Пути развития психомоторных навыков детей старшего дошкольного возраста

Содержание

Введение…………………………………………………..………………………3

Глава 1. Теоретические аспекты изучения развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе……………………...……7

1.1. Особенности процесса подготовки детей к обучению в школе в психологo - педагогической литературе ………………………………………7

1.2. Развитие психомоторных навыков как средство подготовки детей к обучению в школе.………………………………………………………………20

Выводы по 1 главе…………………………………………………………...…..30

Глава 2. Эмпирическое исследование развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе………………………….…..31

2.1. Характеристика методов и выборки исследования………………………31

2.2. Анализ полученных результатов…………………………………………..37

Выводы по 2 главе …………………………………………………..…………53

Заключение …………………………………………………………………..…54

Список литературы…………………………………………………….…….…57

Приложения…………………………………………………………………..…61

Введение

Актуальность исследования. Подготовка детей к обучению в школе выступает основанием преемственности дошкольного и начального общего образования, и предполагает формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования. Подготовка к обучению детей - это длительный и творческий процесс, в котором важную роль играют общее интеллектуальное и физическое развитие, овладение ребенком основными культурными способами деятельности, устной речью, воображением.

Готовность детей к школьному обучению заключается не только в количественном запасе представлений, но и в уровне развития познавательных процессов, в умении обобщать и дифференцировать соответствующие категории предметов и явления окружающего мира. Развитие крупной и мелкой моторики, волевых качеств, проявление инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности, умение наблюдать, экспериментировать, подчинятся разным правилам и социальным нормам, запоминать также имеют значение в подготовке детей к обучению в школе, так как многие первоклассники при поступлении в школу переживают адаптационный стресс.

Изучением процесса подготовки детей к обучению в школе занимались такие ученые, как М.М.Безруких, Л.С.Выготский, И.В.Дубровина, А.В.Запорожец, Е.Е.Кравцова, А.Н.Леонтьев, В.С.Мухина, Д.Б. Эльконин. Они включают в понятие готовности к обучению понимание ребенком смысла учебных задач, осознание способов выполнения действия, навыки самоконтроля и самооценки, развитие волевых качеств, умение наблюдать, слушать, запоминать, добиваться решения поставленных задач.

Оптимизации процесса подготовки детей к обучению в школе способствует и развитие психомоторных навыков. Именно психомоторные навыки, которые включают в себя координацию движений, мелкую и крупную моторику, выступают в качестве основных коррелятов развития познавательной активности ребенка.

Изучением развития психомоторных навыков у дошкольников занимались Е.Е.Антипова, В.М.Бехтерева М.А.Васильевой, Н.С.Лейтеса, А.Н.Леонтьева, Б.А.Никитюк, И.М. Сеченова, которые подчеркивали, что психомоторные навыки эффективно формируются с помощью специально разработанного комплекса упражнений и игр, направленных на развитие памяти, восприятия, письма.

Однако, несмотря на многочисленные исследования проблемы подготовки детей к обучению в школе, а также проблемы формирования психомоторных навыков, проблема развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе по-прежнему изучена недостаточно. Это и составило тему нашего исследования.

Цель исследования: изучить развитие психомоторных навыков, включающих в себя координацию движений, мелкую и крупную моторику, как средство подготовки детей к обучению в школе.

Объект: процесс подготовки детей к обучению в школе.

Предмет: развитие психомоторных навыков как средство подготовки детей к обучению в школе.

Рабочая гипотеза исследования: разработанный нами комплекс игр и упражнений достоверно способствует развитию психомоторных навыков, являясь одним из значимых средств подготовки детей к обучению в школе.

В соответствии с поставленной целью и гипотезой выдвинули ряд задач:

1. Охарактеризовать процесс подготовки детей к обучению в школе.

2. Выявить особенности развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе.

3. Подобрать психодиагностические методики для проведения эмпирического исследования.

4. Организовать эмпирическое исследование по изучению развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе.

Методологическую основу исследования составили следующие положения:

1. Подготовка детей к обучению в школе - это процесс овладения умениями, знаниями, способностями, мотивацией и другими необходимыми для оптимального уровня (развития) школьной программы поведенческими характеристиками (А.Анастази).

2. Психомоторное развитие - это развитие интеллектуальных и двигательных навыков в зависимости от возраста, врожденных и наследственных качеств ребенка (Н.И.Конюхов).

3. Мелкая моторика - это одна из сторон двигательной сферы, которая непосредственно связана с овладением предметными действиями, развитием продуктивных видов деятельности, письмом, речью ребенка (Е.К.Бережная).

Методы исследования:

1. Теоретический: анализ научной литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирический: формирующий эксперимент, диагностические методики (Ориентационный тест школьной зрелости Керна - Йирасека, методика определения психологической и социальной готовности к школе, упражения по методике Э.Я.Степаненковой).

3. Организационный: сравнительный метод.

4. Метод обработки эмпирических данных: качественный и количественный метод обработки материалов (процентное соотношение показателей и угловое преобразование Фишера).

Значимость исследования: составлен комплекс игр и упражнений, способствующий развитию психомоторных навыков, которые, в свою очередь, эффективно влияют на подготовку детей к обучению в школе.

База исследования: «МБДОУ детского сада №38 городского округа Самара». Исследованием охвачено 43человека

Структура работы: бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

Глава 1. Теоретические аспекты изучения развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе

* 1. Особенности процесса подготовки детей к обучению в школе   
     в психолого-педагогической литературе

Подготовка детей к обучению в школе является важным этапом психического развития в период дошкольного детства и залогом успешного обучения в школе. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, задает целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

1. Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности.

2. Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства.

3. Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре.

4. Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний.

5. У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

6. Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками.

7. Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, склонен наблюдать.

Концепции готовности к школьному обучению как комплексу качеств, образующих умение учиться, придерживались многие ученые, в том числе А.В.Запорожец, А.Н.Леонтьев, В.С.Мухина [28,с.45]. Они включают в понятие готовности к обучению понимание ребенком смысла учебных задач, осознание способов выполнения действия, навыки самоконтроля и самооценки, развитие волевых качеств, умение наблюдать, слушать, запоминать, добиваться решения поставленных задач.

В своих исследованиях Л.С.Выготский выделял три основные линии, по которым должна вестись подготовка к школе:

Во-первых, это общее развитие. К тому времени, когда ребенок станет школьником, его общее развитие должно достичь определенного уровня. Речь идет в первую очередь о развитии памяти, внимания и особенно интеллекта. И здесь нас интересует как имеющийся у него запас знаний и представлений, так и умение, как говорят психологи, действовать во внутреннем плане, или, иными словами, производить некоторые действия в уме.

Во-вторых, это воспитание умения произвольно управлять собой. У ребенка дошкольного возраста яркое восприятие, легко переключаемое внимание и хорошая память, но произвольно управлять ими он еще как следует, не умеет. Он может надолго и в деталях запомнить какое-то событие или разговор взрослых, возможно, не предназначавшийся для его ушей, если он чем-то привлек его внимание. Но сосредоточиться сколько-нибудь длительное время на том, что не вызывает у него непосредственного интереса, ему трудно. А между тем это умение совершенно необходимо выработать к моменту поступления в школу. Равно как и умение более широкого плана - делать не только то, что тебе хочется, но и то, что надо, хотя, может быть, и не совсем хочется или даже совсем не хочется.

В-третьих, формирование мотивов, побуждающих к учению. Имеется в виду не тот естественный интерес, который проявляют дошкольники к школе. Речь идет о воспитании действительной и глубокой мотивации, которая сможет стать побудительной причиной их стремления к приобретению знаний. Все эти три линии одинаково важны, и ни одну из них нельзя упускать из виду, чтобы учеба ребенка не захромала с самого начала [18,с.45].

Единого определения понятия «подготовка детей к обучению в школе» в детской психологии нет по причине многогранности и многоплавности самой ее сути [3,с.130]. От того, как ребенок подготовлен к школе всем предшествующим дошкольным периодом развития, будет завесить успешность его адаптации, вхождение в режим школьной жизни его учебные успехи, его психическое самочувствие.

Школьное обучение требует от детей напряженного умственного труда и работоспособности, а предпосылки активной и сознательной учебы в школе формируются в период дошкольного возраста. Как подчеркивал Д.Б.Эльконин, переход на следующий более высокий этап развития детей определяется тем, насколько полно прожит предшествующий период, насколько созрели те внутренние противоречия, которые могут разрешиться путем такого перехода [55,с.167].

Успехи ребенка во многом зависят и от готовности организма к систематическому обучению, психических процессов и личностной готовности. Все это определяется морфологическим и функциональным развитием. Если ребенок физически ослаблен, считает Б.С.Волков, ему трудно будет сохранить осанку, сидя за партой, трудно работать на уроке из-за быстрой утомляемости [13,с.58].

По мнению И.Ю.Кулагиной, кроме физической готовности к школе необходима общая психологическая готовность. Это готовность к усвоению определенной части культуры, включенной в содержание образования, в форме учебной деятельности, представляет собой сложное структурно-системное образование, предполагающее достаточно высокий уровень развития мотивационной, интеллектуальной сфер и сферы произвольности. К новым условиям психологической готовности относятся личностная и интеллектуальная готовность. Оба аспекта важны как для того, чтобы учебная деятельность ребенка была успешной, так и для его скорейшей адаптации к новым условиям, безболезненного вхождения в новую систему отношений [22,с.136].

Одним из первых мысль о том, что готовность к школьному обучению заключается не столько в количественном запасе представлений, сколько в уровне развития познавательных процессов сформулировал Л.С.Выготский [9,с.76]. По его мнению, быть готовым к школьному обучению - значит, прежде всего, обобщать и дифференцировать в соответствующих категориях предметы и явления окружающего мира.

Как отмечал А.В.Запорожец, готовность к обучению в школе представляет собой целостную систему взаимосвязанных качеств детской личности, включая особенности ее мотивации, уровня развития познавательной, аналитико-синтетической деятельности, степень сформированности механизмов волевой регуляции действий и т.д. На сегодняшний день общепризнанно, что готовность к школьному обучению - многокомпонентное образование, которое требует комплексных психологических исследований [17,с.39].

По мнению Д.Б.Эльконина, готовность ребенка к школьному обучению предполагает «вращивание» социального правила, то есть системы социальных отношений между ребенком и взрослым. Ученый выделил три линии развития, по которым определяется готовность ребенка к школе:

1. Линия формирования произвольного поведения.

2.Линия овладения средствами и эталонами познавательной деятельсти.

3. Линия перехода от эгоцентризма к децентрации [55,с.73].

Новое отношение ребенка к окружающей среде, возникающее при поступлении в школу, Л.И.Божович назвала внутренней позицией школьника, считая это критерием готовности к обучению в школе. По ее мнению ребенок стремится к функции ученика [2,с.67]. Так, например, во время «игры в школу» дети младших возрастов берут на себя функцию учителя, старшие дошкольники предпочитают роли учеников, так как эта роль кажется им особенно значимой. Стремление ребенка занять новое социальное положение ведет к образованию его внутренней позиции. По мнению ученой, это центральное личностное новообразование, характеризующее личность ребенка в целом. Именно оно и определяет поведение и деятельность ребенка, и всю систему его отношений к действительности, к самому себе и окружающим людям. Образ жизни школьника, занимающегося в общественном месте общественно значимым и общественно оцениваемым делом, осознается ребенком как адекватный для него путь к взрослости. Он отвечает сформировавшемуся в игре мотиву «стать взрослым» и реально осуществлять его функции [37,с.284].Таких же взглядов придерживался и А.И.Запорожец, отмечая такие компоненты подготовки детей к обучению в школе, как мотивация, уровень развития познавательной деятельности и степень сформированности механизмов волевой регуляции действий [18,с.25]. Вышеперечисленные факторы П.А.Венгер дополнял следующими: необходимостью ответственного отношения к школе к учебе, произвольного управления своим поведением, выполнением умственной работы, обеспечивающей сознательное усвоение знаний таким моментом, как установление со взрослыми и со сверстниками взаимоотношений, определяемые совместной деятельностью [11,c.105].

В трудах В.С.Мухиной утверждается, что готовность к школьному обучению - это желание и осознание необходимости учиться, возникающее в результате социального созревания ребенка, появления у него внутренних противоречий, задающих мотивацию к учебной деятельности [28,c.113].

