«**ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ***»*

Вопросу готовности ребенка дошкольного возраста к обучению в школе в современной системе образования уделяется огромное внимание. Во многом это определенно многокомпонентностью данного понятия. Все элементы структуры готовности взаимосвязаны друг с другом и в совокупности определяют успешность адаптации и обучения детей в школе. При этом немаловажную роль играет уровень физической готовности ребенка к обучению в школе. Для успешного обучения в школе ребенку необходима не только умственная, нравственно-волевая подготовка, но и физическая. Меняющийся уклад жизни, нарушение старых привычек, возрастание умственных нагрузок, установление новых взаимоотношений с учителем и сверстниками – факторы значительного напряжения нервной системы и других функциональных систем детского организма, что сказывается на здоровье ребенка в целом. Не случайно на первом году обучения в школе у многих детей возрастает заболеваемость. Сегодня основной целью физического образования является обеспечение гармоничного развития личности с высокой умственной, физической и социальной активностью.

Исследование проводилось на базе МДОУ «Ягодка» города Лабытнанги ЯНАО в течение 2010-2011 и 2011-2012 учебных годов. В исследовании принимало участие 2 группы дошкольников (сначала старших, а потом подготовительных групп). В 2010-2011 учебном году (в сентябре и апреле) была проведена диагностика психического и физического развития всех детей данных групп.

Занятия по физической культуре в это время проводились по единой программе – «Детство». Анализ результатов диагностики показателей психического и физического развития в 2011-2012 учебном году .

Для изучения **двигательной подготовленности** в основу были взяты **тесты**, характеризующие показатели и уровень развития физических качеств дошкольников ( прыжок в длину с места, бег на 3х10 м с ходу, наклон сидя, непрерывный бег 300 м, челночный бег 3х10 м, метание мяча на дальность, прыжок в высоту с места).

Для определения уровня психологической готовности ребенка к школе использовалась «Методика определения готовности к школе» Л.А. Ясюковой. Ядро данной диагностической системы составляют тесты, позволяющие проанализировать особенности интеллекта ребенка (как общий уровень, так и операциональную структуру) и оценить степень сформированности мышления в понятиях, которое необходимо для успешного обучения и дальнейшего полноценного развития ребенка в школе.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и среди контингента детей, поступающих в школу, составляет лишь около 10%. Одной из причин резкого ухудшения здоровья подрастающего поколения являются несовершенство и низкий статус сложившейся системы физического воспитания детей, в основе которой отсутствует принцип единства психического и физического развития (С.Б. Шарманова, 1995; А.А. Горелов и др., 2002) [15, 70].

Физическое воспитание традиционно рассматривается лишь как средство оптимизации физического статуса человека в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому развитию, чем заметно ограничиваются возможности целостного формирования личности [68]. Вместе с тем многочисленные исследования свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка и наличии тесной связи между показателями физических и психических качеств у дошкольников. Установлено, что отставание в умственном развитии приводит к отставанию в развитии физических качеств. Доказано положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность [5. 35].

Физические упражнения для развития двигательных умений предполагают совершенствование двигательной сферы путём расширения запаса двигательных умений и навыков, являющихся базовыми в двигательном развитии ребёнка (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания).

Упражнения для развития физических качеств обеспечивают формирование основных физических способностей, отражающих качественную сторону двигательных умений и навыков (скоростные, силовые, координационные способности; гибкость, выносливость). Особое внимание следует уделять развитию общих координационных способностей (дифференцировочной, ориентационной, ритмической и др.), включающих умение тонко и точно дозировать движения по усилию, направлению, времени, с целью формирования тонкой дифференцированной различительной чувствительности к временным, силовым, пространственным характеристикам движений. В этом случае двигательное и физическое развитие осуществляется как когнитивно-двигательное.

Перечисленные группы упражнений относятся к факторам, оказывающим опосредованное влияние на умственное развитие ребёнка в процессе физического воспитания.

Диагностика психического состояния детей старшего дошкольного возраста в течение первого года исследования позволило выяснить, что готовность детей к обучению в школе в основном средняя. В течение второго года исследования был проведен педагогический эксперимент. В одной из подготовительных групп в процессе физического воспитания использовалась разработанная методика, основанная на комплексном использовании средств физического воспитания и дидактических игр.

**Педагогический эксперимент** был направлен на выявление возможностейкомплексного использования средств физического воспитания и дидактических игр для существенного повышения показателей готовности детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе.

 Под контролем были две подготовительные группы. До начала эксперимента они занимались на физкультурных занятиях по единой программе («Детство»). В ходе эксперимента была разработана экспериментальная методика, включающая не только игры и физические упражнения, но и дидактические игры и задания комплексного характера, направленные на решение задач как физического, так и интеллектуального развития.

