее рациональную последовательность обучения им.

С 1962 года детские дошкольные учреждения РСФСР работают по новой программе, а Украины и других союзных республик — по проекту программы воспитания в детском саду. В проекте новой программы определены важнейшие задачи воспитания детей, их всестороннего физического развития и формирования у них жизненно-важных навыков в основных движениях.

Объем и последовательность движений, изучаемых в на-

стоящее время в детских садах, были определены в результате массовых обследований в 1933—1935 годах (обследовались дети 4—7 лет) и в 1953 году (обследовались дети 5—7 лет) под руководством Е. Г. Леви-Гориневской. С того времени многое изменилось. Условия жизни советских детей значительно улучшились, повысился уровень их здоровья и физического развития (Х. Л. Виленикина, А. А. Горюнова, Г. П. Исаев, М. И. Корсунская и др.).

Программные требования в основных движениях у дошкольников, установленные двадцать лет назад и включенные в новый проект программы (причем со значительным снижением нормативов), не отвечают современному уровню физического развития и подготовленности детей. Это отмечается многими исследователями (А. И. Быкова, Т. И. Дмитренко и др.), а также воспитателями детских садов. В связи с этим назрела необходимость провести массовое обследование основных движений у дошкольников с целью обоснования программных требований по развитию ходьбы, бега, прыжков и метаний у детей 3—7 лет.

ЗАДАЧИ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Практическое значение и актуальность этой проблемы побудили нас предпринять данное исследование, перед которым ставились следующие задачи:

1. Изучение особенностей формирования двигательных навыков у детей дошкольного возраста;

2. Разработка рационального планирования программного материала и наиболее эффективных методических приемов обучения детей дошкольного возраста основным движениям;

3. Определение программных требований по развитию основных движений (ходьба, бег, прыжки, метания) у детей второй младшей, средней, старшей и подготовительной к школе групп;

4. Исследование влияния занятий по физическому воспитанию на здоровье, физическое развитие и рост показателей овладения основными движениями у детей дошкольного возраста.

Для получения необходимых объективных данных по формированию навыков в основных движениях, об эффективности различных вариантов планирования программного материала и изучения влияния экспериментальных занятий по физическому воспитанию на организм детей дошкольного возраста, использовались следующие методы исследования:

1. Изучение общепедагогической, медицинской и специальной литературы.

2. Изучение и обобщение опыта работы по физическому воспитанию дошкольников путем:

а) педагогических наблюдений на занятиях во второй младшей, средней, старшей и подготовительной к школе группах детских садов;

б) бесед с воспитателями детских садов;

в) анкетирования воспитателей, имеющих многолетний опыт работы в дошкольных учреждениях;

г) изучения документации.

3. Углубленные врачебные исследования с применением отдельных методик: антропометрия, плантография, рентгенография, электрокардиография и др.

4. Основной педагогический эксперимент с применением:

а) педагогических наблюдений на экспериментальных занятиях;

б) хронометрирования занятий в опытных группах;

в) учета сдвигов в физической подготовленности и в состоянии здоровья у детей опытных и контрольных групп.

5. Контрольные проверки динамики основных движений у детей дошкольного возраста.

6. Фото и киносъемка основных движений у детей дошкольного возраста, подростков и взрослых спортсменов с целью сравнительного биомеханического анализа.

7. Статистическая обработка материалов исследования.

Исследование осуществлялось в три этапа, имеющие свои частные задачи.

Первый этап исследования

Цель этапа—изучить процесс формирования навыков в основных движениях у детей старшей и подготовительной к школе групп в процессе занятий по физическому воспитанию; разработать рациональное планирование программного материала и наиболее эффективные методические приемы обучения детей данных групп основным движениям. Исследования первого этапа осуществлялись в период с сентября 1962 года по июнь 1963 года в детских садах города Харькова.

В эксперименте участвовало две старших и три подготовительных к школе группы с общим числом 152 ребенка (детские сады № 222, 36, 69). В детском саду № 137 были взяты под наблюдение старшая и подготовительная к школе группы, которые являлись контрольными, с общим числом 66 детей.

