

УДК 373.2.02

Юрицына Наталья Александровна,
МБДОУ № 127, г. Тверь
e-mail: ds127@detsad.tver.ru

**УЧЁТ ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ
ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО-
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ**

Аннотация: В статье обосновывается необходимость учета индивидуально-типологических особенностей детей на занятиях физкультурой, рассматриваются специфические возрастные особенности нервной системы детей дошкольного возраста и особенности проявлений различных типов темперамента на этапе дошкольного детства, приводятся рекомендации по учету индивидуально-типологических особенностей дошкольников в процессе непосредственно-образовательной деятельности по физическому развитию.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическое развитие, нервная система, индивидуально-типологические особенности, темперамент.

Yuritsyna Natalia Alexandrovna,
MBDOU № 127, Tver
e-mail: ds127@detsad.tver.ru

**THE INDIVIDUAL-TYOLOGICAL PECULIARITIES OF PRESCHOOL
CHILDREN IN THE PROCESS DIRECTLY EDUCATIONAL
ACTIVITIES PHYSICAL DEVELOPMENT**

Abstract: the article substantiates the necessity of individual-typological characteristics of children in physical education classes, discusses the specific age peculiarities of nervous system in children of preschool age and features of the different types of temperament on the stage of early childhood, privadas recommendations with regard for individual typological peculiarities of preschool children in the process of direct educational activities for physical development.

Key words: physical education, physical development, nervous system, individually-typological features, temperament.

Совершенствование системы физического развития детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных организациях во многом обусловлено уровнем научной обоснованности методов физической подготовки детей данного возраста. Поскольку двигательная активность детей является одновременно и условием, и стимулирующим фактором развития когнитивной, эмоциональной, волевой и других сфер личности, очевидна необходимость научной разработки вопросов физического воспитания детей дошкольного возраста. Именно в дошкольном возрасте интенсивно развиваются жизненно важные базовые локомоторные навыки и умения, закладывается фундамент двигательного опыта как основа в последствие вся двигательной деятельности человека. Разработка и подбор методов физической подготовки в дошкольном возрасте невозможны без знаний закономерностей развития основных физических качеств и их зависимости от ряда важнейших факторов, в частности от индивидуальных особенностей нервной системы ребенка.

В соответствии с ФГОС ДО физическое развитие в дошкольном возрасте включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в

питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

На необходимость учета индивидуально-типологических особенностей детей на занятиях физкультурой указывали многие авторы. Так, Гогунев Е.Н. и Мартьянов Б.И. [1] среди главнейших принципов физического воспитания наряду с принципом оптимальной трудности заданий, предполагающего учет координационной сложности упражнения, величины затрачиваемых физических усилий, степени осмысления детьми сложности задания и др. указывали на принцип индивидуализации, который проявляется в выборе и выполнении учебных заданий: у каждого человека складывается собственный темп овладения учебным материалом (в зависимости от способностей, уровня подготовленности, типологических особенностей темперамента и характера) и индивидуальный оптимальный уровень нагрузки (в психофизиологическом аспекте). В соответствии с этим учитель физической культуры обязан индивидуализировать меру воздействия на детей.

Макеева В.С. и Бойко В.В. [4] отмечали, что эффективность физического воспитания обеспечивается использованием дифференцированного подхода, учитывающего возраст, состояние здоровья, физическую подготовленность, включая поддержку и развитие природных свойств и индивидуальных особенностей ребенка (типа высшей нервной деятельности, темперамента).

Темперамент рассматривают как сочетание индивидуально-психологических особенностей личности, которые характеризуют динамическую, эмоционально-волевою стороны ее поведения и деятельности, обусловленные типом высшей нервной деятельности. Различные комбинации трех основных свойств нервной системы образуют четыре резко очерченных типа высшей нервной деятельности, каждому из

которых соответствует определенный тип темперамента: 1) сильный уравновешенный подвижный тип (сангвиник); 2) сильный уравновешенный инертный тип (флегматик); 3) сильный неуравновешенный тип (холерик); 4) слабый тип (меланхолик)[2].

К специфическим возрастным особенностям нервной системы детей раннего и дошкольного возраста относятся: слабость возбудительного и тормозного процессов, их неуравновешенность; очень высокая чувствительность; более быстрое по сравнению с взрослыми восстановление сил. В связи с этим в детском возрасте типологические свойства ярче обнаруживаются у представителей уравновешенного, инертного и слабого типов, так как у них проявление типа контрастирует с возрастными особенностями поведения. Для детей-сангвиников характерно преобладание хорошего настроения. Они жизнерадостны. На положительные стимулы реагируют громким смехом, на отрицательные - не менее громким плачем. Все внутренние переживания у них проявляются внешне. С удовольствием и энергично дети-сангвиники берутся за новое дело, испытывая и проявляя при этом яркие положительные эмоции. Их движения очень выразительны, детей с этим видом темперамента отличает живая мимика. Но чувства, интересы и настроения этих детей неустойчивы. Нередко они бросают начатое дело и тут же берутся за новое. У детей-холериков часто меняется настроение. Эмоции имеют крайние проявления: они не плачут, а рыдают, не улыбаются, а хохочут. Очень бурно реагируют холерики на внешние раздражители, они несдержанны, нетерпеливы, вспыльчивы. Такие дети очень активны, что прежде всего заметно в сфере движений: они предпочитают подвижные игры, игры с элементами спорта, а нередко просто бегают по группе или игровой комнате. Навыки формируются у них долго и с трудом перестраиваются. Движения детей прерывисты. Дети-холерики испытывают трудности в переключении и концентрации

