**Использование гендерного принципа при стимулировании двигательной активности**

**Консультация разработана воспитателем**

**МБДОУ «ЦРР – детский сад**

**«Улыбка» Сидорчук М. В**

Для обучения в школе ребенку необходима не только - интеллектуальная, эмоциональная, социальная подготовка, но и прежде всего физическая готовность ребенка к школе.

Физическая готовность к школе характеризует состояние здоровья ребенка. А оно, в свою очередь, строится на параметрах физического развития, где учитываются: вес, рост, мышечный тонус, насколько подвижен ребенок, состояние его зрения, слуха, моторики и нервной системы, с учетом ее возбудимости и уравновешенности. Здоровых детей с каждым годом становится все меньше, родителям и педагогам следует уделять физическому развитию детей перед школой весьма пристальное внимание.

Детям даются одни и те же упражнения, одна и та же нагрузка, и используется одна и та же методика обучения. О половых различиях вспоминают лишь тогда, когда необходимо тестировать уровень физического состояния детей – нормативы для девочек, как правило, несколько ниже, чем для мальчиков.

Исследования ученых говорят о превосходстве мальчиков в уровне развития основных движений и физических качеств над девочками, о необходимости гендерного подхода к детям в процессе физического воспитания.

**Выносливость у мальчиков и девочек** развивается по-разному. Например, за дошкольный период продолжительность бега у мальчиков увеличивается в 2—2,4 раза, а дистанция в 2,9—3,5 раза.

Наибольшие темпы прироста выносливости у девочек приходятся на 4-й и 6-й годы жизни, а у мальчиков на 4-й и 7-й годы жизни.

**Средний объем двигательной активности** мальчиков 5 лет в свободной деятельности составляет 2300 движений, девочек — 1370; мальчиков 6 лет — 2500, девочек — 2210; мальчиков 7 лет — 3275, девочек — 3040.

Наиболее благоприятным для девочек 5—6 лет является режим средней двигательной активности (до 2,5 часов в неделю занятий физическими упражнениями), а для мальчиков этого возраста — режим большой двигательной активности (до 3,5 часов в неделю).

**Высока степень различий в обучении метанию** на дальность у детей 7-ми лет. Прирост показателей у девочек с 6 до 7 лет составил, по данным автора, всего 2,5%, в то время как у мальчиков – 17%. При этом следует учитывать, что метание исторически было прерогативой мужчин, мальчикам нравятся подобные упражнения, и они чаще самостоятельно тренируются в этом виде движений.

Уже в 5-летнем возрасте отмечается значительная разница между мальчиками и девочками **в прыжках через скакалку**. Это также можно объяснить предпочтением этих упражнений девочками, в то время как мальчик практически не используют этот вид движений в самостоятельной деятельности.

При отсутствии целенаправленного обучения разница в прыжках через скакалку у мальчиков и девочек 6-7 лет огромна: обычно мальчики не овладевают безостановочными прыжками, совершая одиночные перепрыгивания; девочки же осваивают разнообразные прыжки, широко используя их в самостоятельной деятельности.

Формирование физических качеств у мальчиков и девочек предполагает создание разного подхода к ним, так как они дают разные показатели в овладении этими качествами.

Подбор упражнений зависит от избранного способа организации занятий. Организация занятий, учитывающих особенности мальчиков и девочек может иметь два следующие варианта.

1 вариант. Одно из двух занятий в неделю проводится раздельно для мальчиков и для девочек. На эти занятия целесообразно планировать изучение упражнений, которые требуют разных методических подходов при работе с мальчиками и девочками (например, метание), и упражнений, вызывающих интерес данной группы детей (например, для мальчиков — футбол, хоккей, для девочек — упражнения с лентами). Сюжетное занятие или использование большой тематической игры также может носить ярко выраженную окраску в зависимости от пола занимающихся (например, для мальчиков — тематическая игра «Спасатели», для девочек — тематическая игра «Театр кукол»).

2 вариант. Все занятия проводятся совместно, но часть заданий имеют отличия для девочек и мальчиков. Этот вариант проведения занятий тоже имеет две разновидности:

­ в подготовительной и заключительной частях занятия дети выполняют упражнения все вместе, а в основной части занятия они делятся на подгруппы в зависимости от пола, и каждая группа выполняет свое задание;

­ на протяжении всего занятия дети выполняют упражнения вместе, но ряд упражнений предполагает разные варианты исполнения для мальчиков и девочек. При этом варианте организации занятий, для того, чтобы не снижать моторную плотность, целесообразно иметь карточки-задания, графически отображающие действия мальчиков и девочек. [2]

Нормирование физической нагрузки должно основываться на индивидуальных особенностях детей: состоянии здоровья, физической подготовленности, типе конституции. В этой повышать физическую нагрузку следует постепенно. В то же время требования полоролевого воспитания предполагают формирование у детей установки на то, что мужчина должен быть сильным, чтобы защищать слабых, уметь брать на себя ответственность. В этих условиях занятия должны быть сконструированы так, чтобы, постоянно акцентируя внимание детей на том, что мальчики выполняют более трудные упражнения, тем не менее, не нанести вред здоровью детей.

Этого можно добиться разными требованиями к выполнению заданий, как в группе мальчиков, так и в группе девочек.

Следует помнить, что девочки в большей степени нуждаются в побуждении к двигательной деятельности. Именно на них следует обращать больше внимания при организации подвижных игр. Мальчики, как правило, либо сами находят развлечения большой двигательной активности, либо сразу присоединяются к организованной двигательной деятельности.

Современная школа выдвигает повышенные требования к знаниям, умениям, владениям первоклассников, очевидно, что наиболее успешными в адаптации и обучении будут дети здоровые, физически подготовленные. Следовательно, необходимо на протяжении дошкольного детства формировать физическую готовность детей к обучению в школе, а для этого нужно знать и учитывать в построении образовательного процесса половые различия детей, те особенности, которые даны природой мальчикам и девочкам.

***Литература:***

1. Полуевский, С.А. Физкультура и профессия [Текст] / С.А. Полуевский, И.Д. Старцева // Физкультура и спорт. – 2008 - № 10. – С. 12-14.

2. Терехова, Н.Т. Индивидуально-дифференцированный подход в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста [Текст] / Н.Т. Терехова // Сборник научных трудов. - М: Издательство АПН СССР, 1989. – С. 142-143.

3. Филиппова, С. О проблемах физического совершенствования детей в дошкольном учреждении [Текст] / О. Филиппова // Дошкольное воспитание. – 2006. - № 4. – С. 34-36.