Занятия по физическому воспитанию в трех подготовитель-

ных к школе группах—детские сады № 69 и 36 и в двух старших группах—детские сады № 69 и 222, которые были опытными, проводились автором. В старшей и подготовительной к школе группах детского сада № 137, которые являлись контрольными, занятия проводились воспитателями этих групп под нашим наблюдением. Планирование осуществлялось из расчета одного занятия в неделю на основе проекта программы воспитания в детском саду, изданного Министерством просвещения УССР в 1962 году.

В опытных группах детского сада № 69 — старшей и подготовительной к школе и в одной из подготовительных групп детского сада № 36 — второй, планирование программного материала было произведено так называемым концентрическим (спиральным) способом, по которому виды основных движений разучивались и повторялись с детьми в среднем на двух занятиях подряд, а затем через некоторое время (2—3 месяца) мы опять возвращались к повторению этих же движений в обновленных условиях на последующих занятиях.

При составлении годового плана по физическому воспитанию в опытной подготовительной к школе группе учитывалась, прежде всего, сложность основных движений для детей этого возраста. Распределение основных движений в процентном отношении на год было следующим: метание — 45%, прыжки — 35%, упражнения в равновесии — 12%, упражнения в лазании и подлезании — 8%; игры на каждое занятие подбирались с другими видами движений, в отличие от движения, которое разучивается или повторяется в основной части занятия с целью разнообразия физической нагрузки и соблюдения принципа всестороннего физического развития детей.

Движения, которые разучивались с детьми на занятиях, повторялись в различных подвижных играх и в форме игровых заданий в период прогулок. Подвижные игры не менее 2—3-х, спортивные развлечения, а также повторение основных движений в игровой форме включались в еженедельный план работы и ежедневно проводились воспитателями с детьми опытных групп.

В старшей опытной группе детского сада № 69 принцип распределения основных видов движений в процентном отношении в годовом плане был следующим: метание — 32,5%, прыжки — 37,5%, упражнения в равновесии — 10%, упражнения в лазании и подлезании — 20%. Подбор подвижных игр, которые проводились в период занятий и на прогулках, осуществлялся так же, как и в подготовительной к школе группе.

В опытных группах детских садов № 36 (подготовительная

к школе) и № 222 (старшая) планирование программного материала имело характер последовательный (линейный). Движение разучивалось и повторялось до тех пор, пока оно не было прочно усвоено детьми в наилучшей технической форме. В среднем отдельные виды движений, например, прыжки, метание, повторялись на 3—4 занятиях подряд. После того, как у детей был сформирован двигательный навык, переходили к обучению последующему виду основного движения.

Распределение основных движений в годовом плане в процентном отношении в подготовительной к школе группе было таким: метание — 40%, прыжки — 45%, упражнения в лазании и подлезании — 7,5%, упражнения в равновесии — 7,5%. В старшей группе распределение основных движений имело следующий вид: метание — 35%, прыжки — 38,5%, упражнения в равновесии — 12%, упражнения в лазании и подлезании — 14,5%. Количество подвижных игр и их распределение на занятиях и в период прогулок было таким же, как и в опытных группах с концентрическим способом планирования.

В старшей и подготовительной к школе группах детского сада № 137 (контрольных) планирование программного материала по физическому воспитанию осуществлялось воспитателями на каждый месяц и имело концентрический характер. Каждый вид движения разучивался или совершенствовался в этих группах не более, чем на одном-двух занятиях.

Распределение движений по видам в старшей группе в течение года в процентном отношении составляло: метание — 22,5%, прыжки — 25%, упражнения в равновесии — 27,5%, упражнения в лазании и подлезании — 25%. Распределение движений по видам в подготовительной к школе группе характеризовалось такими данными: метание — 18,5%, прыжки — 34%, упражнения в равновесии — 25%, упражнения в лазании и подлезании — 22,5%. Подбор подвижных игр, проводимых на занятиях и прогулках, как показал анализ планирования работы воспитателями в этих группах, производился без должного учета их влияния на совершенствование движений, разучиваемых на занятиях.

Воспитатели контрольных групп по нашей просьбе вели дневники, в которых подробно фиксировали данные об освоении основных движений детьми своих групп. Эти записи периодически просматривались, анализировались и обобщались нами.