Как отмечает Е.Е.Кравцова: «Подготовка детей к школе - задача комплексная, многогранная, охватывающая все сферы жизни ребенка». Учитывая все многообразие и разноплановость ведущихся в данной области исследований, она выделила несколько основных подходов в изучении проблемы:

1. Формирование у детей дошкольного возраста определенных изменений и навыков, необходимых для обучения в школе.

2. Новообразования и изменения в психике ребенка.

3. Генезиса отдельных компонентов учебной деятельности и выявление путей их формирования.

4. Сознательное подчинение своих действий [23,с.45].

Готовность к школе в современных условиях рассматривается, прежде всего, как готовность к школьному обучению или учебной деятельности. По мнению Е.Е.Кравцовой, проблема готовности к школьному обучению получает свою конкретизацию как проблема смены ведущих типов деятельности, т.е. это переход от сюжетно - ролевых игр к учебной деятельности. Такой подход является актуальным и значительным, но готовность к учебной деятельности не охватывает полностью феномена готовности к школе [23,с.63].

Чтобы ребенок успешно учился, ему необходимо развивать личностную готовность к школьному обучению. Дети, должны стремиться к новой школьной жизни, к «серьезным» занятиям, «ответственным» поручениям [22,с.89]. На появление такого желания влияет отношение близких взрослых к учению, как к важной содержательной деятельности, гораздо более значимой, чем игра дошкольника. Так же на личностную готовность дошкольника оказывает влияние отношение других детей, сама возможность подняться на новую возрастную ступень в глазах младших и сравняться в положении со старшими.

Как указывала Н.В.Нижегородцева, с того момента, как в сознании ребенка представление о школе приобрело черты искомого образа жизни, можно говорить о том, что его внутренняя позиция получила новое содержание - стала внутренней позицией школьника. И это значит, что ребенок психологически перешел в новый возрастной период своего развития - младший школьный возраст [32,с.65].

Личностная готовность к школе также включает определенное отношение ребенка к себе. Продуктивная учебная деятельность предполагает адекватное отношение ребенка своим способностям, результатам работы, поведению, т.е. определенный уровень развития самосознания. О личностной готовности ребенка к школе судят по его поведению на групповых занятиях и во время беседы с психологом.

Нравственная готовность к школьному обучению, тесно связана в изменением характера, взаимоотношениями с взрослыми и рождением нравственных представлений и чувств, названных Л.С.Выготским внутренними этическими инстанциями [10,с.67]. Возникновение этических инстанций с изменением взаимоотношений между взрослыми и детьми связывает Д.Б.Эльконин. Он пишет, что у детей дошкольного возраста, в отличие от раннего детства, складываются отношения нового типа, что и создает особую, характерную для данного периода, социальную ситуацию развития [55,с.134].

В дошкольном возрасте ребенок становится способным самостоятельно удовлетворять многие свои потребности и желания. Однако взрослые продолжают оставаться постоянным притягательным центром, вокруг которого строится жизнь ребенка. Это порождает у детей потребность участвовать в жизни взрослых, действовать по образцу. При этом они хотят не только воспроизводить отдельные действия взрослого, но и подражать всем сложным формам его деятельности, его поступкам, его взаимоотношениям с другими людьми, словом, всему образу жизни взрослых людей.

В условиях повседневного поведения и общения его со взрослыми, а также в практике ролевой игры у ребенка-дошкольника формируется общественное знание многих социальных норм, но это значение еще до конца не сознаваемо ребенком и непосредственно спаяно с его положительными и отрицательными эмоциональными переживаниями. Первые этические инстанции представляют собой пока еще относительно простые системные образования, являющиеся зародышами нравственных чувств, на основе которых в дальнейшем формируются уже вполне зрелые нравственные чувства и убеждения [38,c.123].

Нравственные инстанции порождают у дошкольников нравственные мотивы поведения, которые могут быть по своему воздействию более сильными, чем многие непосредственные, в том числе и элементарные потребности.

На основании многочисленных исследований, проведенных А.Н.Леонтевым и его сотрудниками, выдвинуто положение, что дошкольный возраст является периодом, в котором возникает система соподчиненных мотивов, создающих единство личности [25,с.66].

В возрасте от 3 до 7 лет ребенок много узнает об окружающем мире. Его сознание не просто заполнено отдельными образами, представлениями, но характеризуется некоторым целостным восприятием и осмыслением окружающей его действительности.

По мнению В.С.Мухиной психологические исследования свидетельствуют о том, что в период дошкольного детства у ребенка уже складывается самооценка. Она опирается на прошлый опыт успешности своих действий, оценок окружающих, одобрения родителей. К концу периода ребенок уже становится способным сознавать себя и то положение, которое он в данное время занимает в жизни. Сознание своего социального «Я» и возникновение на этой основе внутренних позиций, т.е. целостного отношения к окружающему и самому себе, порождает соответствующие потребности и стремления, на которых возникают их новые потребности, дети уже знают, чего хотят и к чему стремятся. В результате игра к концу дошкольного периода перестает удовлетворять ребенка. Появляется потребность выйти за рамки своего детского образа жизни, занять новое, доступное место и осуществлять реальную, серьезную, общественно значимую деятельность. Невозможность реализовать эту потребность порождает кризис семи лет. Изменение самосознания приводит к переоценке ценностей. Главным становится все то, что имеет отношение к учебной деятельности. В кризисный период происходят изменения в плане переживаний. Осознанные переживания образуют устойчивые аффективные комплексы. В дальнейшем эти аффективные образования изменяются по мере накопления другого опыта. Переживания приобретают новый смысл для ребенка, между ними устанавливаются связи, становится возможной борьба переживаний [28,с.135].

Еще одним из важных показателей подготовки детей к обучению в школе является интеллектуальная подготовка. Как считает Л.М. Безруких, готовность ребенка к интеллектуальному обучению в школе - это уровень морфологического, функционального и психического развития ребенка, при котором требования систематического обучения не будут чрезмерными и не приведут к нарушению здоровья ребенка [6,с.97].

Интеллектуальная подготовка детей к школе заключается в приобретении определенного кругозора, запасе конкретных знаний; в понимании общих закономерностей, лежащих в основе научных знаний. Также, по мнению И.Ю.Кулагиной, интеллектуальная готовность связана с развитием мыслительных процессов - способ­ностью обобщать, сравнивать объекты, классифицировать их, выделять существенные признаки, определять причин­но-следственные зависимости, делать выводы. У ребенка должны быть определенная широта представлений, в том числе образных и пространственных, соответствующее ре­чевое развитие, познавательная активность [22,с.111].

Наиболее важными показателями интеллектуальной подготовки к обучению в школе являются характеристики развития его мышления. Взрослый помогает развивать эту функцию у ребенка в ходе всего дошкольного возраста, рассказывая о ходе выполнения действий, задавая вопросы о последовательности выполнения и оценивая действия речью.

Развитие речи дошкольника еще один показатель для успешной подготовки к обучению в школе [20,c.125]. По мнению Л.С.Выготского, интеллектуальное и речевое развитие ребенка теснейшим образом взаимосвязаны [10,с.67]. Речь должна быть последовательной, развернутой, грамматически правильной и содержать логические отношения, а также критическое отношение к своим высказываниям.

Для дошкольников развития речи идет в нескольких направлениях

- совершенствуется ее практическое употребление;

- речь становится основой перестройки психологических процессов;

- идет накопление словарного запаса;

- совершенствуется грамматический строй речи;

- происходит усвоение морфологической системы языка;

- в речи ребенок постепенно сокращает количество простых предложений, но значительно увеличивается количество обобщающих слов и сложных, в том числе сложноподчиненных предложений, свидетельствующих о развитии словесно-логического мышления;

- эгоцентрическая речь переходит во внутреннюю [15,с.165].

По мере расширения круга общения возрастает знаковая функция речи у детей, которая заключается в том, что слово является своеобразным знаком, который используется для хранения и передачи информации. Эта функция связана с развитием игры, рисованием и предметной деятельностью. Под руководством взрослого ребенок открывает для себя связь знаков и значений.

К концу дошкольного периода центральным показателем развития детей является сформированность у них наглядно - образного мышления и основ словесно-логического. Ребенок способен не только представить предмет во всей полноте и разнообразии характеристик, но также способен выделить его существенные свойства и отношения. У него формируется наглядно-схематическое мышление. По мнению Е.К.Вархотовой, это особый вид мышления, который выражается в том, что ребенок понимает и успешно использует различные схематические изображения предмета [8,с.156]. Дети начинают понимать и условные изображения значительно более абстрактных взаимосвязей: отношений между словами в предложении, между буквами в слове, между математическими величинами и т.д. Это открывает путь к обучению детей грамоте и математике с опорой на наглядное условное отображение основных закономерностей внутри учебного материала.

Если наглядно-схематическое мышление сформировано у ребенка недостаточно, то в 1-м классе ему трудно составить схемы слов и предложений, верно, записать условия математической задачи с помощью условных обозначений и стрелок [50,с.55]. У старших дошкольников основы словесно-логического мышления базируются на наглядно-образном мышлении и являются его естественным продолжением. В возрасте 6 лет ребенок способен к простейшему анализу окружающего: разведению основного и несущественного, несложным рассуждениям, правильным выводам. Однако эта способность ограничивается кругом детских знаний.

В течение всего дошкольного периода развивается внимание, повышается устойчивость и увеличивается объем. Однако устойчивость его еще не велика и зависит от условий и индивидуальных особенностей ребенка. Как говорил Л.С.Выготский «…в формировании внимания выделяются: линия натурального развития и линия культурного развития» [9,с.81]. И если первое определяется созреванием мозга, то вторая всецело зависит от социальной сферы, в которой растет ребенок.

Одним из важнейших показателей психического развития ребенка и подготовки к школе является память. Такие процессы как кодирование информации, для чего нужна кратковременная память, когда информация хранится недолго и удерживается только благодаря повторению. Из кратковременной памяти коды поступают и сохраняются в долговременной памяти [53,c.32].

С точки зрения М.М.Безруких, к семи годам у детей формируются следующие показатели:

- количество одновременно воспринимаемых объектов невелико;

- преобладание непроизвольной памяти, продуктивность произвольной памяти резко повышается при активном восприятии;

- умения к произвольному запоминанию (умеют принять и самостоятельно поставить мнемическую задачу и проконтролировать ее выполнение, как наглядно, так и словесного материала); значительно легче запоминают наглядные образы, чем словесные суждения;

- наиболее характерно и эффективно наглядно-образное действенно-образное мышление;

- доступна логическая форма мышления;

- умение различать пространственное расположение фигур, деталей в пространстве и на плоскости;

- способность различать и выделять геометрические фигуры и их сочетания;

- способность мысленно находить часть от целого, достраивать фигуры по схеме и конструировать их из деталей и т.д [6,с.125].

В зависимости от выбора той или иной концепции готовности ребенка к систематическому школьному обучению практический психолог выбирает основные ее критерии и подбирает соответствующие методики для их диагностики.

В качестве критериев подготовленности ребенка к обучению в школе В.В Слободчикова указывает следующие показатели:

1) физическое развитие и координация движений;

2) желание учиться;

3) управление своим поведением;

4) владение приемами умственной деятельности;

5) проявление самостоятельности;

6) отношение к товарищам и взрослым;

8) умение ориентироваться в пространстве и тетради [42,с.45]

Готовность по первому критерию предполагает развитую мускулатуру, точность движений, готовность руки к выполнению мелких, точных и разнообразных движений, согласованность движения руки и глаза, умение владеть ручкой, карандашом, кисточкой.

Второй критерий включает наличие мотивов учения, отношение к нему как к очень важному, значимому делу, стремление к приобретению знаний, интерес к определенным учебным занятиям.

Содержание третьего критерия включает произвольность внешнего двигательного поведения, обеспечивающую возможность выдерживать школьный режим, организовывать себя на уроке.

Владение приемами умственной деятельности, предполагает определенный уровень развития познавательных процессов ребенка. Это дифференциация восприятия, позволяющего наблюдать предметы и явления, выделять в них те или иные свойства и стороны, владение логическими операциями, способами осмысленного запоминания материала.

Проявление самостоятельности можно рассматривать как стремление искать способы решения и объяснения всего нового и удивительного, побуждение применять разные пути, давать различные варианты решений, обходиться в практической деятельности без посторонней помощи.

