МБДОУ «ЦРР – Детский сад № 14»

Хмелёва В.Т.

Физическое воспитание

мальчиков и девочек

Современное состояние науки и практики дошкольного образования свидетельствует о необходимости учета половых различий.

Особенности развития движений у дошкольников в зависимости от пола одной из первых исследовала Е. Г. Леви-Гориневская. Ею были получены данные, свидетельствующие об отставании девочек от мальчиков по результатам большинства контрольных упражнений. Например результаты мальчиков в беге, прыжках и метании превышают результаты девочек. Девочки же выполняют лучше мальчиков упражнения на гибкость и равновесие.

Известно, что двигательные способности начинают проявляться уже в дошкольном возрасте. Для детей младшего и среднего возраста наиболее значимы скоростно-силовые способности, а для детей 6 лет - скоростные способности и выносливость, а для детей 7-го года жизни - скоростные и координационные способности. Но сензитивные периоды развития двигательных способностей для девочек и мальчиков не совпадают, и наиболее целесообразно организацию занятий физическими упражнениями у дошкольников проводить по следующей схеме:

1. для мальчиков младшей группы направленность основных упражнений должна быть главным образам на развитие скоростно-силовых качеств, а для девочек этой группы должны использоваться упражнения в основном на развитие выносливости.

2. для мальчиков средней группы - как на развитие скоростно-силовых качеств, так и на совершенствование выносливости, а для девочек средней группы - на развитие скоростно-силовых качеств.

3. для мальчиков старшей группы - на развитие выносливости, для девочек - на комплексное развитие скоростно-силовых качеств и выносливости.

Следует отметить, что на протяжении всего дошкольного периода выявляется и положительная связь морфологических показателей - роста и веса. При этом в младшем дошкольном возрасте эта связь более выражена, а с возрастом уменьшается.

Формирование соответствующего полоролевого поведения мальчиков и девочек - задача дошкольного учреждения, и осуществляться оно должно не только воспитателем, но и всеми педагогами, работающими с детьми, в том числе и руководителем физического воспитания.

Формирования основ полоролевого поведения возможно при создании следующих педагогических условий:

• Формирование системы представлений о мужчинах и женщинах, особенностях их поведения.

• Разработка методов, способствующих развитию элементов «женского» и «мужского» поведения.

\* Моделирование социокультурной среды, создающей условия для реализации детьми стиля и действий, характерных для мужского и женского типов поведения.

• Взаимодействия с семьей в формировании основ полоролевого поведения детей дошкольного возраста.

В младшем дошкольном возрасте активно познаются название полов, особенности внешнего облика их представителей. Ребенок усваивает свою половую принадлежность, но еще не осознает, каким содержанием должны быть наполнены слова «мальчик» и «девочка». На физкультурных занятиях нужно акцентировать внимание детей на принадлежность их к определенному полу. Например : « Мальчики берут мячи и подбрасывают Вверх ловя их. А теперь девочки. Кто здесь девочки? Подняли руки вверх! Умницы, девочки, опустили руки. Девочки ходят по гимнастической скамейке, идут по ней, ручки в стороны, спинки прямые.»

С четырех лет формируются активное отношение ребенка к окружающим как к представителям полов. Разделение на мальчиков и девочек и осознание себя представителем определенного пола основывается на восприятии анатомических половых различий.

На физкультурных занятиях важно обращать внимание детей на различия в проведении характера движений мальчиков и девочек, подбирая соответствующие общеразвивающие упражнения. С этого возраста следует разделять роли в установке и уборке физкультурных снарядов. Девочкам и мальчикам должны предъявляться разные требования к выполнению одних и тех же движений: четкости, ритмичности, затратами дополнительных усилий (для мальчиков); пластичности, выразительности, грациозности (для девочек). В упражнениях и подвижных играх можно закрепить представления детей о мужских и женских именах, профессиях, одежде, игрушках.

Физкультурные досуги также можно проводить на тему «Мы мальчики», «Мы девочки», где в двигательной деятельности следует закрепить определенные половые стереотипы в поведении детей.

В старшем дошкольном возрасте появляется восприятие своего пола с точки зрения принадлежности к группе, объединенной общностью интересов ее представителей, возникновение ориентации на образ «Я» мальчика или девочки. На занятиях по физкультуре для построения можно использовать условные обозначения мальчиков и девочек. В формировании знаний дошкольников о видах спорта необходимо акцентировать внимание детей на мужские и женские виды спорта, а также на деятельность мужчины и женщины в видах спорта, предусматривающих выступление смешанных пар.

В старшем дошкольном возрасте эффективно и на физкультурных праздниках предусматривать часть заданий отдельно для девочек и для мальчиков, а также показательные выступления, на которых мальчики показывают свое мастерство в силе, ловкости, быстроте, а девочки состязаются в гибкости, грации, двигательном творчестве. Целесообразно,

чтобы мальчики и девочки на физкультурных занятиях носили разную физкультурную форму.

Учет половых особенностей дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями может вестись по нескольким направлениям.

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

1. Одно из двух занятий в неделю проводиться раздельно для мальчиков.