На каждое занятие в опытных группах составлялся конспект по типу школьного конспекта урока, но с некоторыми нашими изменениями. Продолжительность занятий соответствовала

рекомендуемой проектом программы дозировке: в старшей группе — 20 мин., в подготовительной к школе группе — 25 мин. Планирование основных движений в занятиях шло в порядке постепенного усложнения. После того, как дети уверенно выполняли движения на занятиях, дальнейшее совершенствование их продолжалось в подвижных играх. В течение всего периода эксперимента, при планировании обучения детей различным видам движений ставились специальные воспитательные задачи по формированию моральных и волевых черт характера. При этом обязательно учитывались индивидуальные особенности детей.

Анализ результатов исследования первого этапа эксперимента показал, что формирование навыков основных движений в опытных группах детских садов № 69 (старшая и подготовительная к школе) и № 36 (вторая подготовительная к школе) с концентрическим способом планирования было значительно эффективнее. Двигательные навыки, сформированные у детей этих групп, были более прочными и правильными (см. таблицу № 1).

Таблица № 1

Качественные показатели выполнения основных движений у детей 6—7 лет (в % отношении) при заключительной проверке

Детсад	Пол	Ходьба	Бег	Метания		Прыжки		
				на дальность	в цель	в длину с места	в длину с разб.	в высоту с разб.
Старшие группы								
№ 69 (опытн.)	М	94,2	94,2	100	94,2	94,2	76,6	76,5
	Д	100	87,7	100	100	100	62,5	75,0
№ 222 (опытн.)	М	88,9	88,9	22,2	44,4	88,9	55,5	66,6
	Д	100	81,2	25,0	25,0	62,5	56,2	43,7
№ 137 (контр.)	М	89,5	89,5	21,1	21,1	94,8	52,6	36,8
	Д	81,8	90,9	18,2	9,1	90,9	36,3	36,3
Подготовительные к школе группы								
№ 69 (опытн.)	М	100	92,8	100	100	100	78,6	85,8
	Д	100	95,0	100	100	100	90,0	95,0
№ 36 (1 опытн.)	М	88,9	88,9	76,7	44,5	83,4	83,4	72,3
	Д	100	100	40,0	48,7	93,4	86,7	66,7
№ 36 (2 опытн.)	М	90,0	100	60,0	60,0	90,0	80,0	60,0
	Д	100	90,0	50,0	65,0	95,0	90,0	79,0
№ 137 (контр.)	М	80,0	95,0	55,0	20,0	80,0	65,0	80,0
	Д	77,0	92,4	30,8	33,1	69,3	61,6	60,6

Количественные показатели обследованных движений возросли во всех опытных и контрольных группах, но рост их был неодинаков. В опытных группах детских садов № 69, 222, 36, где больше внимание уделялось последовательности в обучении упражнениям, плотности занятий, а в период прогулок ежедневно проводились подвижные игры и спортивные развлечения, рост результатов в большинстве основных движений был выше, чем в контрольных группах детского сада № 137. Наибольшая разница между результатами опытных и контрольных групп наблюдалась в тех видах движений, которые сложнее по координации (метания, прыжки) и требуют более длительного обучения.

При заключительном обследовании было выявлено, что скорость ходьбы и бега на дистанцию 20 м повысилась как в опытных, так и в контрольных группах. При этом следует отметить, что улучшение касалось не только количественных, но и качественных показателей. Так, например, качество бега у большинства детей было хорошее, с отчетливо выраженной полетностью, прямолинейностью и ритмичностью. Качественные показатели ходьбы и бега в опытных группах детских садов № 69 и № 36 (вторая подготовительная к школе) выше, чем в опытных группах детских садов № 222 и № 36 (первая подготовительная к школе) с последовательным способом планирования и в контрольных группах детского сада № 137.

Показания в метаниях на дальность и в цель в опытных группах детских садов № 69 и № 36 (первая подготовительная к школе) были самыми высокими. У детей 6—7 лет имеется большое различие в показателях метания левой и правой рукой как у мальчиков, так и у девочек. Результаты в метании на дальность правой и левой рукой у девочек ниже, чем у мальчиков во всех группах. Метание в цель и на дальность требует более длительного обучения и поэтому сочетание занятий с подвижными играми в период прогулок является наиболее эффективным способом формирования навыка в этих видах движений.