Отношение к товарищам и взрослым предполагает сформированности у детей желания и привычки трудиться для себя и других, осознания ответственности и важности выполняемого поручения.

Умение ориентироваться в пространстве и тетради связано с ориентировкой в пространстве и времени, знанием единиц измерения, наличием чувственного опыта, глазомера[39,c.145].

Таким образом, исходя из анализа психологической и педагогической литературы, следует признать, что подготовка детей к обучению в школе, является сложным по структуре и многокомпонентным явлением. Подготовка к обучению в школе выступает основанием преемственности дошкольного и начального общего образования, и предполагает формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

1.2. Развитие психомоторных навыков как средство подготовки детей

к обучению в школе

Движение является основным биологическим свойством живой материи, оно развивается и совершенствуется вместе с эволюцией живой природы. «Движение - универсальное проявление жизнедеятельности, обеспечивающее возможность активного взаимодействия, как составных частей тела, так и целого организма с окружающей средой» [19,с. 67].

Психомоторные акты человека - это сложно организованные познавательно-регуляторные системы, в которых в единстве представлены как мотивационные, функциональные, так и операционные компоненты, при этом, точность, интенсивность и эффективность управления движениями зависят и существенно определяются уровнем функционирования таких психических процессов, как ощущение и восприятие [35,с.148].

Психомоторика - основной вид объективизации психики в сенсомоторных, идеомоторных и эмоционально-моторных реакциях и актах [36,с.78]. Кроме того, «психомоторика - это разновидность психически обусловленных движений человека, типологически различных в зависимости от строения тела, возраста, пола и т.п. [33,с.4].

Впервые понятие и термин «психомоторика» ввел и обосновал русский физиолог И.М.Сеченов в вышедшей в 1863 г. книге «Рефлексы головного мозга» [Сеченов И. М. Рефлексы головного мозга. М., 1963], в которой была обоснована рефлекторная природа произвольных движений человека и раскрыта роль мышечной чувствительности в управлении движениями в пространстве и во времени, связь со зрительными и слуховыми ощущениями [41,с.45].

На роль психомоторики в познании и деятельности обращал внимание Б.Г.Ананьев, отмечая, что человек как субъект труда, общения и познания пользуется многообразным аппаратом сенсомоторных и речемыслительных функций, обеспечивающих чувственно-образное и логическое отражение действительности и все активное преобразование [1,с.112].

Как отмечал К.К.Платонов, в сфере психомоторики человека в качестве важнейшей ее подструктуры выделяют не только сложно координированные и многопланометрические движения, в структуре которых в единстве представлены их пространственные, временные и силовые компоненты, но и многообразные виды сенсомоторных реакций человека. В свою очередь, в класс сенсомоторных реакций входят их многочисленные разновидности: простая сенсомоторная реакция, сложная сенсомоторная реакция, сенсомоторная координация. В каждой из трех названных реакций необходимо различать три типичных психических момента:

- сенсорный момент реакции - процессы обнаружения и восприятия стимула;

- центральный момент реакции - более или менее сложные процессы, связанные с переработкой воспринятого, иногда с различением, узнаванием, оценкой и выбором тех или иных стимулов;

- моторный момент реакции - процессы, определяющие начало движения [36,с.78].

Показателем физического и нервно-психического состояния ребенка является разностороннее развитие его движений: чем они многообразнее, тем совершеннее функции нервной системы, поэтому одним из немаловажных аспектов развития ребенка в период подготовки его к обучению в школе, является координации движений [34,c.95].

Под координацией движений понимают процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи. Это понятие ввел Н.А.Бернштейн для определения согласования во времени и пространстве отдельных рефлексов как составных единиц нервной интеграции [5,с.55]. Координация движений основывается на психофизиологических и морфологических особенностях организма, являющееся базой для других физических качеств и содействующее оптимальному регулированию и согласованию двигательных действий.

В исследованиях Ю.В.Верхошанского координация движений рассматривается как способность к упорядочению внутренних и внешних сил, возникающих при решении двигательной задачи, для достижения, требуемого рабочего эффекта при полноценном использовании моторного потенциала человека [7, с.145].

Под координацией движений В.И.Лях понимает способность оптимально регулировать двигательные действия, точно, быстро, рационально решать двигательные задачи, осуществлять дозированные движения в условиях дефицита времени [26, с.10].

Ученые-физиологи указывают на большое значение педагогического воздействия как фактора, формирующего взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга [45, с.31]. Важнейшим показателем тренированности центральной нервной системы, считают они, является рост подвижности, уравновешенности, а также концентрации возбудительных и тормозных процессов. Все это создает благоприятные условия для координированной работы центральной нервной системы, а также всего нервно-мышечного аппарата. В ходе тренировки постоянно формируются и уточняются различные формы содружественных отношений между нервными центрами мышечных групп, и чем выше тренированность человека, тем более совершенными становятся эти отношения [13, с.54].

В дошкольном возрасте происходит «закладка фундамента» для развития способностей, а также приобретение знаний, умений и навыков при выполнении упражнений на координацию. Этот возрастной период называется «золотым возрастом», темпом развития координационных навыков [43, с.9].

По мнению А.В.Запорожца, в дошкольном возрасте двигательное развитие ведет за собой умственное [18, с.40]. Из координации крупных движений вырастет затем тонкая моторика, умение писать, рисовать и мастерить. Из умения хорошо двигаться, точно определять свое положение в пространстве, ловить и убегать - умение удерживать взгляд на странице и строчке, находить важные элементы в тексте и рисунке [18с.46].

Координация движений имеет ценное значение для детей, так как согласованная работа мышц тела является условием его нормального роста и развития. Развитие координации предполагает не только совершенствование выполняемых ребенком движений. Это, прежде всего, согласованное взаимодействие процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга ребенка, создающих благоприятные условия для координированной работы центральной нервной системы в целом [24,c.18].

Как утверждает Л.П.Матвеев, использование активной двигательной деятельности как формы тренировки, может ускорить и усовершенствовать процесс развития координации движений. Это должен быть строго организованный педагогический процесс, в котором физические упражнения проводятся с определенной нагрузкой и дозировкой соответствующей возрасту ребенка [31,c.145].

Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость. Дети осваивают движения, способствующие правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук. У детей формируются начальные представления о некоторых видах спорта, они овладевают подвижными играми с правилами. Происходит становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. Появляются ценности здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Одним из важных аспектов физического развития детей дошкольного возраста является психомоторный навык. Формирование психомоторных навыков необходимо для гармоничного развития ребенка, его физического развития, координации движений, развития интереса к различным, доступным ребенку, видам двигательной деятельности и положительных нравственно-волевых черт личности. В дошкольном детстве формируются психомоторные навыки ребенка, которые служат основой нормального физического и психического развития ребенка. Здесь уместно вспомнить известное высказывание Н.А.Бернштейна: «Психика формируется в движении» [5,с.45].

По определению М.А.Годик, психомоторный навык - это «такой уровень владения двигательным действием, который отличается минимальным участием сознания в контроле действия по большинству основных опорных точек (действие выполняется автоматизировано), высокой быстротой, стабильностью итога, устойчивостью к сбивающим воздействиям, высокой прочностью запоминания» [14,с.98].

По мнению Л.П.Матвеева, психомоторный навык - это степень владения техникой действия, при котором управление движениями осуществляется, автоматизированно и действия отличаются высокой надежностью. Формирование психомоторного навыка представляет собой процесс образования динамического стереотипа при взаимодействии первой и второй сигнальных систем с преобладающим значением второй сигнальной системы. Характерными осо­бенностями психомоторного навыка являются: автоматизированный характер, как некоторых операций, так и действия целиком; высокая быстрота действия; стабильность итогов действия; надежность и прочность - навык не исчезает даже при продолжительных перерывах [30,с.321].

Психомоторный навык, сформированные у детей до семи лет, составляют фундамент для последующего совершенствования их в школе, облегчают овладение более сложными движениями и позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в учебе [29,c.36].

В своих трудах Ж.К.Холодов утверждал, что использование прочно сформированных навыков психомоторных навыков позволяет осмысливать задачи, возникающие в непредвиденных ситуациях в процессе двигательной, особенно игровой, деятельности. Ребенок, научившись правильно прыгать в длину с разбега, уже думает не о том, как надо прыгать через ров в игре «волк во рву», а о том, как лучше спастись от волка [52,с.145].

В процессе формирования навыков у детей вырабатывается способность легко овладевать более сложными движениями и различными видами деятельности, включающими эти движения, например, трудовыми операциями [54,с.65].

Движение руки тесно связаны с речью и ее развитием. Как указывал В.М.Бехтерев, запоздалое развитие речи нередко представляет частичное проявление общего недоразвития моторики [4,с.134].

По мнению И.М.Сеченова: «Движение руки человека наследственно не определено, а возникает в процессе воспитания и обучения как результат ассоциативных связей между зрительными, осязательными и мышечными изменениями в процессе активного взаимодействия с окружающей средой» [41,с.23].

Как отмечал Н.А.Бернштейн, развитие мелкой моторики играет важную роль в овладении учебными навыками [4,с.65]. Умение производить точные движения кистью и пальцами рук просто необходимо для овладения письмом. Письмо является сложнейшим психомоторным навыком, успешное становление которого опирается на согласованное взаимодействие всех уровней организации движений, уже достигших необходимого развития к началу младшего школьного возраста. Зачастую первоклассники не способны проводить достаточно четкие и прямые линии при срисовывании образцов геометрических фигур, начертании печатных букв (так называемая «дрожащая линия»), не умеют точно вырезать по контуру фигуры из бумаги, у многих детей отмечается плохая координация движений при беге, прыжках, общая двигательная неловкость и неуклюжесть. В развитии мелкой моторики достигается согласованность действий обеих рук, четко определяется ведущая рука, движения кистей рук и пальцев более точные, появляются интерес к творчеству и начальные навыки продуктивно-творческой деятельности [4,с.65].

Как считал В.А.Сухомлинский, «истоки способностей и дарований детей находятся на кончиках их пальцев. От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движении детской руки, чем тоньше взаимодействие руки с орудием труда, чем сложнее движения, необходимые для этого взаимодействия, тем ярче творческая стихия детского разума. Чем больше мастерства в детской руке, тем он умнее» [40,с.89].

Мелкая моторика - это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Относительно моторики кистей и пальцев рук ученые используют термин ловкость. Область мелкой моторики включает большое количество разнообразных движений: от простых жестов (например, захват игрушки) до таких сложных движений как письмо и рисование [44,с.54].

К области мелкой моторики, с точки зрения А.Н.Леонтьева, относится большое разнообразие движений: от примитивных жестов, таких как захват объектов, до очень мелких движений, от которых, например, зависит почерк человека [25,c.53].

Мелкая моторика развивается постепенно, это индивидуальный процесс и у каждого ребенка он проходит своими темпами. Развитие мелкой моторики имеет большое значение для активизации речевой моторики и для подготовки ребенка к овладению письмом. По данным М.М.Кольцовой, морфологическое и функциональное формирование речевых зон совершенствуется под влиянием кинестетических импульсов, поступающих от рук. Совершенствование мелкой моторики способствует активизации моторных речевых зон головного мозга и развитию речевой функции [21,с.45].

У человека за произнесение слов и за их осмысление отвечают разные зоны мозга - зона Брока и зона Вернике. Во время чтения вслух задействованы обе зоны. Во время чтения молча, зона, ответственная за произнесение слов, работает тоже, мешая при этом скоростному восприятию текста.

Зона Вернике была названа немецким неврологом и психиатром Карла Вернике 1874г (сенсорная речевая зона), которая не только принимает участие в речеобразовании, но и играет большую роль в понимании произносимых слов, чтении и письме. Звучание прослушиваемого слова вначале воспринимается первичной слуховой корой, но, чтобы звук был воспринят как словесное сообщение, сигнал должен пройти через смежную зону Вернике. При чтении зрительный образ (из первичной зрительной коры), проходя через угловую извилину, преобразовывается, появляясь в зоне Вернике уже как звуковая форма слова. Написание определенного слова в ответ на некоторую устную инструкцию требует того, чтобы информация прошла по тому же самому пути в обратном направлении: из слуховой коры в зоне Вернике и к угловой извилине. Повреждение зоны Брока нарушает саму речь, но почти не сказывается на ее понимании. Повреждение же зоны Вернике сказывается на всех аспектах речи.

