

## Интегрированный подход в физическом воспитании дошкольников

С.Б. Шарманова

Состояние здоровья подрастающего поколения вызывает обоснованную тревогу в обществе и государстве. Результаты комплексных медицинских обследований, проведенных в различных регионах нашей страны, свидетельствуют о высокой патологической пораженности детей дошкольного возраста: лишь 10% из них признаны здоровыми [4]. Ухудшение здоровья детей долгое время рассматривалось лишь как результат неблагоприятного воздействия социально-экономических, экологических и ряда других факторов. Однако, как свидетельствуют исследования Института возрастной физиологии Российской академии образования, не менее значимо отрицательное воздействие на здоровье комплекса педагогических факторов. К ним относят прежде всего интенсификацию учебно-познавательной деятельности (постоянное увеличение объема и темпа учебной нагрузки), преждевременное начало дошкольного систематического обучения, несоответствие программ и технологий обучения функциональным и возрастным особенностям детей, несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации образовательного процесса [1, с. 13].

Министерство образования и науки Российской Федерации также отмечает негативную практику неправомерного увеличения умственной и физической нагрузки воспитанников дошкольных образовательных учреждений. Особую озабоченность вызывает превышение количества занятий в течение дня и их длительности без учета возрастных воз-

можностей дошкольников. Подобная нагрузка приводит не только к выраженному утомлению детей, но и к серьезным нарушениям в режиме дня: сокращению прогулки, дневного сна, времени для самостоятельной игровой и двигательной деятельности, что отрицательно сказывается на состоянии здоровья детей.

В инструктивно-методическом письме «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» Министерства образования от 14.03.2000 № 65/23-16 обращается внимание на целесообразность и преимущество использования интегрированных занятий, которые позволяют гибко реализовать в режиме дня различные виды детской деятельности, а также сократить количество занятий в целом и их общую продолжительность [3, с. 145–148].

Необходимо отметить, что, несмотря на различие культур, своеобразие путей развития педагогической науки и практики, системы дошкольного образования разных стран мира объединяют общие проблемы. Речь идет об определении содержания, форм, средств и методов, наиболее подходящих для гармоничного психофизического и социального развития детей. Большинство зарубежных программ делают **акцент на интегрированный характер учебного курса**, т.е. отказ от проведения занятий по отдельным дисциплинам, и гибкость форм и методов работы воспитателя [6, с. 108–111].

Модернизация дошкольного образования на основе интеграции разделов образовательных программ требует пересмотра форм организации и содержания педагогического процесса, в том числе и физического воспитания. Однако, по мнению многих авторитетных специалистов [2, 4], сложившаяся система физического воспитания ориентирована главным образом на телесное развитие детей, поскольку в процессе физкультурной деятельности решаются задачи преимущественно двигательного характера. В то же время интегра-

ция познавательной и двигательной активности в процессе физического воспитания способствует эффективному решению как образовательных, так и оздоровительных задач.

Необходимо отметить, что с самого начала использования термина «интеграция» как в зарубежной, так и в отечественной педагогике существует многозначность, вариативность его трактовки. Это означает не только возможность разной акцентуации этого термина, но и специфичность понимания его сущности, а также реализации в разных странах и регионах мира [5]. В обучении интеграция осуществляется путем слияния в одном синтезированном курсе (теме, разделе программы) элементов разных учебных предметов.

Как указывает G.J.Craig, у дошкольников сложно провести границу между физическим, моторным и перцептивным развитием, с одной стороны, и когнитивным – с другой [8]. Все, что ребенок делает в течение первых лет своей жизни, становится основой не только для формирования последующих двигательных навыков, но и для когнитивного, социального и эмоционального развития. Хотя еще П.Ф. Лесгафт рассматривал двигательную деятельность как фактор всестороннего развития личности, у многих педагогов и родителей имеет место одностороннее представление о физическом воспитании как узконаправленном процессе телесного развития детей. Между тем в физкультурной деятельности проявляется единство человека как биологического, социального и культурного существа. Сочетая духовное и физическое, физическая культура обладает большими возможностями для формирования целостной личности [2].

Интегрированные занятия в рамках одного раздела воспитания решают различные задачи развития детей и строятся на сочетании разных видов деятельности (двигательной, познавательной, игровой и т.п.). Необходимым педагогическим условием

реализации методики интегрированных занятий по физической культуре в ДОУ является обеспечение целостности педагогического процесса на основе согласования содержания разных разделов образовательной программы и совместного планирования образовательного процесса воспитателем и освобожденными специалистами (инструктором физкультуры и др.).

В процессе педагогического эксперимента была доказана **эффективность применения интегрированных занятий по физической культуре** в образовательном процессе ДОУ. Ниже в качестве примера приводится одно из занятий, апробированных на базе МДОУ детский сад № 350 г. Челябинска. Предлагаемое занятие предусматривает интеграцию таких разделов образовательной программы, как физическое воспитание и развитие речи, приобщение к художественной литературе. При разработке содержания занятия учитывалось, что одной из характерных особенностей детей данного возраста является необычайная тяга к ритмически организованному складу речи, звучным ритмам и рифмам, выразительной интонации. Круг чтения в связи с этим у младших дошкольников составляют главным образом произведения русского фольклора – пестушки, потешки, частушки, а также народные сказки.