Прыжки в длину с места не вызывают у детей 6—7 лет особых затруднений и все дети опытных и контрольных групп показывали результаты, значительно превышающие программные требования. Наиболее высокие результаты при заключительной проверке прыжков в длину и высоту с разбега как в количественном, так и в качественном отношении были показаны детьми опытных групп детского сада № 69. Все это еще раз подчеркивает наибольшую эффективность концентрического способа планирования программного материала.

Сравнение данных врачебного обследования показывает, что все данные антропометрических измерений детей опытных групп превышают стандарты физического развития детей 6—7 лет г. Харькова, что свидетельствует о их нормальном развитии. Увеличение роста и веса за экспериментальный период в опытных группах в среднем несколько выше, чем в контрольных. То же самое наблюдается в отношении спирометрии и объемов грудной клетки в трех положениях (вдох, выдох, пауза).

Данные физического развития детей в группах, где планирование обучения основным движениям осуществлялось концентрическим (спиральным) способом, в комплексе своем превышают данные тех групп, где планирование было последовательным (линейным) способом.

Физическое развитие детей опытных групп выше, чем контрольных, что объясняется более эффективным режимом движения в этих группах (подбор физических упражнений с учетом возрастных и др. особенностей, более высокая плотность занятий, более широкое применение подвижных игр и спортивных, развлечений на прогулках и т. д.).

Второй этап исследования

На этом этапе педагогического эксперимента изучалось становление двигательных навыков у детей 3—7 лет на примере прыжковых упражнений разрабатывались наиболее эффективные методические приемы и последовательность обучения им, выяснялось их влияние на физическое развитие и здоровье дошкольников, в частности, на свод стопы и осанку.

Эксперимент проводился в период с сентября 1963 года по июль 1964 года в детском саду № 69 г. Харькова, где были подобраны опытные и взяты под наблюдение контрольные группы. Общее число детей в опытных группах составляло 56 детей, в контрольных — 58 детей.

Учитывая рекомендации исследователей физического воспитания детей дошкольного возраста (А. И. Быкова, Т. И. Дмитренко, Т. И. Осокина и др.), высказывания практиков, а также собственные данные по первому этапу эксперимента, мы считаем, что число занятий, рекомендуемое программой воспитания в детском саду один раз в неделю для старшей и подготовительной к школе групп, явно недостаточно. При таком количестве занятий трудно обеспечить формирование прочных и правильных навыков в основных движениях, а также необходимую последовательность прохождения программного ма-

териала для решения задач по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. Поэтому во всех опытных группах занятия по физическому воспитанию проводились три раза в неделю. Одно из них было предусмотрено проектом программы и проводилось воспитателями групп, два других — автором, в период прогулок.

В контрольных группах занятия по физическому воспитанию проводились воспитателями согласно проекта программы воспитания в детском саду. Одно занятие в старшей и подготовительной к школе группах и два во второй младшей и средней группах, где одно из них совмещалось с музыкальным, а другое проводилось на прогулке в виде подвижной игры.

Планируя программный материал по всем видам движений, мы учитывали выводы, полученные в результате первого этапа эксперимента и располагали учебный материал concentрически как в опытных так и в контрольных группах. Сходные условия жизни и занятий детей опытных и контрольных групп позволяли объективно определить зависимость формирования навыка от применяемой нами методики обучения и рекомендуемого количества занятий.

Формирование двигательных навыков в прыжках фиксировалось в специальных протоколах, где подробно записывались содержание и методика каждого занятия. Оценка степени развития двигательных навыков производилась с учетом специфики изучаемого движения и соответствующих методических приемов, применяемых при обучении. Всего было запротоколировано 165 занятий в опытных группах. В период эксперимента наблюдения с объективной регистрацией велись за одними и теми же детьми (3—4 чел. в каждой группе), что давало возможность более четко проследить за формированием навыков в прыжках у дошкольников в процессе эксперимента.

В начале и в конце эксперимента изучаемые движения были засняты кинокамерой. Сопоставление кинограмм выполнения движений до обучения и после него позволило судить о том, как сформирован данный двигательный навык у детей всех возрастных групп детского сада. Основные движения, разучиваемые с детьми 3—7 лет, имеют для них различную трудность. Изучение практики работы в детских садах и результаты первого этапа эксперимента показали, что прыжки в длину с места, в глубину, в высоту и длину с разбега, включенные в программу воспитания детского сада, требуют различной продолжительности обучения.