2. Все занятия проводятся совместно, но части заданий имеют отличия для девочек и мальчиков. Этот вариант проведения занятий тоже имеют две разновидности: - в подготовительной и заключительной частях дети выполняют упражнения все в месте, 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 предлагают разные варианты для мальчиков и девочек (например, в ОРУ - исходные положения; в полосе препятствий - условия преодоления препятствий: мальчики перелезают, девочки подлезают; в метании - расстояние до цели). При этом варианте организации занятий, для того чтобы не снижать моторную плотность, целесообразно иметь карточки-задания, графически отображение действий мальчиков и девочек.

Нормирование физической нагрузки. В большей степени должно основываться на индивидуальных особенностях детей: состоянии здоровья, физической подготовленности. Руководитель физического воспитания должен помнить, что упражнения, требующие проявления силы, должны очень осторожно использоваться в физическом воспитании дошкольников вообще, и особенно у девочек.

Методика обучения сложным двигательным действиям. Существует ряд упражнений, которыми мальчики овладевают легко, в то время как у девочек они вызывают значительные трудности и большего времени для овладения ими. И наоборот. Это требует от руководителя физического воспитания иных методических подходов, что приводит к необходимости построения различных схем овладения данными видами движений мальчиками и девочками ( разное число повторений, выбор подводящих и подготовительных упражнений, использование вспомогательного оборудования).

Педагогическое руководство двигательной деятельностью детей. Организуя двигательную деятельность дошкольников, должен помнить, что ее успешность во многом зависит от учета половых особенностей девочек и мальчиков. Так, для мальчиков старшего возраста наиболее благоприятен режим большой двигательной активности, в то время как для девочек этого возраста оптимален режим средней двигательной активности. На физкультурных занятиях следует учитывать различия эмоциональности детей. Девочки очень эмоционально реагируют на все оценки - и на

положительные, и на отрицательные, - мальчики реагируют изобретательно и только на значимые для них оценки.

Участие детей в играх и соревнованиях. На совместных занятиях нужно подбирать игры, задания, эстафеты нейтрального содержания, интересные и для девочек, и для мальчиков. При этом необходимо учитывать, что уровень трудности выбираемого ребенком двигательного задания во многом зависит от сформированного у него типа полоролевого поведения:

-у маскулинных детей самые высокие показатели уровня притязаний.

Маскулинными детьми отвергается ситуация неудачи, они стремятся к самоутверждению, часто через самовосхваление;

-у феминных детей отсутствуют такие качества, как упорство, нацеленность на преодоление трудностей. Они часто снижают притязания, боясь неудачи. В поражении обвиняют себя;

-у андрогинных детей результат выполнения задания связывается с наличием или отсутствием у себя необходимых усилий и терпения; - недифференцированные дети с появлением опыта выполняемой деятельности неадекватно повышают притязания. Они склонны к

самообвинению.

В эстафетах первыми и последними следует ставить андрогинных детей. Феминных и маскулинных в середине. Поставленные в конце, феминные дети в случае проигрыша могут стать объектом претензий партнеров. Маскулинные дети, поставленные в конце, в случае проигрыша вообще могут отказаться выполнять задание, обидевшись на всех.

***Двигательные предпочтение детей.*** Дети предпочитают те упражнения, которые у них лучше получаются. Мальчики любят спортивные игры, а девочки - ленты, скакалки, обручи. Необходимо учитывать не только половые, но и индивидуальные особенности, склонности и интересы детей, так как иногда девочки проявляют интерес к упражнениям с видимой «мальчишеской» направленностью, и наоборот. Половая принадлежность не должно использоваться в качестве довода против какой-либо двигательной деятельности.

***Взаимодействие детей в процессе выполнения физических упражнений.***

В процессе занятий физическими упражнениями педагогу периодически необходимо делить детей на группы, подгруппы, на пары. Часто при делении на команды используется методический прием, когда капитаны сами выбирают себе партнеров. У дошкольников преобладают игровые объединения, однородные в отношении пола входящих в них дети, поэтому при стихийном образование команд они чаще всего бывают однополыми.

***Система поощрений и наказаний.*** Для мальчиков важно знать, хорошо ли он выполнил задание, и не очень важно, как оценивается взрослым его поведение. Для девочек важнее понравилась ли она. Однако для мальчиков, и для девочек, важно чтобы сначала педагог похвалил за старание.

***Требование к качеству выполнения заданий.*** Девочкам и мальчикам должны предъявляться разные требования к выполнению одних и тех же движений; четкость, ритмичность, затраты дополнительных усилий (для мальчиков); пластичность, выразительность, грациозность (для девочек).

***Инвентарь и оборудование.*** В зале должны быть предметы, которые дети выбирать для самостоятельных занятий, а также атрибуты для тематических игр, приводимых отдельно с мальчиками и девочками.

***Расстановка и уборка снарядов.*** Действия детей по расстановке и уборке снарядов должны носить выраженный дифференцированный по полу характер. Не зависимо от уровня физической подготовленности детей.

***Диагностика физического состояния.*** При оценке физического состояния дошкольников следует ориентироваться не только на половые различия, но конституциональный тип ребенка.

Дошкольный возраст - наиболее благоприятный период для формирования полоролевого развития ребенка. Если педагогический процесс в этом направлении начинается с опозданием, то это уже перевоспитание, которое не может в полной мере компенсировать проблемы, допущенные на предыдущих этапах. Учет половых особенностей дошкольников позволит педагогу, добиться высоких результатов, не нарушая ход становления личности, заложенный природой.

Февраль 2014 г.