

Не нужно требовать от сына или дочери слишком больших спортивных достижений. В этом возрасте спорт должен быть лишь помощником в укреплении физического здоровья и эмоциональной разрядки ребенка. Нужно искренне радоваться каждому новому личному достижению малыша, его старательности и настойчивости, он обязательно станет сильным, выносливым, закаленным и активным. С возрастом он сам выберет для себя занятие, в котором достигнет высоких результатов.

#### *Литература*

1. Спорт для детей. Интернет-журнал о детях. // [Электрон. ресурс] / Режим доступа: <http://bambinostory.com/sport-dlya-detey/> (дата обращения: 20.02. 2014 г.)

2. Двигательная активность детей как проблема современной школы. Сайт Теория и методика физического воспитания и спорта. // [Электрон. ресурс] / Режим доступа: <http://www.fizkulturaisport.ru/fizvospitanie/teoriya/287-dvigatelnaya-aktivnost-detey-kak-problema-sovremennoj-shkoly.html> (дата обращения: 15.02.2014 г.)

**Поскотина А.А.**

Алтайская государственная академия образования имени В.М. Шукшина,  
Бийск, Россия

### **ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В РАЗВИТИИ ПРОИЗВОЛЬНОГО ВНИМАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация.* Важнейшей характеристикой и условием гармоничного развития личности ребенка является развитие у него произвольности всех психических процессов, в частности, произвольного, преднамеренного внимания. Одним из основных средств развития произвольного внимания детей старшего дошкольного возраста выступают физические упражнения.

*Ключевые слова:* произвольное внимание, дети старшего дошкольного возраста, физические упражнения.

**Poskotina A.A.**

Altai State Academy of education named V.M. Shukshin,  
Biysk, Russia

### **PHYSICAL EXERCISE IN THE DEVELOPMENT OF VOLUNTARY ATTENTION PRESCHOOL CHILDREN**

*Abstract.* The most important characteristic and prerequisite for the harmonious development of the child is to develop his arbitrariness of all mental processes, in particular, any deliberate attention. One of the main tools for the development of voluntary attention preschool children are exercising.

*Keywords:* voluntary attention, the children of the senior preschool age, exercise.

Разработанный и утвержденный Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования предполагает ориента-

цию дошкольного образования на гармоничное личностное развитие. Важнейшей характеристикой и условием гармоничного развития личности ребенка является развитие у него произвольности всех психических процессов, в частности произвольного, преднамеренного внимания, что обеспечивает успешную социализацию и адаптацию в учебной среде, а также усвоение программы.

Образовательная программа предъявляет требования к произвольности детского внимания в плане умения действовать без отвлечений, следовать инструкциям и контролировать получаемый результат во всех видах деятельности дошкольника.

В современной зарубежной и отечественной психологии вопрос о развитии произвольного внимания и его значение в процессе жизнедеятельности человека рассматривали многие ученые, в том числе Т. Рибо, Л. С. Выготский, П. Я. Гальперин, С. Л. Рубинштейн, Н. Ф. Добрынин и другие.

Т. Рибо [6] относил внимание к познавательному психическому процессу и связывал его с волей и деятельностью человека. П. Я. Гальперин считал, что внимание не является самостоятельным психическим процессом, так как не имеет собственного продукта, а его специфические особенности заключаются в том, что оно улучшает протекание других процессов и положительно влияет на их эффективность [3]. В свою очередь С. Л. Рубинштейном, Н. Ф. Добрыниным и другими, было доказано, что внимание – это самостоятельный психический процесс, который представляет собой избирательную направленность и сосредоточенность психики (сознания) на определенных объектах, имеющих для личности устойчивое и ситуативное значение [5]. По мнению И. Л. Баскаковой, Г. В. Петуховой произвольное внимание необходимо формировать, начиная с дошкольного возраста [1]. Раскрывая роль внимания в психическом развитии дошкольника, Л. С. Выготский указывал на то, что посредством внимания дети получают возможность правильно направлять свое сознание на определенные предметы и явления [2]. И так, на современном этапе является актуальным поиск эффективных средств развития произвольного внимания детей, учитывающих их потребности и особенности.

Е. А. Аркиным, Т. И. Осокиной отмечалось влияние физической культуры на развитие произвольного внимания. Так, в частности Н. И. Дворкина акцентировала внимание на том, что двигательная активность побуждает ребенка быть более внимательным, мгновенно реагировать на действия. Развивая привычку к волевому действию, физические упражнения создают почву для развития именно произвольного внимания [4]. В исследованиях Н. И. Дворкиной, Ю. К. Чернышенко экспериментально до-

казана эффективность использования физических упражнений, если в их структуру включены основные виды движений в определенной нагрузке [4].