Формирование навыков в основных движениях находится в большой зависимости от количества занятий в неделю. Более

высокие показатели в овладении движениями были отмечены у детей опытных групп, которые занимались три раза в неделю (см. таблицу № 2).

Таблица № 2

Динамика качественных показателей выполнения основных движений у детей опытных и контрольных групп (в % отношении)

Группы	Прыжки (результаты в см)						Бег 10 м (скорость в сек.)	
	в длину с места		в длину с разб.		в высоту с разб.			
	1 пр.	2 пр.	1 пр.	2 пр.	1 пр.	2 пр.	1 пр.	2 пр.
2-я младшая группа								
опытная	0	73,0	—	—	—	—	27,1	58,6
контрольная	15,3	23,1	—	—	—	—	39,2	46,4
Средняя группа								
опытная	20,8	78,8	7,1	64,5	14,2	64,2	56,2	85,0
контрольная	35,7	42,8	14,2	21,4	7,1	21,4	49,9	64,2
Старшая группа								
опытная	40,5	93,8	16,3	77,5	32,5	92,9	55,0	90,0
контрольная	40,0	66,6	33,3	33,3	26,0	46,6	52,7	66,6
Подготовительная к школе группа								
опытная	55,0	100	40,0	85,0	20,0	95,0	75,0	100
контрольная	43,7	68,7	31,2	56,2	37,5	50,0	73,0	86,2

Исследование ходьбы, бега, метаний и прыжков у дошкольников констатирует, что выполнение их детьми (особенно 4—5 лет) имеет ряд отличий в структуре и характере по сравнению с такими же движениями у подростков и взрослых.

В дошкольном возрасте совершенствуются навыки правильной ходьбы и бега. Выполнение их детьми 6—7 лет в своей основе очень сходно с техникой бега и ходьбы подростков и взрослых. Скорость ходьбы и бега увеличивается с возрастом и у мальчиков она несколько выше, чем у девочек во всех возрастных группах.

При обследовании метания на дальность и в цель у дошкольников большинство детей выполняло его способом «из-за спины через плечо». Выполнение метания детьми 6—7 лет имеет большое сходство с техникой этого же движения у подростков и взрослых. Формирование навыка в метаниях является сложным для дошкольников и в большой степени зависит от

методики обучения им детей. Количественные результаты в метаниях на дальность и в цель во всех возрастных группах у мальчиков выше, чем у девочек. У детей также наблюдается большая разница в метаниях правой и левой рукой как на дальность, так и в цель. Эта разница с возрастом увеличивается.

Проведенный эксперимент показал, что, начиная со второй младшей группы, у детей могут быть сформированы правильные и прочные навыки в прыжках в длину с места и в глубину. Анализ данных регистрации каждого выполнения движений по протоколам наблюдений позволил установить, что дети этой группы правильно выполняют прыжок в длину с места после 32—40 повторений, а в глубину — после 20—26 повторений.

Детей средней группы уже можно обучать прыжкам в высоту и в длину с разбега, не требуя от них высокой точности выполнения всех элементов техники.

Правильный навык в прыжках в длину с места у детей средней группы был сформирован в среднем после 20—26 повторений, в глубину после 16—20 повторений, в высоту с разбега — 36—40 повторений и в длину с разбега 30—38 повторений.

Дети старшей и подготовительной к школе групп быстрее и лучше овладевают навыками в прыжках в длину и высоту с разбега при условиях правильной методики обучения и достаточном количестве занятий.

Так, детям старшей группы для формирования правильного навыка необходимо следующее количество повторений: прыжок в длину с места — 18—22, в глубину — 14—18, в длину с разбега — 25—30, в высоту с разбега — 20—26.

В подготовительной к школе группе количество повторений для формирования правильного навыка было еще меньше: прыжок в длину с места — 12—16, в глубину — 10—16, в длину с разбега — 20—25, в высоту с разбега — 16—22.

Результаты эксперимента по формированию навыка в прыжках показывают, что почти все дети опытных групп овладели правильной техникой данных движений и также значительно превысили количественные нормативы прыжков, рекомендованные программой воспитания в детском саду.