внимания. Таких детей трудно дисциплинировать. Дети-флегматики отличаются низкой эмоциональностью, невыразительной, бедной мимикой. Эмоции проявляются неявно: негромко смеются и тихонько плачут. Для таких детей характерны высокая работоспособность, умение делать все тщательно, кропотливо, длительно концентрироваться на выполнении задания, например, долго наблюдать за заинтересовавшим их объектом. Дети-меланхолики очень ранимы, долго помнят и переживают обиды, нередко подвержены страхам. Характеризуются повышенной чувствительностью. Движения и мимика у таких детей обычно вялые. Нервная система их быстро истощается, особенно при нарушении режима дня, в новой обстановке быстро наступает переутомление, работоспособность снижается. Ребенок-меланхолик нуждается в длительном отдыхе для восстановления сил. К общению со сверстниками он не стремится, предпочитает одиночные игры. Речь малыша очень тихая, невыразительная[5].

В процессе непосредственно-образовательной деятельности по физическому развитию детей в дошкольном образованном учреждении необходимо учитывать свойства доминирующих типов их темпераментов. У дошкольников - холериков надо стараться путем тренировки развивать отстающий тормозной процесс, вырабатывать умение тормозить себя, свои импульсивные реакции. От этих воспитанников надо мягко, но настойчиво требовать спокойных, нерезких движений, воспитывать сдержанность при выполнении физических упражнений и игр, правильную последовательность действий. Энергию и активность, разумную инициативность холерика следует поощрять. Важно исключить перевозбуждение ребенка-холерика, добиваться от него сдержанного поведения, давать ему возможность реализовать потребность в двигательной нагрузке. При этом необходим систематический контроль за выполнением физических упражнений, соблюдением правил подвижных

игр, качеством и полнотой выполнения физических упражнений и требований педагога. Что касается детей-меланхоликов, то в отношениях с ними необходимы мягкость, тактичность, чуткость и доброжелательность, поскольку чрезмерная строгость еще больше затормаживают их и приводит к снижению работоспособности. Необходимо давать им возможность больше действовать и проявлять активность в спортивных играх. При этом необходимо соблюдать постепенность в тренировке работоспособности, помня о том, что утомление у таких детей наступает быстрее. Следует чаще поощрять таких детей, поддерживать у них положительную самооценку и позитивные эмоции, выражать уверенность в их силах, создавать ситуации успеха, развивать активность и смелость. У флегматика следует развивать недостающие ему качества - большую подвижность, активность, не допускать, чтобы он проявлял безразличие к деятельности, вялость, инертность. Следует больше активизировать деятельность детей-флегматиков, преодолевать равнодушие, безразличие, которое может возникнуть у них, чаще заставлять таких учащихся работать на занятии в определенном темпе. У воспитанников - сангвиников надо воспитывать усидчивость, более серьезное отношение к занятиям по физкультуре. У сангвиника следует развивать волевые качества, не допускать поверхностного, небрежного выполнения им физических упражнений, необходимо требовать от ребенка доводить начатое дело до конца [3,5].

Таким образом, для инструктора по физической культуре очень важно учитывать индивидуально-типологические особенности саморегуляции деятельности и поведения детей. Учет индивидуально-типологических особенностей дошкольников в процессе непосредственно-образовательной деятельности по физическому развитию в дошкольном образовательном учреждении предполагает не изменение типа темперамента ребенка (что практически невозможно), а использование наиболее оптимальных путей,

форм и методов физического воспитания, тактики формирования саморегуляции, самоуправления динамикой поведения и деятельности применительно к особенностям типа нервной системы (темперамента) воспитанников.

Список литературы:

1. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 288 с.
2. Гонина О.О. Психология: краткий курс лекций для бакалавров. М.: Спутник+, 2014. - 141 с.
3. Косякова О.О. Детская психология. Тверь: ТвГУ, 2005. - 68 с.
4. Макеева В.С., Бойко В.В. Дифференцированный подход в физическом воспитании дошкольников // Здоровье, физическое развитие и образование состояние, проблемы и перспективы: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Екатеринбург: ГОУ ВПО «РГППУ», 2007. - С. 21-26.
5. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 336 с.