Зона Брока - участок коры головного мозга, названный по имени французского антрополога и хирурга Поля Брока, открывшего его в 1865 году, находящийся в задненижней части третьей лобной извилины левого полушария (у правшей), работой которого обеспечивается моторная организация речи и преимущественно связанная с фонологической и синтаксической кодификациями. Представляет собой кинетико-моторный вербальный анализатор, в котором перерабатывается прежде всего проприоцептивная информация.

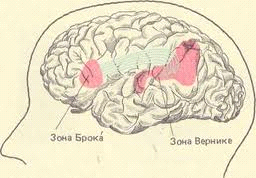


Рис.1. Строение мозга. Зона Вернике и Брока

По мнению Г.В.Беззубцевой, уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него развита память и внимание, связная речь. Многие педагоги отмечают, что первоклассники часто испытывают серьезные трудности с овладением навыков письма. Письмо - это сложный навык, включающий выполнение тонких координированных движений руки. Техника письма требует слаженной работы мелких мышц кисти и всей руки, а также хорошо развитого зрительного восприятия и произвольного внимания [12,с.62].

Необходимость развития активных движений пальцев рук получила научное обоснование. В основе современных теорий, разрабатываемых учеными, лежит концепция А.В.Леонтева. Он считал, что развитие мышц руки формирует не только речь, но и мышление. По мнению ученого развитие функций обеих рук и связанное с этим формирование речевых центров в обоих полушариях дает человеку преимущества в интеллектуальном развитии, поскольку речь теснейшим образом связана и с мышлением. Исследование современных ученых подтверждают наличие тесной связи между двигательной асимметрией и успешностью обучения, при этом подчеркивается значимость левой руки [25,с.35].

Подготовка рук ребенка к овладению в школе письмом достигается упражнениями в штриховке, рисовании, вырезывании и в других видах работ, требующих не только тонких и точных движений рук и пальцев, но и четкого согласования движения руки и глаза.

Дошкольник, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать и мыслить, у него достаточно развиты память, внимание, воображение и связная речь [49,c.85].

Таким образом, психомоторное развитие - это развитие интеллектуальных и двигательных навыков в зависимости от возраста, врожденных и наследственных качеств ребенка, оно является важнейшим средством для формирования речи, мышления, внимания, памяти.

Выводы по 1 главе

Изучив психолого-педагогическую литературу по теме исследования, нами сделаны следующие выводы:

1. Подготовка детей к обучению в школе является одним из важнейших этапов психического развития в период дошкольного детства и залогом успешного обучения в школе

2. Готовность к школе - это необходимый и достаточный уровень развития ребенка для освоения школьной программы в условиях обучения в группе сверстников.

3. Важнейшим составляющим подготовки детей к обучению в школе являются развитие психологической, интеллектуальной, личностной, нравственной, физической готовности.

4. Одним из основных показателей подготовки ребенка к обучению в школе является психомоторное развитие - это развитие интеллектуальных и двигательных навыков в зависимости от возраста, врожденных и наследственных качеств ребенка.

5. Мелкая моторика - это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной.

6. Уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него развита память и внимание, связная речь.

Глава 2.Эмпирическое исследование развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе

2.1. Характеристика методов и выборки исследования

Эмпирическое исследование развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе проводилось на базе «МБДОУ ДС №38 городского округа Самара». Выборка составила 43 человека. Испытуемые были разделены на контрольную и экспериментальную группу.

1. На констатирующем этапе исследовались уровень готовности к школьному обучению (ориентационный тест школьной зрелости Керна - Йирасека), уровень психологической и социальной готовности к школе (методика Определения психологической и социальной готовности к школе), уровень физической готовности к школе (упражнения по методике Э.Я. Степаненковой).

2. В ходе формирующего этапа был составлен и проведен комплекс игр и упражнений, способствующий развитию психомоторных навыков, которые, в свою очередь, эффективно повлияли на подготовку детей к обучению в школе.

3. На контрольном этапе повторно исследовались уровень готовности к школьному обучению (Ориентационный тест школьной зрелости Керна - Йирасека), уровень психологической и социальной готовности к школе (Методика определения психологической и социальной готовности к школе), уровень физической готовности к школе (Упражнения по методике Э.Я.Степаненковой).

Ориентационный тест школьной зрелости был предложен Я.Йирасеком как модификация существующей методики А.Керна и получил объединенное название. Данную методику отличает простота тестирования, максимальная доступность, что сделало ее одним из применяемых инструментов психологов и педагогов (Приложение 1). Тест позволяет определить уровень готовности и системы обучения в целом, а также выявить уровень развития мелкой моторики и зрительной координации, что важно для изучения нашего эмпирического исследования.

Данная методика актуальна для 5-7-летних детей, ее целью является проверка их готовности к школьному обучению. Тест состоит их трех заданий:

1. Рисование мужской фигуры по представлению;

2. Подражание письменным буквам;

3. Срисовывание группы точек.

Результат оценивается по пятибалльной системе, а затем вычисляется суммарный итог по всем трем заданиям. Данная методика позволяет определить личностную зрелость ребенка (задание 1), уровень развития мелкой моторики и зрительной координации (задание 2), предрасположенность к овладению зрительной памяти и выявлению зрительно-пространственного восприятия будущего испытуемого (задание 3), то есть выявляет уровень развития мышления, умение слушать, выполнять задания по образцу и произвольность психической деятельности.

По результатам второго задания выделяют три уровня развития мелкой моторики:

высокий - оценивается 1-2 баллами;

средний - оценивается 3 баллами;

низкий - оценивается 4-5 баллами.

По итогам проведенной методики в целом можно сделать следующие выводы: с высоким показателем развития считаются дети, получившие по трем субтестам от 3 до 6 баллов. Группа детей, получивших 7-11 баллов, представляет собой средний уровень развития готовности к школьному обучению Дети, получившие 12-15 баллов, представляет развитие ниже нормы.

Результат тестового испытания можно рассматривать как основание для заключения выводов о школьной зрелости испытуемых и нельзя интерпретировать значения как школьную незрелость (возможны случаи, когда способные дети схематично рисуют человека и поэтому получают плохие результаты). Тест Керна - Йирасека не требует продолжительного времени для проведения; имеет нормативы, разработанные на большой выборке; не требует специальных средств и условий проведения; может применяться как в группе, так и индивидуально.

Для определения подготовки ребенка к обучению в школе также применяют методику психологической и социальной готовности к школе (Приложение 2). Методика содержит 10 вопросов, на которые ребенок должен ответить положительно, соответственно поставив « плюс», на ответ «нет» - «минус». Обработка данных проводится путем подсчета положительных ответов. В данной методике выделяются три уровня готовности:

1. Высокий уровень - если ребенок поставил от 8 и более положительных ответов. У ребенка представление о школе сформировано, положительное отношение.

2. Средний уровень - если ребенок поставил от 4 до 7 положительных ответов. Ребенок хочет в школу, но она привлекает его своими вне учебными сторонами.

3. Низкий уровень - если ребенок поставил до 3 положительных ответов. Ребенок не имеет представления о школе, не стремится к обучению.

Данный тест прост и удобен, не требует продолжительного времени для проведения; не требует специальных средств и условий проведения, должен проходить в непринужденной обстановке.

Для определения уровня физической подготовки ребенка к обучению в школе применялись упражнения по методике Э.Я.Степаненковой (Приложение 3). С их помощью выявлялся уровень физической готовности детей дошкольного возраста к обучению в школе.

Физическая подготовленность детей характеризуется совокупностью сформированных основных физических качеств, к которой относятся:

1. Гибкость - определяет степень подвижности опорно-двигательного аппарата и имеет особое значение для здоровья. Способность выполнять повороты и круговые движения в суставах тела свидетельствует о хорошем физическом состоянии человека. Показателем гибкости служит наибольшая амплитуда движения. Для оценки гибкости используются упражнение на наклон туловища вперед, сидя на гимнастической скамейке. Нормативами данного физического упражнения являются 3 уровня:

Высокий - выполнение упражнений 14 раз и выше (оценивается 5 баллами);

средний - выполнение упражнений 10-13раз (оценивается 4 баллами);

низки - выполнение упражнений 2-9 раз (оценивается 3 баллами).

2. Быстрота  - способность человека совершать двигательные действия в максимально короткий отрезок времени. Она относится к числу трудно развиваемых, качеств человека. Развитие быстроты во многом зависит от природных данных, часто передаваемых по наследству. Быстрота определяется временем преодоления дистанции 30 метров.

Для данного физического упражнения выделяют три уровня:

высокий - 8 сек (оценивается 5 баллами);

средний - 8,4 до 8 сек (оценивается 4 баллами);

низкий - 8,9 до 8,4 сек (оценивается 3 баллами).

3. Сила - взаимодействие психикофизиологических процессов организма человека, позволяющих преодолевать внешнее сопротивление за счет мышечных усилий. Для определения силы применяют упражнения прыжок в длину с места, а оценку результатов производят по 3 уровням:

высокий -115 см и дальше (оценивается 5 баллами);

средний -105 до 115 см (не включительно) (оценивается 4 баллами);

низкий - 96 до 105 см (не включительно) (оценивается 3 баллами).

4. Ловкость - более общее по сравнению с координацией понятие. Это комплексное качество обеспечивает рациональное и быстрое выполнение движений в меняющихся условиях. Ловкость выявляется по времени челночного бега по прямой, выполняемого с двумя поворотами общая дистанция - 30 м. Выделяется 3 уровня развития:

высокий - 10.00 сек (оценивается 5 баллами);

средний - 10,8 до 10.00 сек (оценивается 4 баллами);

низкий - 3 до 10,8 сек (оценивается 3 баллами).

Дети, получившие по четырем упражнениям сумму от 18 до 20 баллов, считаются с высоким показателем, от 14 до 17 баллов со средним показателем, от 12 до 13 баллов с низким показателем физической готовности.

Для оценивания полученных результатов тестирования физической подготовленности ребенка необходимо использовать два варианта:

1. В каждом упражнении устанавливаются нормативы, в соответствии с которыми определяется уровень физической подготовленности.

2. Разрабатывается интегральная оценка физической подготовленности ребенка, основная на переводе многомерной системы измерений (секунды, метры, количество повторений) в одновременную (очки, баллы)

Всем выполняемым упражнениям предшествует разминка, которая включает ходьбу, бег, дыхательные подготавливающие упражнения. Ребенку следует давать одну две пробные попытки с настройкой на максимальный результат во время последней. В таблицу вносится лучший результат.

Для получения объективных данных необходимо наличие специального спортивного инвентаря и грунтовой дорожки для бега.

По результатам исследования на констатирующем этапе эксперимента нами был составлен комплекс игр и упражнений, способствующий развитию психомоторных навыков, координацию движений, мелкую моторику, которые выступают в качестве основных коррелятов развития познавательной активности ребенка.

Предлагаемые упражнения и игры, предназначены для детей дошкольного возраста 5-7лет. Для развития мелкой моторики использовались игры и упражнения: «Привет - пока», «Путешествие пальцев», «Пальчик - мальчик», «Мышки спрятались в норку, « Накорми колобка», «Скворечник». Во время выполнения упражнений, дети развивают кончики пальцев, сгибают и разгибают все пальцы вместе и поочередно, прогибают запястья. Для развития координации движения использовались игры и упражнения: «Ладошка - замри!», «Успевай-ка!», «Стул», « Зайка и зеркало». Во время этих игр и упражнений дети удерживают позу на время, динамично чередуют движение рук. Данные упражнения способствовали развитию и тренировке мелкой и крупной моторики, а также координации движений.

На контрольном этапе эмпирического исследования вновь изучался уровень готовности к школьному обучению (Ориентационный тест школьной зрелости Керна - Йирасека), уровень психологической и социальной готовности к школе (Методика определения психологической и социальной готовности к школе), уровень физической готовности к школе (Упражнения по методике Э.Я.Степаненковой). Для определения психологической, социальной и физической готовности ребенка к школе и использовались методы количественной и качественной обработки данных: процентное соотношение показателей и угловое преобразование Фишера.

Таким образом, эмпирическое исследование было направлено на изучение развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе и проходило в три этапа. В ходе применения комплекса игр и упражнений, способствующих развитию психомоторных навыков, получены достоверные результаты, подтверждающие их эффективность. Анализ полученных результатов представлен следующем параграфе.