Анализ материалов врачебного исследования, проведенного у детей опытных и контрольных групп до начала и по окончании эксперимента показал следующее:

средние показатели физического развития (вес, рост, объем грудной клетки, жизненная емкость легких, сила рук и ног)

у детей опытных и контрольных групп до начала эксперимента были примерно одинаковыми;

по окончании эксперимента данные опытных групп значительно превышали показатели контрольных групп. Большое количество занятий, применение предлагаемых нами упражнений и методики обучения оказали положительное влияние на физическое развитие детей опытных групп.

Исследование сердечно-сосудистой системы по методу Короткова с измерением максимального и минимального кровяного давления и электрокардиография, проведенные до начала и по окончании эксперимента, показали, что никаких патологических изменений со стороны функционального состояния сердечно-сосудистой системы не зарегистрировано.

Анализ данных обследования осанки и свода стопы у детей опытных групп показывает, что предлагаемые нами прыжковые упражнения, при условии правильной методики проведения их и соблюдения соответствующей дозировки, положительно влияют на осанку и формирование свода стопы у детей дошкольного возраста.

Третий этап исследования

На этом этапе исследовалась динамика развития основных движений у детей дошкольного возраста с целью обоснования программных требований по развитию основных движений у дошкольников.

Всего было обследовано 970 детей, свыше 110 чел. в каждой возрастно-половой группе дошкольного возраста. У детей второй младшей группы в качестве контрольных упражнений применялись: ходьба на дистанцию 20 м; бег на дистанцию 10 м, метание теннисных мячей на дальность, правой и левой рукой; прыжки в длину и в высоту с места. У детей средней группы: ходьба на дистанцию 20 м; бег на дистанцию 10 м; метание теннисных мячей в цель и на дальность правой и левой рукой; прыжки в длину и высоту с места; в длину и высоту с разбега. В старшей и подготовительной к школе группах: ходьба на дистанцию 20 м; бег на дистанцию 10 и 20 м; метание мешочков (весом 150 и 200 г) в цель и на дальность левой и правой рукой, прыжок в высоту и длину с места, прыжок в высоту и длину с разбега.

Обследование основных движений у детей дошкольного возраста проводилось в июне 1963 и 1964 гг. Эти сроки выбраны не случайно, так как в это время прохождение программного материала по всем видам обучения у дошкольников за-

канчивается и результаты проверок давали возможность судить об уровне развития основных движений в каждой возрастной группе детского сада.

Материалы проверок обрабатывались статистическим методом, что дало возможность получить наиболее достоверные данные. Применение киносъемки для фиксирования техники исполнения одних и тех же движений (ходьбы, бега, метаний, прыжков) дошкольниками 4—7 лет, подростками 14—15 лет, взрослыми спортсменами 23—25 лет на данном этапе работы позволило проследить особенности их выполнения.

Массовое обследование основных движений у дошкольников показало, что дети всех возрастных групп значительно превышают нормативные требования проекта программы воспитания в детском саду.

В результате этой проверки были получены следующие средние показатели:

Ходьба на дистанцию 20 м: дети 4 лет — 15,2—16,0 сек.; дети 5 лет — 13,6—14,8 сек.; дети 6 лет — 13,3—14,3 сек.; дети 7 лет — 12,4—13,4 сек.

Бег на дистанцию 10 м: дети 4 лет — 3,5—4,0 сек.; дети 5 лет — 3,2—3,5 сек.; дети 6 лет — 3,1—3,3 сек.; дети 7 лет — 3,0—3,2 сек.

Бег на дистанцию 20 м: дети 6 лет — 5,1—5,7 сек.; дети 7 лет — 4,8—5,4 сек.

Метание предметов на дальность: дети 4 лет — 3,0—5,0 м; дети 5 лет — 3,5—7,0 м (теннисный мяч); дети 6 лет — 4,0—7,8 м; дети 7 лет — 4,6—9,5 м (мешочки с песком весом 150 г и 200 г).

Прыжок в длину с места: дети 4 лет — 55—70 см; дети 5 лет — 70—85 см; дети 6 лет — 85—100 см; дети 7 лет — 100—115 см.

Прыжок в длину с разбега: дети 5 лет — 85—100 см; дети 6 лет — 110—130 см; дети 7 лет — 140—170 см.

Прыжок в высоту с разбега: дети 5 лет — 30—35 см; дети 6 лет — 40—45 см; дети 7 лет — 50—55 см.