**Интегрированное занятие по физической культуре «По дорогам сказки»**  
(Вторая младшая группа)

**Место проведения** – спортивная площадка, по периметру которой двумя линиями обозначена дорожка шириной 40 см; на одной стороне площадки между стойками на высоте 40 см натянута бельевая резинка длиной 3 м.

**Инвентарь:** иллюстрации к сказкам «Колобок», «Курочка Ряба», «Теремок»; маска-шапочка курицы-наседки; мячи среднего диаметра, кубики по количеству детей; большая корзина для мячей; бубен.

**Задачи физического воспитания:**  
1) закрепить умение передвигаться в колонне по одному разными способами, сохраняя дистанцию; 2) совершенствовать функциональные возможности детского организма; 3) формировать интерес к физкультурной деятельности.

**Задачи умственного воспитания:**  
1) закрепить умение узнавать знакомое литературное произведение при повторном слушании; 2) формировать умение, стимулировать стремление подхватывать слова и строки знакомых литературных произведений; 3) воспитывать эмоциональное отношение к литературным произведениям, стимулировать стремление содействовать и соперничать героям произведений.

**Ход занятия.**

### **I. Подготовительная часть.**

Дети выходят на спортивную площадку и строятся в колонну по одному на обозначенной по периметру площадки дорожке.

Воспитатель обращается к малышам:

Здравствуй, детишки,  
Девчонки и мальчишки!  
По дороге мы пойдем,  
Дружно, весело пойдем,  
Дружно, весело пойдем, –  
Вместе в сказку попадем!

### **Игровое упражнение «По ровненькой дорожке».**

Дети в колонне по одному идут по размеченной дорожке со словами:

Токи-токи-тошки,  
Шагают наши ножки.  
Дорожка кривая,  
Ни конца, ни края.  
Топ, топ, топ, топ!  
Топ, топ, топ, топ!

**Правила:** 1) при передвижении в колонне сохранять дистанцию; 2) не заступать за края обозначенной дорожки.

### **II. Основная часть.**

Воспитатель:

Мы шли-шли-шли –  
И в сказку пришли!  
...По амбару метен,  
По сусекам скребен,

На сметане мешен,  
В печку жаркую сажен,  
На окошке стужен.  
Круглый бок, румяный бок,  
Покатился...

Дети:

Колобок!

Воспитатель:

Все быстрее ко мне бегите,  
Колобки-мячи берите!

### **1. Игровое упражнение «Колобок – румяный бок».**

На одной стороне площадки за обозначенной чертой заранее раскладывают мячи (по количеству детей) с интервалом 1 м.

Со словами:

Колобок, колобок,  
Колобок – круглый бок!  
Колобок, колобок,  
Колобок – румяный бок! –

дети подбрасывают мяч вверх и ловят. После слов:

Ты от бабушки ушел,  
Ты от дедушки ушел, –

бросают мяч вперед двумя руками из-за головы. После слов:

А от нас не уйдешь! –

бегут за мячом, берут его и возвращаются на свои места.

**Правила:** 1) действовать по сигналу; 2) подбрасывать мяч вверх двумя руками невысоко, стараться поймать его; 3) бежать за своим мячом, не наталкиваясь на бегущих рядом; 4) возвращаться на свое место.

Воспитатель:

Все ко мне скорее бегите,  
Колобки-мячи кладите!

Дети подходят к воспитателю и складывают мячи в корзину.

Воспитатель:

Будем дальше мы шагать,  
Сказку новую искать!

### **2. Игровое упражнение «По ровненькой дорожке».**

Дети строятся в колонну по одному и идут по размеченной дорожке со словами:

По ровненькой дорожке  
Шагают наши ножки:  
Топ, топ, топ, топ!  
Топ, топ, топ, топ!

Со словами:

По кочкам, по кочкам,  
По ухабам, по ухабам,  
Скок, скок, скок, скок!  
Скок, скок, скок, скок! –

продвигаются вперед подскоками с  
ноги на ногу. После слов:

По ухабам, по ухабам,  
Прямо в яму – бух! –

приседают.

*Правила:* 1) при передвижении в  
колонне сохранять дистанцию; 2) не  
заступать за края обозначенной до-  
рожки.

Воспитатель:

Мы шли-шли-шли –  
Сказку новую нашли:  
Курочка у бабушки  
С дедушкой жила.  
Не простое курочка  
Яичко им снесла.  
А какое?

Дети:

Золотое!

Воспитатель:

Дед бил, бил...

Дети:

Не разбил!

Воспитатель:

Баба била-била...

Дети:

Не разбила!

Воспитатель:

Мышка бежала,  
Хвостиком махнула,  
Яичко упало и...

Дети:

Разбилось!

Воспитатель:

Дед и баба плачут,  
А курочка кудахчет:  
– Не плачь, дед, не плачь, баба.  
Я снесу вам яичко другое,  
Не золотое, а...