Результаты исследования «Развитие произвольного внимания детей 6-7 лет в процессе занятий физической культурой», проведенное в 2011-2012 г.г., показали положительное влияние двигательной активности в процессе занятий физической культурой на развитие произвольного внимания детей старшего дошкольного возраста. Так, в частности, подвижные игры были интерпретированы, однако их эффективность обеспечивали специально подобранные физические упражнения, которые включались в содержание.

В ходе экспериментального исследования проведенного в 2012-2013 г.г. на базе Муниципального дошкольного образовательного учреждения Тальменского детского сада №6 «Ёлочка» Тальменского района Алтайского края по развитию произвольного внимания детей старшего дошкольного возраста посредством физических упражнений были использованы методические разработки Н. И. Дворкиной. Был разработан и реализован комплекс физических упражнений, которые стали содержанием подвижных игр и были включены в различные формы работы с детьми, исходя из их развивающего или стимулирующего воздействия на процессы произвольного внимания. Для развития переключения произвольного внимания, которое способствует быстрому и свободному переходу детей с одного вида действия к другому, последовательно применялся комплекс физических упражнений, основным движением которых были разнообразные виды ходьбы. Так, например, использовалась ходьба с высоко поднятыми коленями, ходьба с разнообразными положениями рук, ходьба с подлезанием, ходьба в колонне по одному, а также быстрая ходьба с препятствиями. В свою очередь физические упражнения, включающие в себя такие виды движений как, например, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, прыжки с места вводились для активизации распределения внимания детей. Для стимулирования концентрации и устойчивости произвольного внимания детей применялись физические упражнения, которые включали в себя более сложные виды метания, лазанья. Например, метание в движущую цель, пролезание в обруч, а также упражнения на равновесие, в том числе и скольжение по ледяной дорожке.

Для эффективности проведения данной работы и улучшения результата были интерпретированы и усложнены правила в играх, которые требовали от детей проявления более высокого уровня произвольного внимания, его концентрации, устойчивости, переключения, а также включены упрощенные формы спортивных игр, таких как баскетбол, волейбол.

Оценка темпа прироста показателей объема, устойчивости и продуктивности работы выявила положительную динамику развития произвольного внимания детей участвующих в эксперименте группы. Так, показатели объема работы в этой группе составили 6,7%, показатели устойчивости работы – 7,2%, а показатели продуктивности работы соответствуют 9,7%. В свою очередь прирост показателей объема работы у детей группы, не участвующих в эксперименте составил 4,5%, показатели устойчивости работы соответственно равны 4,2% и показатели продуктивности работы составили 4,2%.

Таким образом, проведенный комплекс физических упражнений, направленный на развитие произвольного внимания детей старшего дошкольного возраста оказался эффективным. Произошло заметное улучшение по всем основным показателям.

#### *Литература*

1. *Баскакова, И. Л.* Внимание дошкольника, методы его изучения и развития [Текст] / И. Л. Баскакова. – М.: Институт практической психологии, Воронеж-НПО «МОДЭК», 1995. – С. 64
2. *Выготский, Л. С.* Психология развития ребенка [Текст] / Л. С. Выготский. – М.: ЭКСМО, 2003. – 113с.
3. *Гальперин, П. Я.* Хрестоматия по вниманию [Текст] / Под ред. А. Н. Леонтьева. – М.: Московский университет, 1976.
4. *Дворкина, Н. И.* Физическое воспитание детей 5-6 лет на основе подвижных игр, дифференцированных по преимущественному развитию физических качеств [Текст]: методическое пособие / Н. И. Дворкина, Л. И. Лубышева. – М.: Советский спорт, 2007. – 80с.
5. *Добрынин, Н. Ф.* О теории и воспитании внимания [Текст] / Н. Ф. Добрынин. / Под ред. А.Н. Леонтьева, А.А. Пузыря, В.Я. Романова. – М., 1976. – С. 243-259.
6. *Рибо, Т.* Психология внимания. Хрестоматия по вниманию [Текст] / Под ред. А. Н. Леонтьева. – М.: Московский университет, 1976. – 369с.

**Салахов И.М. Маштакова М.Н.**

Сургутский государственный университет,  
Сургут, Ханты-Мансийский автономный округ Югра

## **ИНДИВИДУАЛЬНО-ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД В ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ АТЛЕТЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ В ВУЗЕ**

*Аннотация.* Рассматривается эффективность педагогического воздействия на развитие физических способностей студентов в условиях двухразовых занятий физической культурой в неделю при традиционном их содержании.

*Ключевые слова:* индивидуальный подход, женское здоровье, атлетическая гимнастика