Показатели прыжков в высоту и длину с места и разбега у детей дошкольного возраста увеличиваются постепенно в количественном и улучшаются в качественном отношении. Количественные результаты в прыжках у мальчиков всех возрастных групп выше, чем у девочек. Основным фактором, влияющим на высоту и дальность прыжка, является более энергичное отталкивание и высокая скорость разбега у мальчиков.

Решающее значение для формирования у детей правильных

навыков в основных движениях имеет обучение. В тех группах детских садов, где осуществлялось рациональное планирование и систематическое обучение основным движениям, нами отмечены более высокие количественные и качественные показатели как у мальчиков, так и у девочек.

На основании изучения опыта физического воспитания детей дошкольного возраста, анализа литературных данных и материалов проведенных исследований можно сделать следующие выводы:

1. Способность детей к овладению движениями тесно связана с их возрастными особенностями. К концу дошкольного возраста у детей 6—7 лет при соответствующем обучении могут быть сформированы прочные и правильные навыки в следующих видах основных движений: в ходьбе, беге; лазании с поочередным перехватом рук и попеременной постановкой ног; в прыжках в глубину и длину с места, высоту и длину с разбега способом «согнув ноги»; метаниях в цель и на дальность способом «из-за спины через плечо».

2. Формирование навыков в основных движениях в большей мере зависит от индивидуальных особенностей ребенка (его умственного и физического развития, отношения к занятиям) и от сложности разучиваемого движения. В среднем на формирование навыка у детей в более сложных видах движений (прыжки и метания) требуется 3—5 занятий, при условии повторения их не менее 6—8 раз за занятие. В движениях с меньшей сложностью (упражнения в равновесии, лазании, подлезании), овладение основным механизмом движений происходит за 1—2 занятия.

3. В процессе обучения детей дошкольного возраста основным движениям соотношение методических приемов изменяется на разных этапах формирования двигательного навыка. В начале обучения целесообразно применять показ в сочетании с объяснениями. В дальнейшем объяснения должны занимать все большее место и по мере овладения движением носить характер указаний.

При формировании двигательных навыков у детей второй младшей и средней групп преобладают показ движений, а в старшей и подготовительной к школе группах главную роль играют объяснения и указания. Во всех возрастных группах детского сада соблюдение постепенности предъявляемых требований, использование конкретных заданий, применение подводящих упражнений и вспомогательных снарядов способствует быстрейшему и более эффективному обучению основным движениям.

4. При формировании двигательных навыков у детей дошкольного возраста элемент эмоциональности приобретает решающее значение. Применение заданий игрового и имитационного характера во всех возрастных группах, а у детей 6—7 лет более широкое использование соревновательного метода повышало интерес к занятиям и способствовало более быстрому овладению основными движениями.

5. Привлечение внимания детей старшей и подготовительной к школе групп к оценке выполнения движений воспитывает сознательное отношение к своим действиям и положительно сказывается на формировании двигательных навыков.

6. Ныне действующие программные требования в основных движениях занижены. Дети всех возрастных групп детских садов после соответствующего обучения легко превышают их. Существенным недостатком программы воспитания в детском саду является отсутствие занятий по физическому воспитанию во второй младшей и средней группах. Обучение детей этих групп различным движениям, в частности, метаниям, прыжкам, лазанию и др. проводится эпизодически, что, безусловно, отрицательно сказывается на качестве формирования навыков в основных видах движений.

7. Исходными данными для программных требований раздела физическое воспитание детей дошкольного возраста могут служить средние показатели, полученные нами при массовом обследовании основных движений (ходьба, бег, метания, прыжки) и обработанные статистическим методом.

8. Процесс занятий по формированию двигательных навыков необходимо четко планировать, а весь программный материал подбирать в порядке нарастающей трудности. При этом, воспитатель должен предусматривать, по возможности, полное использование положительного переноса навыков и предупреждение отрицательного их взаимодействия.

9. Формирование навыков в основных движениях при концентрическом (спиральном) способе планирования программного материала более эффективно. Движение целесообразно разучивать и повторять на двух-трех занятиях подряд и одновременно совершенствовать в период прогулок (в форме игровых заданий и в подвижных играх). Затем, после закрепления его, необходимо переходить к обучению новому движению, а ранее изученное движение повторять в несколько усложненных условиях в течение остального времени года.