2.2 Анализ полученных результатов

Как отмечалось ранее, на констатирующем этапе эмпирического исследования с помощью ориентационного теста школьной зрелости Керна - Йирасека был выявлен уровень готовности к школьному обучению дошкольников (Таблица 1).

По итогам проведенной методики можно сделать следующие выводы: 5 из 20 испытуемых (25%) контрольной группы имеют высокий уровень развития готовности к школьному обучению. Остальные 15 испытуемых (75%) имеют средний уровень развития готовности к школьному обучению. В свою очередь, 9 из 23 испытуемых (40%) экспериментальной группы имеют высокий уровень развития готовности к школьному обучению. Остальные 14 испытуемых (60%) имеют средний уровень развития готовности к школьному обучению. С показателем уровня готовности к школьному обучению ниже нормы ни в экспериментальной, ни в контрольной группе испытуемые не выявлены. Следовательно, в обеих группах есть дети с высоким и средним уровнем развития подготовки к школе (Рис.2).

Рабочая гипотеза эмпирического исследования гласит, что развитие психомоторных навыков достоверно влияет на подготовку детей к обучению в школе. Для изучения именно психомоторных навыков применялось второе задание вышеназванного теста. По результатам ориентационного теста школьной зрелости Керна - Йирасека можно сделать следующие выводы: в контрольной группе высокий уровень развития мелкой моторики и зрительной координации выявлен у 25% и пытуемых, средний - имеют 55%, низкий уровень развития мелкой моторики и зрительной координации имеют 20%. В экспериментальной группе высокий уровень развития выявлен у 35% испытуемых, средний – у 52%, низкий уровень развития мелкой моторики и зрительной координации выявлен у 13% (рис.3).

Таблица 1

Результаты тестирования школьной зрелости по методике Керна–Йирасека (I диагностический срез), баллы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № испытуемых | группы | | | | | | | |
| контрольная группа | | | сумма баллов | экспериментальная группа | | | сумма баллов |
| Рисование мужской фигуры по представ-лению | Подража-ние письмен-ным буквам | Срисо-выва-ние группы точек | Рисование мужской фигуры по представ-лению | Подража-ние письмен-ным буквам | Срисовы-вание группы точек |
| 1 | 4 | 3 | 2 | 9 | 3 | 2 | 3 | 8 |
| 2 | 3 | 1 | 2 | 6 | 1 | 2 | 3 | 6 |
| 3 | 4 | 3 | 3 | 10 | 2 | 4 | 3 | 9 |
| 4 | 3 | 3 | 4 | 10 | 5 | 3 | 3 | 11 |
| 5 | 2 | 1 | 2 | 5 | 3 | 1 | 2 | 6 |
| 6 | 3 | 3 | 3 | 9 | 2 | 3 | 1 | 6 |
| 7 | 2 | 2 | 3 | 7 | 2 | 4 | 3 | 9 |
| 8 | 4 | 3 | 2 | 9 | 5 | 3 | 3 | 11 |
| 9 | 3 | 2 | 1 | 6 | 3 | 3 | 3 | 9 |
| 10 | 2 | 3 | 3 | 8 | 2 | 3 | 4 | 9 |
| 11 | 3 | 4 | 3 | 10 | 2 | 4 | 3 | 9 |
| 12 | 2 | 3 | 4 | 9 | 2 | 3 | 1 | 6 |
| 13 | 3 | 3 | 4 | 10 | 2 | 2 | 2 | 6 |
| 14 | 2 | 4 | 3 | 9 | 3 | 3 | 4 | 10 |
| 15 | 2 | 2 | 1 | 5 | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 16 | 3 | 4 | 1 | 8 | 3 | 3 | 3 | 9 |
| 17 | 2 | 4 | 2 | 8 | 2 | 2 | 1 | 5 |
| 18 | 1 | 3 | 3 | 7 | 4 | 3 | 3 | 10 |
| 19 | 4 | 3 | 2 | 9 | 3 | 3 | 2 | 8 |
| 20 | 2 | 1 | 3 | 6 | 1 | 1 | 2 | 4 |
| 21 | - | - | - |  | 3 | 3 | 2 | 8 |
| 22 | - | - | - |  | 3 | 3 | 3 | 9 |
| 23 | - | - | - |  | 2 | 2 | 1 | 5 |

Рис.2. Показатели уровня готовности к школьному обучению

по результатам ориентационного теста школьной зрелости

Керна-Йирасека (I диагностический срез)

Рис.3. Показатели уровня развития мелкой моторики и зрительной координации по результатам второго задания (I диагностический срез)

Также нами использовалась методика определения психологической и социальной готовности к школе. Ее результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты определения психологической и социальной готовности

к школе (I диагностический срез)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Методика | Уровни психологической и социальной готовности | Результат обследования | |
| Контрольная группа | Экспериментальная группа |
| Методика определения психологической и социальной готовности к школе | 1 уровень (высокий от 8 и выше положительных ответов) | 20 % | 26% |
| 2 уровень (средний от 4 до 7 положительных ответов) | 70 % | 66% |
| 3 уровень (низкий от 0 до 3 положительных ответов) | 10 % | 8% |

По итогам данной методики получены следующие результаты: в контрольной группе высокий уровень психологической и социальной готовности детей выявлен у 20% испытуемых, средний имеют 70%, низкий уровень психологической и социальной готовности к школе имеют 10% испытуемых. В экспериментальной группе, соответственно, 26%, 66% и 8%.

Следовательно, в обеих группах у детей преобладает средний уровень психологической и социальной готовности к школе. Это говорит о том, что дошкольники стремятся в школу, но она привлекает их своими внеучебными сторонами. У таких детей еще не до конца сформировано представление о школе, но отношение к школе положительное.

Для определения уровня физической подготовки ребенка к обучению в школе применяют упражнения по методике Э.Я.Степаненковой (Таблица 3,4).

Таблица 3

Результаты физической подготовки детей к обучению в школе

по методике Э.Я.Степаненковой в контрольной группе

(I диагностический срез), баллы

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наклоны туловища | Бег 30 м | Прыжок в длину с места | Челночный бег 3\*10 | Сумма баллов | Уровень физ. подготовки |
| 1 | 5 | 4 | 4 | 5 | 18 | в |
| 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 13 | н |
| 3 | 5 | 4 | 4 | 3 | 16 | ср |
| 4 | 4 | 3 | 3 | 5 | 15 | ср |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 6 | 3 | 3 | 3 | 4 | 13 | н |
| 7 | 3 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 8 | 4 | 4 | 4 | 5 | 17 | ср |
| 9 | 4 | 4 | 3 | 4 | 15 | ср |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 11 | 3 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 12 | 5 | 3 | 3 | 4 | 15 | ср |
| 13 | 3 | 4 | 3 | 4 | 14 | ср |
| 14 | 3 | 4 | 3 | 4 | 14 | ср |
| 15 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 16 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 17 | 3 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 18 | 5 | 4 | 5 | 5 | 19 | в |
| 19 | 3 | 4 | 3 | 3 | 13 | н |
| 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |

Таблица 4

Результаты физической подготовки детей к обучению в школе

по методике Э.Я.Степаненковой в экспериментальной группе

(I диагностический срез), баллы

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наклоны туловища | Бег 30 м | Прыжки в длину | Челночный бег 3\*10 | Сумма баллов | Уровень физ. подготовки |
| 1 | 3 | 4 | 4 | 5 | 16 | ср |
| 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | н |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 17 | ср |
| 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 15 | ср |
| 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 7 | 3 | 3 | 3 | 4 | 13 | н |
| 8 | 4 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 9 | 5 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 11 | 3 | 3 | 4 | 4 | 14 | ср |
| 12 | 3 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 13 | 3 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 14 | 5 | 4 | 4 | 5 | 18 | в |
| 15 | 4 | 3 | 3 | 4 | 15 | ср |
| 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | н |
| 17 | 3 | 4 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 18 | 5 | 4 | 4 | 5 | 18 | в |
| 19 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 21 | 4 | 3 | 4 | 3 | 14 | ср |
| 22 | 4 | 5 | 4 | 5 | 18 | в |
| 23 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |

По итогам данных упражнений получены следующие результаты: в контрольной группе высокий уровень физической готовности выявлен у 10% испытуемых, средний имеют 75%, низкий уровень физической готовности к школе имеют 15% .В экспериментальной группе, соответственно, 13%, 74% и 13% (рис.5). Следовательно, в обеих группах у детей преобладает средний уровень физической готовности к школе.

Рис.5. Показатели уровня физической готовности к школьному обучению

по методике Э.Я.Степаненковой (I диагностический срез).

Для сопоставления исследуемых значений в контрольной и экспериментальной группах использовался критерий φ - угловое преобразование Фишера, предназначенный для сопоставления двух выборок по частоте встречаемости интересующего исследователя эффекта. В нашем исследовании это уровень готовности к школьному обучению в целом, а также развитие мелкой моторики (задание 2 теста школьной зрелости Керна - Йирасека), уровень психологической и социальной готовности к школе, и показатели физической готовности к школе. Результаты представлены в сводной таблице 5.

Таблица5.

Значение φ – углового преобразования Фишера по результатам изучения уровня готовности к школьному обучению

|  |  |
| --- | --- |
| Название методики | Показатель φ\* |
| Тест школьной зрелости  Керна - Йирасека, в целом | φ\*эмп.= 0,994; недостоверно  при р ≤ 0,05 |
| Тест школьной зрелости Керна-Йирасека, задание №2 (уровень развития мелкой моторики) | φ\*эмп.= 0,703; недостоверно  при р ≤ 0,05 |
| Методика определения психологической и социальной готовности к школе | φ\*эмп.= 0,137; недостоверно  при р ≤ 0,05. |
| Показатели уровня физической подготовки детей к обучению в школе | φ\*эмп.= 0,307; недостоверно  при р ≤ 0,05. |

В ходе формирующего этапа был составлен и проведен комплекс игр и упражнений, способствующий развитию психомоторных навыков, о чем указано выше.

По окончании формирующего этапа эмпирического исследования нами повторно исследовались уровень готовности к школьному обучению (Ориентационный тест школьной зрелости Керна - Йирасека), уровень психологической и социальной готовности к школе (Методика определения психологической и социальной готовности к школе), уровень физической готовности к школе (Упражнения по методике Э.Я.Степаненковой).

Выявленные на контрольном этапе результаты уровня готовности к школьному обучению по ориентационному тесту школьной зрелости Керна - Йирасека представлены в таблице 6

Таблица 6

Результаты тестирования школьной зрелости по методике

Керна – Йирасека (II диагностический срез) баллы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № испытуемых | группы | | | | | | | |
| контрольная группа | | | сумма баллов | экспериментальная группа | | | сумма баллов |
| Рисование мужской фигуры по представ-лению | Подража-ние письмен-ным буквам | Срисо-выва-ние группы точек | Рисование мужской фигуры по представ-лению | Подража-ние письмен-ным буквам | Срисовывание группы точек |
| 1 | 3 | 3 | 2 | 8 | 2 | 2 | 3 | 7 |
| 2 | 2 | 1 | 2 | 5 | 1 | 2 | 2 | 5 |
| 3 | 3 | 3 | 2 | 8 | 3 | 4 | 2 | 9 |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 8 | 2 | 3 | 3 | 7 |
| 5 | 1 | 2 | 2 | 5 | 3 | 1 | 2 | 6 |
| 6 | 2 | 3 | 3 | 8 | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 7 | 2 | 2 | 3 | 7 | 2 | 3 | 2 | 7 |
| 8 | 3 | 4 | 2 | 9 | 4 | 2 | 2 | 8 |
| 9 | 2 | 2 | 1 | 5 | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 10 | 2 | 3 | 3 | 8 | 2 | 2 | 1 | 5 |
| 11 | 2 | 3 | 2 | 7 | 2 | 3 | 1 | 6 |
| 12 | 2 | 3 | 3 | 8 | 2 | 3 | 2 | 7 |
| 13 | 2 | 3 | 3 | 8 | 2 | 2 | 1 | 5 |
| 14 | 2 | 3 | 3 | 8 | 3 | 2 | 2 | 7 |
| 15 | 2 | 2 | 1 | 5 | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 16 | 3 | 3 | 1 | 7 | 2 | 2 | 2 | 6 |
| 17 | 2 | 3 | 2 | 7 | 2 | 2 | 1 | 5 |
| 18 | 1 | 3 | 3 | 7 | 3 | 2 | 3 | 8 |
| 19 | 3 | 3 | 2 | 8 | 2 | 2 | 1 | 5 |
| 20 | 1 | 3 | 2 | 6 | 1 | 1 | 2 | 4 |
| 21 | - | - | - |  | 2 | 3 | 2 | 7 |
| 22 | - | - | - |  | 2 | 2 | 3 | 7 |
| 23 | - | - | - |  | 2 | 1 | 2 | 5 |

Полученные результаты свидетельствуют о том, что у 25% испытуемых контрольной группы по-прежнему сохраняется высокий уровень развития готовности к школьному обучению. Остальные 75% испытуемых контрольной группы имеют средний уровень развития готовности к школьному обучению.