Дети:

Простое!

Воспитатель:

Снесла курочка деду и бабе  
Простое яичко, да не одно,  
А много. А из них вылупились  
Ребятки – желтые...

Дети:

Цыплятки!

### 3. Подвижная игра «Наседка и цып- лята».

Дети («цыплята») и воспитатель  
(«наседка») стоят на одной стороне  
площадки за бельевой резинкой,  
натянутой между стойками на высоте  
40 см (это «курятник»). На проти-  
воположной стороне площадки в об-  
руче, лежащем на земле, находится  
водящий («большая птица»). «Насед-  
ка» выходит из «курятника» и от-  
правляется на поиски корма со сло-  
вами:

Вышла курочка гулять,  
Свежей травки пощипать,  
А за ней ребятки –  
Желтые цыплятки!

Дети-«цыплята» подлезают под  
резинкой и бегут к «наседке».

Воспитатель говорит:

Ко-ко-ко! Ко-ко-ко!  
Не ходите далеко.  
Лапками гребите,  
Зернышки ищите.

(Т. Волгина)

Дети ходят по площадке («ищут  
корм»), время от времени приседают  
и постукивают пальцами по коленям  
(«клюют»). По сигналу «Большая  
птица!» «цыплята» бегут в «курят-  
ник» и подлезают под резинкой,  
а водящий осаливает тех, кто не  
успел спрятаться в укрытие. Осален-  
ные выходят из игры. Затем выби-  
рают нового водящего, и игра повто-  
ряется.

*Правила:* 1) действовать по сигналу;  
2) когда дети убегают от водящего и  
подлезают под резинкой, воспитатель  
может приподнять ее повыше.

Воспитатель:

Будем дальше мы шагать,  
Сказку новую искать!

### 4. Игровое упражнение «По ров- ненькой дорожке».

Дети строятся в колонну по одному  
и идут по размеченной дорожке.

Со словами:

Большие ноги  
Шли по дороге:  
Топ, топ, топ,  
Топ, топ, топ! –

шагают большими шагами.

Со словами:

Маленькие ножки  
Бежали по дорожке:  
Топ-топ-топ, топ-топ-топ!  
Топ-топ-топ, топ-топ-топ! –

легко бегут мелкими шажками.

*Правила:* 1) при передвижении в колонне сохранять дистанцию; 2) не заступать за края обозначенной дорожки.

### III. Заключительная часть.

Воспитатель:

Мы шли-шли-шли –  
Сказку новую нашли!  
Стоит в поле теремок:  
Он не низок, не высок.  
Кто-кто в теремочке живет?  
Кто-кто в невысоком живет?

Дети:

Мышка-норушка!

Воспитатель:

Мышка-норушка  
Зернышки толчет,  
А потом румяные  
Пирог печет.  
Нужно в чистом поле  
Зернышки собрать,  
Будут все ребята  
Мышке помогать!

### Игровое упражнение «Бери зернышко».

На земле раскладывают кубики – «зернышки» (с интервалом не менее 1 м). Дети ходят между ними, стараясь аккуратно обходить, не наступая. По сигналу «Бери!» останавливаются, берут близлежащий кубик, поднимают его вверх, затем кладут на землю и снова ходят.

*Правила:* 1) ходить, не опуская головы; 2) смотреть вперед; 3) уступать друг другу дорогу; 4) брать только один кубик, ближе всего расположенный в момент сигнала.

Воспитатель:

Мы по сказкам прогулялись,  
Поиграли, посмеялись!  
А теперь, детвора,  
Нам домой идти пора!

### Литература

1. Безруких М.М. Решение проблем охраны здоровья школьников в рам-

ках региональных программ «Образование и здоровье» // Ребенок и Север: проблемы формирования здоровья и адаптации детей и молодежи в среде обитания: Тез. докл. XXXIX Международ. науч.-практ. конф. – Мурманск, 2001.

2. Выдрин В.М., Курамшин Ю.Ф., Николаев Ю.М. Осмысление интегративной сущности физической культуры – магистральный путь формирования ее теории // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 5.

3. Инструктивно-методическое письмо «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» // Дошкольное воспитание. – 2000. – № 5.

4. Козлов И.М. Проблемы физического воспитания дошкольников // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 2.

5. Назарова Н.М. Понятие интеграции в специальной педагогике // Понятийный аппарат педагогики образования: Сб. науч. тр. – Екатеринбург: Изд-во «СВ-96», 1998. – Вып. 3.

6. Сорокова М.Г. США, Германия: общие подходы к воспитанию и образованию // Дошкольное воспитание. – 2000. – № 1.

7. Шарманова С.Б. «Веселый Петрушка». Физкультурные досуги в физическом воспитании детей младшего дошкольного возраста: Уч.-метод. пос. – Челябинск: УралГАФК, 2002.

8. Craig G.J. Human development. – New Jersey: Prentice Hall Upper Saddle River, 2001.

Светлана Борисовна Шарманова – канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Уральского государственного университета физической культуры, г. Челябинск.