10. Результаты проведенной работы показывают, что необходимым условием для успешного обеспечения процесса правильного формирования навыков в основных движениях и

повышения функциональных возможностей организма, а также решения других задач физического воспитания детей дошкольного возраста является увеличение занятий по физическому воспитанию до трех в неделю (два из них воспитатель может проводить в период прогулок).

11. Экспериментальные занятия, направленные на формирование навыков в основных движениях у детей 4—7 лет, положительно повлияли на улучшение данных физического развития, состояние здоровья и сопротивляемость организма к простудным заболеваниям. Наши данные о физическом развитии детей опытных групп значительно превышают стандарты физического развития дошкольников г. Харькова.

12. Прыжковые и корректирующие упражнения, широко применяемые нами в утренней гимнастике и подготовительной части занятий у детей опытных групп благотворно повлияли на улучшение их осанки. У детей появилась способность к самоконтролю и выработалось умение держать правильную позу.

13. Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата под влиянием прыжковых упражнений, как подтверждают данные плантографии и рентгенографии, положительно сказались на формировании свода стопы, увеличение ее экскавации у детей опытных групп.

14. Наряду с разрешением задач по всестороннему физическому развитию детей в период занятий и при проведении подвижных игр необходимо предусматривать также определенные задачи по воспитанию у них положительных моральных и волевых черт характера: дисциплинированности, коллективизма, решительности, настойчивости, смелости и др. Это особенно важно в старшем дошкольном возрасте.

Выводы и рекомендации, полученные в результате данного исследования, частично использованы при составлении программы воспитания для детских садов УССР, в методических письмах Министерства просвещения УССР и внедряются в практику работы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

ПЕЧАТНЫЕ РАБОТЫ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ:

1. К вопросу об исследовании формирования двигательных навыков у детей дошкольного возраста. В сборнике «XVIII научная конференция, посвященная итогам научно-исследовательской работы института за 1962 г.». Тезисы и рефераты докладов ХГПИ имени Г. С. Сковороды, Харьков, 1963.

2. Занятия гимнастикой и подвижными играми в подготовительной к школе группе детского сада (методические указания). Изд. «Радянська школа», Киев, 1963.

3. Исследование динамики развития основных движений у детей дошкольного возраста. В сборнике «XIX научная конференция, посвященная итогам научно-исследовательской работы института за 1963 г.». Тезисы докладов ХГПИ им. Г. С. Сковороды, Харьков, 1964 г.

4. Розвиток рухів у дітей (друга молодша та середня група). Ж. «Дошкільне виховання», № 2, 1964 р.

5. Розвиток рухів у дітей (старша та підготовча до школи група). Ж. «Дошкільне виховання», № 4, 1964 р.

6. Заняття гимнастикой і подвижними іграми в старшій групі дитячого саду (методическіе указання), изд. «Радянська школа», Киев, 1964 г.

7. К вопросу о предупреждении плоскостопия у детей дошкольного возраста в процессе занятий по физическому воспитанию. В сборнике «XX научная конференция, посвященная итогам научно-исследовательской работы института за 1964 год». Тезисы докладов ХГПИ им. Г. С. Сковороды, Харьков, 1965 год.

8. Фізичне виховання (До підсумків обговорення проекту «Програми виховання в дитячому садку»). Ж. «Дошкільне виховання», № 5, 1965 р.

9. На літній площадці. Ж. «Дошкільне виховання», № 6, 1965 р.

10. Формування моральних і вольових рис характеру в процесі фізичного виховання, Ж. «Дошкільне виховання», № 12, 1965 р.

РАБОТЫ, ПРИНЯТЫЕ К ПУБЛИКАЦИИ

1. Исследование техники ходьбы и бега у детей дошкольного возраста. В сборнике «Теория и методика физического воспитания и спорта». Межведомственный научно-методический сборник, № 1, Киев, 1966 г.

2. Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста на занятиях по физическому воспитанию. В журн. «Дошкільне виховання», 1966 р.

3. Динамика моторики детей дошкольного возраста в связи с вопросом о разработке для них программных требований по физическому воспитанию. В журн. «Теория и практика физической культуры», 1966 г.