В экспериментальной группе высокий показатель развития готовности к школьному обучению достиг уровня 57%, средний показатель развития достиг уровня 43%. Испытуемые с показателями уровня готовности к школьному обучению ниже нормы ни в экспериментальной, ни в контрольной группе не выявлены (рис.6).

По итогам второго задания теста школьной зрелости по методике Керна - Йирасека (уровень развития мелкой моторики и зрительной координации) выявлены следующие показатели: в контрольной группе по-прежнему сохранился высокий уровень развития мелкой моторики и зрительной координации у 25% испытуемых, средний имеют 55%, низкий уровень развития мелкой моторики и зрительной координации имеют 20% испытуемых.

В экспериментальной группе высокий уровень развития готовности к школьному обучению наблюдается у 52% испытуемых, средний уровень развития у 48% испытуемых. С показателем уровня готовности к школьному обучению ниже нормы в экспериментальной группе у испытуемых не выявлено (рис.7).

Таким образом, полученные результаты эмпирического исследования свидетельствуют о том, что в экспериментальной группе после проведения комплекса игр и упражнений преобладает высокий уровень готовности к школьному обучению. В контрольной группе значимых изменений не произошло

Рис.6. Показатели уровня готовности к школьному обучению

по результатам ориентационного теста школьной зрелости

Керна-Йирасека (II диагностический срез)

Рис.7. Показатели уровня развития мелкой моторики и зрительной координации по результатам второго задания (II диагностический срез)

Также на контрольном этапе исследования нами использовался метод определения психологической и социальной готовности к школе (Таблица 7).

Таблица 7

Результаты определения психологической и социальной готовности

к школе (II диагностический срез)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Методика | Уровни психологической и социальной готовности | Результат обследования | |
| Контрольная группа | Экспериментальная группа |
| Методика определения психологической и социальной готовности к школе | 1 уровень (высокий от 8 и выше положительных ответов) | 20 % | 43% |
| 2 уровень (средний от 4 до 7 положительных ответов) | 70 % | 57% |
| 3 уровень (низкий от 0 до 3 положительных ответов) | 10 % | 0% |

В контрольной группе высокий, средний, и низкий уровень психологической и социальной готовности детей в целом не изменился, так как игры и упражнения, способствующие развитию психомоторных навыков, с дошкольниками контрольной группы не проводились.  
 В экспериментальной группе высокий показатель развития психологической и социальной готовности к школьному обучению составил 43% испытуемых, а средний показатель развития - 57%.

С показателем уровня готовности к школьному обучению ниже нормы испытуемых в экспериментальной группе не выявлено.

Для определения уровня физической подготовки ребенка к обучению в школе, как и на контрольном этапе применялись упражнения по методике Э.Я.Степаненковой (Таблицы 8, 9).

Таблица 8

Результаты физической подготовки детей к обучению в школе

в контрольной группе по методике Э.Я.Степаненковой,

(II диагностический срез), баллы

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наклоны туловища | Бег 30 м (сек) | Прыжок в длину с места (см) | Челночный бег 3\*10 (сек) | Сумма баллов | Уровень физ. подготовки |
| 1 | 5 | 5 | 4 | 5 | 19 | в |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 4 | 16 | ср |
| 3 | 4 | 3 | 5 | 5 | 17 | ср |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 17 | ср |
| 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 17 | ср |
| 6 | 4 | 3 | 4 | 3 | 14 | ср |
| 7 | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | н |
| 8 | 4 | 5 | 4 | 5 | 18 | в |
| 9 | 4 | 3 | 4 | 3 | 14 | ср |
| 10 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 11 | 3 | 4 | 4 | 5 | 16 | ср |
| 12 | 5 | 4 | 5 | 3 | 17 | ср |
| 13 | 3 | 3 | 3 | 4 | 13 | н |
| 14 | 5 | 4 | 3 | 4 | 16 | ср |
| 15 | 5 | 4 | 4 | 4 | 17 | ср |
| 16 | 3 | 4 | 4 | 5 | 16 | ср |
| 17 | 5 | 4 | 5 | 3 | 17 | ср |
| 18 | 5 | 4 | 4 | 4 | 17 | ср |
| 19 | 3 | 4 | 3 | 4 | 14 | ср |
| 20 | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | н |

Таблица 9

Результаты физической подготовки детей к обучению в школе

в экспериментальной группе по методике Э.Я.Степаненковой,

(II диагностический срез), баллы

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наклоны туловища | Бег 30 м | Прыжки в длину | Челночный бег 3\*10 | Сумма баллов | Уровень физ. подготовки |
| 1 | 5 | 4 | 5 | 5 | 19 | в |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 5 | 17 | ср |
| 3 | 5 | 3 | 5 | 4 | 17 | ср |
| 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 17 | ср |
| 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 16 | ср |
| 6 | 3 | 4 | 4 | 5 | 16 | ср |
| 7 | 3 | 3 | 5 | 4 | 15 | ср |
| 8 | 4 | 4 | 4 | 3 | 15 | ср |
| 9 | 5 | 5 | 5 | 5 | 20 | в |
| 10 | 4 | 3 | 5 | 4 | 16 | ср |
| 11 | 4 | 4 | 3 | 4 | 15 | ср |
| 12 | 4 | 4 | 4 | 4 | 16 | ср |
| 13 | 5 | 3 | 4 | 3 | 15 | ср |
| 14 | 5 | 4 | 5 | 4 | 18 | в |
| 15 | 4 | 3 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 16 | 4 | 5 | 5 | 5 | 19 | в |
| 17 | 4 | 4 | 4 | 5 | 17 | ср |
| 18 | 5 | 4 | 5 | 5 | 19 | в |
| 19 | 5 | 4 | 3 | 4 | 16 | ср |
| 20 | 5 | 4 | 5 | 4 | 18 | в |
| 21 | 4 | 3 | 4 | 4 | 15 | ср |
| 22 | 4 | 5 | 4 | 5 | 18 | в |
| 23 | 5 | 4 | 4 | 4 | 17 | ср |

В экспериментальной группе проводились упражнения, и игры, поэтому высокий показатель развития психологической и социальной готовности к школьному обучению достигает 30%, средний показатель достиг 70%. В контрольной группе значимых изменений не произошло. Наглядно полученные результаты по данной методике представлены на рисунке 9.

Рис 9. Показатели уровня физической готовности к школьному обучению

по методике Э.Я.Степаненковой (II диагностический срез).

Для доказательства значимости изменений психологической, социальной, физической готовности к школьному обучению в экспериментальной группе по сравнению с контрольной вновь использовался многофункциональный критерий φ - угловое преобразование Фишера (таблица 10).

Выявленные значения находятся в зоне значимости, что свидетельствует о наметившейся положительной динамике в повышении психологической, социальной и физической готовности испытуемых. Следовательно, составленный комплекс игр и упражнений способствует развитию психомоторных навыков, которые, в свою очередь, эффективно влияют на подготовку детей к обучению в школе. Гипотеза исследования подтвердилась.

Таблица10.

Значение φ – углового преобразования Фишера по результатам изучения уровня готовности к школьному обучению

|  |  |
| --- | --- |
| Название методики | Показатель φ\* |
| Тест школьной зрелости  Керна - Йирасека, в целом | φ\*эмп.= 2,139; достоверно  при р ≤ 0,05. |
| Тест школьной зрелости Керна-Йирасека, задание №2 (уровень развития мелкой моторики) | φ\*эмп.= 1,858; достоверно  при р ≤ 0,05. |
| Методика определения психологической и социальной готовности к школе | φ\*эмп.= 1,678; достоверно  при р ≤ 0,05. |
| Показатели уровня физической подготовки детей к обучению в школе | φ\*эмп.= 1,714; достоверно  при р ≤ 0,05. |

Выводы по 2 главе

Эмпирическое исследование развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе проводилось на базе «МБДОУ ДС №38 городского округа Самара».

Исследование проходило в три этапа: констатирующий, формирующий, контрольный. В качестве психодиагностического инструментария использовались: ориентационный тест школьной зрелости Керна - Йирасека, методика определения психологической и социальной готовности к школе, упражнения по методике Э.Я.Степаненковой. Данные методики способствовали выявлению уровня готовности к школьному обучению в целом, а также уровень развития мелкой моторики, уровень психологической и социальной готовности к школе, и показатели физической готовности к школе.

По результатам констатирующего этапа эмпирического исследования, был составлен и проведен комплекс игр и упражнений, направленных на развитие психомоторных навыков. Для развития мелкой моторики использовались игры и упражнения: «Привет - пока», «Путешествие пальцев», «Пальчик - мальчик», «Мышки спрятались в норку, « Накорми колобка», «Скворечник». Для развития координации движения использовались игры и упражнения: «Ладошка - замри!», «Успевай-ка!», «Стул», « Зайка и зеркало. Эти упражнения способствовали развитию и тренировке мелкой и крупной моторики, а также координации движений. Данные, полученные на контрольном этапе эмпирического исследования, подтверждают положительную динамику изменения значений, что свидетельствует о достоверности эмпирического исследования.

Заключение

Подготовка детей к обучению в школе является одним из важнейших этапов психического развития в период дошкольного детства и залогом успешного обучения в школе. Готовность детей к школьному обучению заключается не только в количественном запасе представлений, но и в уровне развития познавательных процессов, в умении обобщать и дифференцировать соответствующие категории предметов и явления окружающего мира. Это длительный и творческий процесс, в котором важную роль играют: интеллектуальное, физическое, психологическое, личностное, нравственное развитие.

Единого определения понятия «подготовка детей к обучению в школе» в детской психологии нет по причине многогранности и многоплавности самой ее сути. От того, как ребенок подготовлен к школе всем предшествующим дошкольным периодом развития, будет завесить успешность его адаптации, вхождение в режим школьной жизни его учебные успехи, его психическое самочувствие.

Школьное обучение требует от детей напряженного умственного труда и работоспособности, а предпосылки активной и сознательной учебы в школе формируются в период дошкольного возраста. Переход на следующий более высокий этап развития детей определяется тем, насколько полно прожит предшествующий период, насколько созрели те внутренние противоречия, которые могут разрешиться путем такого перехода.

Успехи ребенка во многом зависят и от готовности организма к систематическому обучению, психических процессов и личностной готовности. Все это определяется морфологическим и функциональным развитием.

Подготовка к обучению в школе выступает основанием преемственности дошкольного и начального общего образования, и предполагает формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Одним из основных показателей подготовки ребенка к обучению в школе является психомоторное развитие - это развитие интеллектуальных и двигательных навыков в зависимости от возраста, врожденных и наследственных качеств ребенка. Психомоторные навыки, включающие в себя координацию движений, мелкую и крупную моторику, выступают в качестве основных коррелятов развития познавательной активности ребенка. Мелкая моторика - это способность выполнять мелкие и точные движения кистями и пальцами рук и ног в результате скоординированных действий важнейших систем: нервной, мышечной и костной. Уровень развития мелкой моторики - один из показателей интеллектуальной готовности к школьному обучению. Ребенок, имеющий высокий уровень развития мелкой моторики, умеет логически рассуждать, у него развита память и внимание, связная речь. Именно психомоторные навыки выступают в качестве основных коррелятов развития познавательной активности ребенка.

Эмпирическое исследование развития психомоторных навыков как средства подготовки детей к обучению в школе проводилось на базе «Муниципального бюджетного дошкольного общеобразовательного учреждения детского сада №38 городского округа Самара». Исследование проводилось в три этапа: констатирующий, формирующий, контрольный.

