

ПОТЕНЦИАЛ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Н.А. Шарикало, аспирант

Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь

В данной статье рассматривается потенциал развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: *физические качества, потенциал, старший дошкольный возраст.*

POTENTIAL OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITY OF PRESCHOOL CHILDREN

N.A. Sharikalo

Polesky State University, Pinsk, Republic of Belarus

This article examines the potential for the development of physical qualities of

Key words: *physical qualities, potential, preschool children.*

В учреждениях дошкольного образования одним из существенных направлений совершенствования организации образовательного процесса является – физическое воспитание ребенка, в котором особое место отводится развитию физических качеств.

В данное время уровень развития физических качеств, по мнению многих ученых не отвечает, современным государственным требованиям и стандартам, предъявляемым к физическому воспитанию в учреждениях дошкольного образования. Наиболее противоречивой и наименее разработанной в теории и методике физического воспитания детей дошкольного возраста остаётся проблема развития физических качеств. Поэтому, данная проблема весьма актуальна и требует дальнейшего совершенствования.

В работах отечественных и зарубежных специалистов указывается на необходимость и особую значимость развития физических качеств (Н. А. Бернштейн, В. А. Зациорский, Н. А. Ноткина и др.).

В исследованиях многих ученых, таких как Ж. К. Холодов, В. К. Бальсевич, В. И. Лях, Л. П. Матвеев, В. П. Зинченко и др. предметом исследований является особенность развития физических качеств дошкольников.

По мнению философов "развитие" – это процесс, характеризующийся изменением качества. Развитие – это закономерное, направленное качественное изменение материальных и идеальных объектов. Одновременное наличие этих свойств отличает развитие от других изменений.

В.С. Кузнецов, Ж.К. Холодов утверждают, что физическими качествами принято называть врожденные (генетически унаследованные) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной активности [7].

Несмотря на представленные различия в применении термина исследователями Е.Н. Вавилова, Е.С. Вильчковский, М.Ю. Кистяковская употребляют термин “двигательные качества”. Э.Я. Степаненкова использует термин “психофизические качества”. Л.В. Волков пользуется термином “физические способности”, а В.М. Зациорский термином “физические качества”.

Эти исследователи схожи в вопросе формулировки понятия физических качеств как отдельных проявлений двигательных возможностей человека, обусловленных во многом врожденными анатомо–физиологическими, биохимическими, психологическими особенностями, а также социальными факторами обучения и воспитания.

Из словаря–справочника Дудьева В. П. “физические качества” – это качества, характеризующие физическое развитие человека и его способности к двигательной деятельности, среди которых значатся четыре основные: сила, быстрота, выносливость, ловкость; дополнительно различают гибкость и так называемые комплексные качества, представляющие собой сочетание основных физических качеств [2].

Так же “физические качества” – это совокупность свойств организма, обеспечивающих ему возможность осуществлять активную двигательную деятельность. Естественно, что если эти возможности целенаправленно развивать, то они повышаются. Следовательно, “развитие физических качеств” – это процесс целенаправленного воздействия физическими упражнениями на комплекс естественных свойств организма, обеспечивающих активную двигательную деятельность.

Значение слова “развитие” по словарю Ушакова Д.Н. обозначает, что это процесс перехода из одного состояния в другое, более совершенное [5].

На уровень развития и проявления физических качеств оказывают влияние такие группы факторов как:

1. средовые факторы к ним относятся социально–бытовые условия жизни, климатические, географические условия, материальное обеспечение мест занятий, эффективность методики развития физических качеств и т.п.;
2. наследственные факторы – это анатомические, физиологические, психические особенности организма человека.

По мнению ученых М. В. Антропова, Л. М. Кузнецова, Т. М. Параничева следует развивать те физические качества, которые являются отстающими у большинства детей, другие предлагают ориентироваться на ведущие физические качества.

Одной из особенностей развития физических качеств, у дошкольников является гетерохронность (разновременность) их становления в разные возрастные периоды.

Возрастная динамика развития основных физических качеств детей раскрыта в работах В. С. Фарфеля [6], З. И. Кузнецовой [3] и др.

Для развития каждого физического качества имеются определенные сенситивные периоды онтогенеза, когда может быть получен наибольший его прирост. Они имеют специфические особенности проявления и индивидуальную программу развития, определяемую генетически.

С рождения каждый ребенок наделен соответствующей совокупностью различных потенциалов, заложенных в него наследственными программами индивидуального развития. Это такие потенциалы как оздоровительный, образовательный и воспитательный, которые способствуют развитию физических качеств у детей старшего дошкольного возраста.

Рассмотрим, что означает само слово “потенциал”. Из музыкально–педагогического словаря Л.Д. Глазыриной и Е.С. Поляковой “потенциал” – совокупность наличных средств, возможностей в некоей области, некоем отношении; Потенциал – возможности человека в развитии и саморазвитии его личности [1].

В большом энциклопедическом словаре слово [4] “потенциал” (от лат. *potentia* – сила) – источники, возможности, средства, запасы, которые могут быть использованы для решения какой–либо задачи, достижения определенной цели; возможности отдельного лица.

По другой версии “потенциал” означает возможность группы детей, или отдельного ребенка выполнять какие-либо действия продуктивно и, при этом ставить для себя более высокие цели для дальнейшего их достижения.

С точки зрения психологии ”потенциал развития физических качеств“ – это процесс развития физических качеств путем использования функциональных резервов, а также формирования и совершенствования двигательных навыков на основе сложных комплексов условных и безусловных рефлексов.

Для того чтобы понять используют ли дети старшего дошкольного возраста весь свой потенциал, данный им от рождения, во время развития физических качеств, необходимо проанализировать ряд их внутренних и внешних, психических и физиологических возможностей и способностей.

К внутренним показателям, можно отнести самочувствие, физическое и психологическое здоровье. К внешним – такие показатели, которые формируются у детей старшего дошкольного возраста, как раз благодаря различными внутренними факторами. Это навыки, полученные им во время своего физического и психологического взросления, ответственность при выполнении поставленной задачи и т.д.

Таким образом, очевидно, что высокого уровня развития физических качеств достигнут те дети, которые будут использовать свой потенциал не по минимуму, боясь даже думать о тех немалых способностях, которыми их одарила природа, а как раз по максимуму. И вряд ли конечно детям старшего дошкольного возраста получится воспользоваться своим потенциалом на все 100%. Вот в этом и заключается основная проблема развития физических качеств у детей старшего дошкольного возраста, что большинство детей используют свой потенциал на 50% и даже меньше.

Список литературы:

1. Глазырина Л.Д. Музыкально-педагогический словарь / Л.Д. Глазырина, Е.С. Полякова. – Минск: Беларуская навука, 2017. – 363 с.
2. Дудьев В.П. Психомоторика: словарь-справочник / Дудьев В. П. – М. : Владос, 2008. – 368.
3. Кузнецова З. И. // Физ. Культура в шк., 1975. № 1.
4. Прохоров А. М. Большой энциклопедический словарь / Ред. Прохоров А. М. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Большая Российская энциклопедия, 2000. – 1456 с
5. Ушакова Д. Н. Толковый словарь русского языка / Д.Н. Ушакова. — М.: Гос. ин-т ”Сов. энцикл.; ОГИЗ; Гос. изд-во иностр. и нац. слов., 1935–1940. (4 т.).
6. Фарфель В. С. Двигательные качества и их физиологическая характеристика // Всесоюз. симпозиум по физиологии спорта: тез. докл. М., 1959. – 13–16 с.
7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. пособие / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2010. – 480 с.