В ходе исследований разработаны физические упражнения для развития умственной сферы, которые непосредственно воздействуют на компоненты, являющиеся определяющими в умственном развитии детей 5-7 лет (восприятие, наглядно-образное и логическое мышление, внимание, память, речь). Суть данных упражнений заключается в сочетании двух элементов: двигательного действия и упражнения, направленного на развитие умственной сферы ребёнка, реализуемого в форме дидактической игры.

 За основу были взяты упражнения с включением ходьбы, бега, прыжков, метаний, лазанья, при выполнении которых создавались условия для овладения разными видами познавательных ориентировочных действий, лежащих в основе умственного развития детей дошкольного возраста, прежде всего перцептивных, отражающих уровень развития восприятия дошкольников (действия идентификации, отнесения к эталону, перцептивного моделирования) и мыслительных (действия образного и логического мышления). Дополнительно были использованы задания и упражнения для совершенствования сенсомоторных координаций, развития речи, воображения, процессов памяти и внимания.

 Например, ходьба и бег, включённые в подготовительную часть занятия, превращались в игру «Слушай-действуй!», во время которой дети должны были выполнять действия, соответствующие отрывку из музыкального произведения: под польку - подскоки; под вальс - кружение и т.д., что способствовало не только решению специфических задач подготовительной части, но и развитию внимания, слухового восприятия, слухомоторной координации.

Развитие мышления осуществлялось путём расширения круга понятий, включения мыслительных действий в процесс двигательной активности и манипуляций со спортивно-игровым оборудованием. Операции анализа, синтеза, сравнения, нахождения сходства и различия в объектах, классификации, обобщения насыщали каждое физкультурное занятие. Например, преодолению полосы препятствий предшествовало задание подобрать спортивный инвентарь, соответствующий заданному признаку (форме, цвету, назначению) или расставить его в соответствии со схематическим изображением, предложенным педагогом. Уборка спортивных модулей и оборудования реализовывалась с дополнительным заданием «Сложи похожее с похожим». При делении детей на команды каждый капитан выстраивал свою команду по росту, длине волос, физической подготовленности. Умение выделять существенные признаки предметов совершенствовалось в игре «Покажи отгадку», когда дети не только отгадывали загадку, но и показывали ответ с помощью движений. При выполнении основных видов движений отрабатывалось умение понимать количественные и качественные соотношения предметов: «Лена прыгнула выше, а Катя ниже, стенка находится справа, а скамейка слева и т.д.». Обучение сложным движениям сопровождалось анализом двигательного действия (совместно детьми и педагогом), показом и проговариванием его составных элементов, сравнением выполняемого ребёнком действия с эталонным, поиском ошибок, неточностей и путей их исправления.

Подобные задания с большим интересом воспринимались всеми дошкольниками. Педагогические наблюдения выявили повышение познавательной активности детей, улучшение дисциплины и эмоциональный подъём на занятии. Однако на первом этапе детям с трудом удавалось удерживать внимание на осуществляемом движении во время выполнения упражнений умственной направленности. Потребовался ряд вводных занятий, на которых доля упражнений для развития умственной сферы постепенно увеличивалась.

 Физически воспитанные дошкольники становятся здоровыми людьми и полноценными гражданами в обществе. Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепляет здоровье ребенка, необходимые при обучении в школе.

 Эксперимент показал, что проведение физкультурных занятий в подготовительной группе с использованием, наряду с физическими упражнениями, дидактических игр и заданий, оказало положительное влияние на развитие двигательных качеств и психологической подготовленности детей к обучению в школе. Уровень физической и психологической подготовленности в экспериментальной группе также оказался существенно выше, чем в контрольной. Стало очевидно, что данная методика способствует лучшей подготовке детей к обучению в школе.

 Проведенное исследование показало, что включение в учебный процесс по физическому воспитанию упражнений, направленных на развитие познавательных процессов, речи и связанных с ней высших символических функций, не только способствует умственному развитию детей, но и перестраивает, согласно выражению Л.С. Выготского, «саму моторику», переводя её на «новый и высший этаж» и обеспечивая быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно принимать решение и действовать в условиях стремительно меняющейся окружающей обстановки, благодаря чему улучшается двигательное развитие детей.

Таким образом, проведенный эксперимент подтвердил, что целенаправленное использование в экспериментальной группе в процессе физического воспитания дидактических игр и заданий приводит к более эффективному развитию физических качеств у обучающихся, чем стандартная методика физического воспитания дошкольников. И главное, данная методика способствует лучшей подготовке детей к обучению в школе.