1.На констатирующем этапе исследовались уровень готовности к школьному обучению в целом (ориентационный тест школьной зрелости Керна - Йирасека), а также развитие мелкой моторики (задание 2 теста школьной зрелости Керна-Йирасека) уровень психологической и социальной готовности к школе (методика Определения психологической и социальной готовности к школе), и показатели физической готовности к школе (упражнения по методике Э.Я. Степаненковой). По результатам эмпирического исследования было выявлено, что в контрольной и экспериментальной группе у детей преобладает средний уровень готовности к школе.

2. В ходе формирующего этапа был составлен и проведен комплекс игр и упражнений, способствующий развитию психомоторных навыков, которые, в свою очередь, эффективно влияют на подготовку детей к обучению в школе. Для развития мелкой моторики использовались игры и упражнения: «Привет - пока», «Путешествие пальцев», «Пальчик - мальчик», «Мышки спрятались в норку, « Накорми колобка», «Скворечник». Для развития координации движения использовались игры и упражнения: «Ладошка - замри!», «Успевай-ка!», «Стул», « Зайка и зеркало». Данные упражнения способствовали развитию и тренировке мелкой и крупной моторики, а также координации движений.

3. На контрольном этапе повторно исследовались уровень готовности к школьному обучению в целом, а также развитие мелкой моторики (задание 2 теста школьной зрелости Керна - Йирасека) уровень психологической и социальной готовности к школе, показатели физической готовности к школе.

По итогам эмпирического исследования были получены достоверные результаты, доказывающие, что составленный и проведенный комплекс игр и упражнений в экспериментальной группе, является эффективным методом развития психомоторных навыков, которые в свою очередь, влияют на подготовку детей к обучению в школе. Данные игры и упражнения необходимо проводить постоянно в целях закрепления и улучшения полученных результатов.

Список литературы

1.Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды/ Б.Г. Ананьев. - М. :  Педагогика, 1980. - 245 с

2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. - М. : МГУ, 2019. - 148 с.

3. Божович Л.И. Психическое развитие школьника и его воспитание / Л.И. Божович, Л.С. Славина. - М. : Просвещение, 1980 - 246 c.

4.Бернштейн, Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Бернштейн. - М. : ООО «ФиС», 2020. - 155 с.

5.Бернштейн Н.А. Психика формируется в движении / Н.А. Бернштейн. - М. : ООО «ФиС», 2018. - 143 с.

6.Безруких М.Н. Ступеньки к школе / М.Н. Безруких. - М. : Дрофа, 2020. - 256 с.

7.Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский - М. : Физкультура и спорт, 2018. - 331с.

8.Экспресс-диагностика готовности к школе : Практическое руководство для педагогов и школьных психологов / Е.К. Вархотова, Н.В. Дятко, Е.В. Сазонова. - М. : Генезис, 2019. - 242 с.

9.Выготский JI.C. Педагогическая психология / JI.C. Выготский. - М. : ЭКСМО-Пресс, 1991. 217 с.

10. Выготский Л. С. Проблема обучения и умственного развития в школьном возрасте / Л. С. Выготский. - М. : Педагогическая психология, 2020. -325 с.

11.Венгер Л.А. Готов ли ваш ребенок к школе / Л.А. Венгер. - М. : «Знание», 2014 - 220 с.

12. Волков Б.С. Готовим ребенка к школе / Б.С. Волков, Н.В. Волкова. - СПб. : Питер, 2018.- 192 с.

13. Волков Б.С. Как подготовить ребенка к школе. Ситуации, упражнения, диагностика : учебное пособие / Б.С. Волков, Н.В. Волкова; изд.3-е, перераб. и доп. - М. : «Ось», 2014. - 192 с.

14. Годик М.А. Двигательные качества и методика их воспитания / М.А. Годик, С.В. Янасис. - М. : Педагогика, 2018. - 472с.

15.Дубровина И.В. Практикум по возрастной и педагогической психологии / И.В. Дубровина. - М. : Академия, 2018. - 225 с.

16.Дегтярев И.П. Физическое развитие / И.П. Дегтярев. - Киев : Освіта, 2015. - 48 с.

17.Запорожец А.В. Подготовка детей к школе. Основы дошкольной педагогики / А.В. Запорожец, Г.А. Маркова. - М. : Педагогика, 1980. - 250 с.

18.Запорожец А.В. Психологические развитие ребенка / А.В. Запорожец, В. В. Давыдова, В.П. Зинченко. - М. : Педагогика, 1986.- 158 с.

19.Запорожец А.В. Развитие произвольных движений / А.В. Запорожец. -М. : Педагогика, 1986. - 180с.

20.ЗинченкоТ. П. Когнитивная и прикладная психология / Т.П. Зинченко. - М. : МОДЭК, 2017. - 608 с.

21.Кольцова М. М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка / Кольцова М. М. - М. : Педагогика, 1973. 247с.

22.Кулагина И.Ю. Возрастная психология : учебное пособие / И.Ю. Кулагина; 3-е изд. - М. : УРАО, 1997. - 176с.

23.Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе / Е.Е.Кравцов. - М. : Наука, 1991. - 145с.

24.Кузнецов М.Н. Здоровье ищем в движениях / М.Н. Кузнецова, М.М. Кузнецова, Т.И. Марченко, Е.И. Пронина. - М. : АРКТИ, 2020.-35с.

25.Леонтьев А.В. Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста / А.Н. Леонтьева А.В., Леонтьева. - М. : Международный Образовательный и Психологический Колледж, 2015. - 144с.

26.Лях В. И. Координационные способности школьников / В. И. Лях. – М. : Физкультура и спорт, 2020. 145с.

27.Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей / С.Я Лайзане. - М. : Просвещение, 2020. - 160 с.

28. Мухина В.С. Детская психология / В.С. Мухина. - М. : Просвещение, 2015. - 315 с.

29.Миткина А.А. Управление движением / А.А. Миткина. - М. : Наука, 2020. -169с.

30.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. - М. : Физкультура и спорт, 1991. - 531с.

31.Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П. Матвеев. – М : Физкультура и спорт, 2017. - 270с.

32.Нижегородцева Н.В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе / Н.В. Нижегородцева. - М. : Владос, 2020.- 265с.

33.Никандров В.В. Психомоторика: учебное пособие для вузов / В.В. Никандаров. – СПб. : Речь, 2014. - 14с.

34.Назаров В.Н. Координация движений у детей школьного возраста. / В.Н. Назаров. - М. : Физкультура и спорт, 2014. - 144 с.

35.Озеров В.П. Психомоторные способности человека / В.П. Озеров. - М. : Дубна, 2020. - 320с.

36.Платонов К.К. Психология / К.К. Платонов. - М. :Дрофа, 2018. - 243 с.

37. Давыдова В.В. Психологическое развитие младших школьников / В.В. Давыдова. - М. : Просвещение, 1990. - 402с.

38.Рубинштейн C.Л. Проблемы общей психологии / C.Л. Рубинштейн. - М. : Педагогика, 2020. - 176с.

39. Рогов Н. И. Настольная книга практического психолога / Н. И. Рогов. –М. : Педагогика , 1999. - 214с.

40.Ремезова Л.А. Развитие конструктивной деятельности у старших дошкольников с нарушением зрения / Л.А. Ремезоваю. - Самара: ООО «НТЦ», 2020. -136с.

41.Сеченов И.М. Избранные произведения / И.М. Сеченов. - М.: АН СССР, 1952. – 60с.

42.Слободчикова В.В. Готовность детей к школе / В.В. Слободчикова. – Томск : Обь, 2014. - 250с.

43. Староста В.Н. Новый способ измерения и оценки двигательной координации / В.Н. Староста. – М : Дрофа, 2018. - 128с.

44.Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников / Л.П. Савина.- М. : Родничок, 1999. - 256с.

45.Сулейманов И.И. Основы воспитания координационных способностей / И.И. Сулейманов.- Омск. : ОГИФК, 2020. - 46с.

46.Стамбулова Н.В. Исследование развития психических процессов и двигательных качеств у школьников 8-12 лет. / Н.В. Стамбулова. - СПб: Питер, 2020. - 48 с.

48. Столяренко Л.Д. Основы психологии / Л.Д. Cтоляренко. - Ростов - на – Дону : Никола, 2020.- 98с.

49.Ткаченко Т.А. Развиваем мелкую моторику / Т.А. Ткаченко. - М. : ЭКСМО, 2017. - 134с.

50. Ульенкова У.В. Формирование общей способности к учению у 6 - летних детей / У.В. Ульенкова. -М. : Стрела, 1989. – 257с.

51.Фомин И.А. Физиологические основы двигательной активности / И.А. Фомин. - М. : ФиС, 1991. – 224с.

52.Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студ. высших. учеб. заведений / Ж.К. Холодов. - М. : «Академия», 2019. - 186с.

53.Ширяев А.Г., И. Физкультура как она есть / А.Г. Ширяев. - М. : Физкультура и спорт, 2014. - 80с.

54.Эльконин, Д.Б Особенности психического развития детей 6-7 летнего возраста. / А.Л. Венгер, Д.Б. Эльконин. - М. : Педагогика, 2018. - 136с.

55.Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды / Д.Б. Эльконин. - М. : Педагогика, 2019. - 560с.

Приложение 1

Ориентационный тест школьной зрелости Керна-Йирасека

Инструкция по применению теста:

Ребенку (группе детей) предлагают бланк теста. На первой стороне бланка должны содержаться данные о ребенке и оставлено свободное место для рисования мужской фигуры, на обороте в верхней левой части помещен образец письменных букв, а в нижней части - образец группы точек. Правая часть этой стороны листа оставлена свободной для воспроизведения образцов ребенком. В качестве бланка может служить лист машинописной бумаги, ориентированный так, чтобы нижняя часть его оказалась длинней боковой. Карандаш перед испытуемым кладут так, чтобы он был на одинаковом расстоянии от обеих рук (в случае, если ребенок окажется левшой, экспериментатор должен сделать соответствующую запись в протоколе). Бланк кладется перед ребенком чистой стороной.

Инструкция к заданию №1:

«Здесь (показывают каждому ребенку) нарисуй какого-нибудь мужчину. Так как сможешь». Больше никаких пояснений, помощи или привлечения внимания к ошибкам и недостаткам рисунка не допускается. Если дети все же начнут расспрашивать, как рисовать, экспериментатор все равно должен ограничиться одной фразой: «Рисуй так, как сможешь». Если ребенок не приступает к рисованию, то следует подойти к нему и подбодрить, например, сказать: «Рисуй, у тебя все получится». Иногда ребята задают вопрос, нельзя ли вместо мужчины нарисовать женщину, в этом случае надо ответить, что все рисуют мужчину и им тоже надо рисовать мужчину. Если ребенок уже начал рисовать женщину, то следует разрешить дорисовать ее, а затем попросить, чтобы он нарисовал рядом еще и мужчину. Следует иметь в виду, что бывают случаи, когда ребенок категорически отказывается рисовать мужчину. Опыт показывает, что такой отказ может быть связан с неблагополучием в семье ребенка, когда отца либо вообще нет в семье, либо он есть, но от него исходит какая-либо угроза. По окончании рисования фигуры человека детям говорят, чтобы они перевернули лист бумаги на другую сторону.

Инструкция к заданию №2:

«Посмотри, здесь что-то написано. Ты еще не умеешь писать, но попробуй, может быть, у тебя получится точно так же. Хорошенько посмотри, как это написано, и вот здесь, рядом, на свободном месте напиши так же». Предлагается скопировать фразу:

«Я ел суп»,

написанную письменными буквами. Если какой-нибудь ребенок неудачно угадает длину фразы и одно слово не поместиться в строчке, следует обратить внимание на то, что можно написать это слово выше или ниже. Следует иметь в виду, что встречаются дети, которые уже умеют читать письменный текст, и тогда они, прочитав, предложенную им фразу, пишут ее печатными буквами. В этом случае необходимо иметь образец иностранных слов, также написанных письменными буквами.

Инструкция к заданию №3:

«Посмотри, здесь нарисованы точки

\* \* \*

\* \* \*

\* \* \*

\*

Попробуй вот здесь, рядом, нарисовать точно так же».

При этом нужно показать, где ребенок должен рисовать, поскольку следует считаться с возможным ослаблением концентрации внимания у некоторых детей. Отмечают также, вертится ли ребенок слишком много, роняет ли карандаш и ищет его под столом, начал ли рисовать, несмотря на указания, в другом месте или вообще обводит контур образца, желает ли убедиться в том, что рисует красиво и т. д.

Интерпретация результатов:

Результат каждого задания оценивается по пятибалльной системе (1высший балл; 5низший балл), а затем вычисляется суммарный итог по 3 –м заданиям.

Развитие детей, получившим в сумме по 3-м заданиям:

- от 3-х до 6-ти баллов, рассматриваются как выше среднего

- от7-и до 11-ти баллов, как средний уровень

- от12-ти до 15-ти баллов - ниже нормы.

Оценка результатов теста:

Задание №1 - рисование мужской фигуры.

1 балл выставляется при выполнении следующих условий: нарисованная фигура должна иметь голову, туловище, конечности. Голова с туловищем соединена с шеей и не должна быть больше туловища. На голове есть волосы (возможно, они закрыты шапкой или кепкой) и уши, на лице – глаза, нос, рот, руки заканчиваются пятипалой кистью. Ноги внизу отогнуты. Фигура имеет мужскую одежду и нарисована так называемым синтетическим способом (контурным), заключающимся в том, что вся фигура (голова, шея, туловище, руки, ноги) рисуются сразу как единое целое, а не составляется из отдельных законченных частей. При таком способе рисования всю фигуру можно обвести одним контуром, не отрывая карандаша от бумаги. На рисунке видно, что руки и ноги как бы «растут» из туловища, а не прикреплены к нему. В отличие от синтетического более примитивный аналитический способ рисования предполагает изображение отдельно каждой из составляющих частей фигуры. Так, например, сначала рисуется туловище, а затем к нему прикрепляются руки и ноги.

2 балла. Выполнение всех требований на единицу, кроме синтетического способа рисования. Три отсутствующие детали (шея, волосы, один палец руки, но не часть лица) можно не учитывать, если фигура нарисована синтетическим способом.

3 балла. Фигура должна иметь голову, туловище, конечности. Руки и ноги нарисованы двумя линиями (объемные). Допускается отсутствие шеи, волос, ушей, одежды, пальцев и ступней.

4 балла. Примитивный рисунок головы с туловищем. Конечности (достаточно одной пары) нарисованы одной линией каждая.

5 баллов. Отсутствует четкое изображение туловища («головоножка» или преобладание «головоножки») или обеих пар конечностей. Каракули.

Задание №2 -копирование слов, написанных письменными буквами.

1 балл. Хорошо и полностью разборчиво скопирован написанный образец.

Буквы превышают размер букв образца не более чем в два раза. Первая буква по высоте явно соответствует прописной букве. Буквы четко связаны в три слова. Скопированная фраза отклоняется от горизонтальной линии не более чем на 30 градусов.

2 балла.  Все еще разборчиво скопирован образец. Размер букв и соблюдение горизонтальной линии не учитываются.

3 балла. Явная разбивка надписи минимум на две части. Можно понять хотя бы четыре буквы образца.

4 балла. С образцом совпадают хотя бы две буквы. Воспризведенный образец все еще создает строку надписи.

5 баллов. Каракули.

Задание №3 - срисовывание группы точек.

1 балл. Почти совершенное копирование образца. Допускается незначительное отклонение одной точки от строки или колонки. Уменьшение образца допустимо, а увеличение не должно быть более чем вдвое. Рисунок должен быть параллелен образцу.

2 балла. Число и расположение точек должно соответствовать образцу. Можно не учитывать отклонение не более трех точек на половину ширины зазора между строкой и колонкой.

3 балла. Рисунок в целом соответствуют образцу, не превышая его по ширине и высоте более чем вдвое. Число точек может не соответствовать образцу, но их не должно быть больше 20 и меньше 7. Допускается любой поворот, даже на 180 градусов.

4 балла. Контур рисунка не соответствует образцу, но все же состоит из точек. Размеры образца и количество точек не учитываются. Иные формы (например, линии) не допускаются.

5 баллов. Каракули.

По классификации положительными считаются первые три группы. Дети, набравшие количество баллов от 24 до 13, считаются готовыми к школьному обучению.

По поводу интерпретации Керн - Йирасек отмечал, что высокое качество выполнения говорит о большей вероятности, что испытуемый будет успешно справляться со школьной программой. Однако если с тестом справился плохо - Это не значит, что в школе он станет двоечником и неучем. Вовсе нет. И такие дети хорошо учатся. Просто бывает, что ребенок схематично рисует человека, что сказывается на общей сумме баллов.

Таким образом, можно говорить, что методика Керна - Йирасека дает предварительную ориентировку в уровне развития готовности к школьному обучению.

Приложение 2

Методика определения психологической и социальной готовности

к школе.

Инструкция: педагог зачитывает несколько предложений, на которые ребенок должен ответить положительно, соответственно поставив « плюс», на ответ «нет» - «минус». Обработка данных проводится путем подсчета положительных ответов.

Вопросы:

1. Когда я пойду в школу, у меня появиться много новых друзей.

2. Мне интересно, какие у меня будут уроки

3. Думаю, что буду приглашать на день рождения весь класс.

4. Мне хочется, чтобы урок был больше, чем перемена.

5. Когда я пойду в школу, буду, хорошо учится.

6. Мне интересно, что в школе предлагают на завтрак.

7.Самое лучшее в школьной жизни - это каникулы.

8.Кажется в школе намного интереснее, чем в саду.

9.Мне очень хочется в школу, т.к. мои друзья тоже идут в школу.

10.Если бы было можно, я бы еще в прошлом году пошел в школу.

Оценка результатов:

1.Высокий уровень - если ребенок поставил от 8 и более положительных ответов. У ребенка представление о школе сформировано, положительное отношение.

2.Средний уровень - если ребенок поставил от 4 до 7 положительных ответов. Ребенок хочет в школу, но она привлекает его своими вне учебными сторонами.

Если большое количество положительных ответов на первые 5 пунктов, то ребенок мечтает о новых друзьях и играх.

3.Низкий уровень - если ребенок поставил до 3 положительных ответов. Ребенок не имеет представления о школе, не стремится к обучению.

Приложение 3

Упражнения на определения уровня физической подготовки ребенка   
к обучению в школе по методике Э.Я.Степаненковой

Упражнение №1 на определение гибкости:

Цель: Определить гибкость, сидя на гимнастической скамейке у детей дошкольного возраста.

Методика: На полу мелом наносится линия А - Б, а от ее середины – перпендикулярная линия, которую размечают через 1см. Ребенок садится так, чтобы пятки оказались на линии А - Б. Расстояние межу пятками 20-30см, ступни вертикальны. Выполняется три разминочных наклона, и затем четвертый, зачетный. Результат определяется по касанию цифровой отметки кончиками пальцев соединенных рук.

Упражнение №2 на определение скоростных качеств:

Цель: Определить скоростные качества в беге на 30 м с высокого старта.

Методика: В забеге участвуют не менее двух человек. По команде «На старт!» участники подходят к линии старта занимают исходное положение. По команде «Внимание!» наклоняются вперед и по команде «Марш» бегут к линии финиша по своей дорожке. Фиксируется лучший результат.

Упражнение №3 на определение выносливости:

Цель: Определить выносливость в непрерывном беге на 90м у детей дошкольного возраста.

Методика: Бег можно выполнять как в спортивном зале, так и на стадионе. В забеге одновременно участвуют 6-8 человек. Заранее разметить дистанцию линию старта и половину дистанции. Инструктор по физическому воспитанию бежит в впереди колонны в среднем темпе 1-2 круга, дети бегут за ним, затем дети бегут самостоятельно, стараясь не менять темпа. Бег продолжатся до появления первых признаков усталости. Упражнения считаются правильно выполненными, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановок. Фиксируется лучший результат.

Упражнение №4 на определение скоростно-силовых качеств:

Цель: Определить скоростно – силовые качества в прыжке в длину с места.

Методика: Ребенок встает у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние в прыжковую яму. При приземлении нельзя опираться сзади руками. Расстояние измеряется от линии до пятки сзади стоящей ноги. Записывается лучший результат наклона и затем четвертый результат. Результат определяют по касанию цифровой отметки кончиками пальцев соединенных рук.

Упражнение №5 на ловкость:

Цель: Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованием внезапно меняющей обстановки в челночном беге 3\*10м.

Методика: В забеге могут принимать участие один или два участника. Перед началом забега на линии старта и финиша для каждого участника кладут кубики. По команде «На старт!» участники выходят с линии старта. По команде «Марш!» бегут к финишу, обегая кубик на старте и на финише и так три раза. Фиксируется общее время бега.

Приложение 4

Комплекс упражнений и игр для развития мелкой моторики

Упражнение №1 «Привет - пока»

Цель: тренировка в сгибании и разгибании всех пальцев вместе и поочередно.

Инструкция: дети сгибают руки в локтях, держат кисти перед лицом, сгибают и разгибают пальцы одновременно, не сжимая их в кулачки. Далее сгибают и разгибают по очереди, начиная с большого пальца.

Игра№2«Путешествие пальцев»

Цель: развитие и тренировка координации движений пальцев, развитие кончиков пальцев рук, развитие внимания.

Материал: лист бумаги, на котором изображены 2 домика в разных концах «островки» для передвижения пальцев.

Ход игры: ребенок устанавливает пальцы около первого домика. Затем начинает пальцами передвигаться по островкам до другого домика, не отрывая пальцы от другой «кочки».

Правила:

можно передвигаться, для начала, используя 2 пальца;

все пальцы должны участвовать;

нельзя отрывать первый палец, не переставив другой.

Упражнение № 3 «Ладошка - замри!»

Цель: развитие статистической координации движений пальцев рук, упражнение в удержании позы.

Инструкция: вытянуть руки вперед с разведенными пальцами и пробовать удержать 10 секунд. Если получается удержать позу, то руки положить на стол. Психолог может слегка приложить ладони на руки ребенка.

Упражнение №4 «Стул»

Цель: развитие динамической координации, чередование движения.

Инструкция: левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части привлекается кулачок (большим пальцем к себе). Если ребенок легко выполняет это упражнение, можно менять положение рук попеременно на счет раз.

Упражнение №5 «Скворечник»

Цель: упражнение ладоней.

Инструкция: ладони сложены вместе, пальцы смотрят вверх, локти - в разные стороны. Затем, не разжимая ладони и не опуская локти, опускают кисти рук вниз, прогибая запястья.

Игра №6 «Успевай-ка!»

Цель: развитие динамической координации, чередование движений рук.

Ход игры: (играют 2-10 человек) в процессе игры дети строят столбик из рук, производя различные общепринятые комбинации.

Например, кулак – кулак – ладонь.

Правило: Нельзя ошибаться. Рука, совершившая ошибку, убирается.

Игра №7 «Зайка и зеркало»

Цель: совершенствование координации, автоматизации и плавности переключения.

Инструкция: левая ладонь кверху, делаем «козу». Сверху на нее накладываем правую руку, которая тоже изображает «козу» (тыльной стороной вверх). Выставляем вверх и вниз средние и безымянные пальцы обеих рук и двигаем ими в противоположные стороны.

Игра№8 « Накорми колобка»

Цель: развитие мелкой моторики и тактильной чувствительности.

Оборудование:  не высокие пластиковые баночки с крышечками, фасоль.

Изготовление пособия: на крышечке изобразить колобка (или  другого персонажа) из самоклеющейся бумаги. Сделать отверстие во рту канцелярским ножом (удобно вырезать отверстие, если крутить ножом по кругу).

Инструкция: психолог говорит детям, что наш Колобок проголодался и его нужно покормить. Дети берут из баночки фасоль и кладут в отверстие рта.

Игра №9 «Пальчик-мальчик»

Цель: развитие мелкой моторики пальцев рук.

Инструкция: ребенок соединяет большой палец поочередно с указательным, средним, безымянным, мизинцем на одной руке, затем на другой: пальчик-мальчик, где ты был? С этим братцем в лес ходил, с этим братцем щи варил, с этим братцем кашу ел, с этим братцем песни пел.

Упражнение №10 «Мышки спрятались в норку»

Цель: развитие мелкой моторики пальцев рук.

Инструкция: ребенок правую руку кладет на стол и постепенно сгибает то средний, то указательный, то большой палец, остальные при этом должны подниматься вверх.