

Беляченкова И.М., Филатова М.Г.

**ПРИМЕНЕНИЕ ИГР И ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ
ДЛЯ ПСИХОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ
И ГРУППОВОЙ РАБОТЕ**

Аннотация. В данной статье раскрывается актуальность психомоторного развития дошкольников, необходимость применения игр и игровых упражнений для развития различных компонентов психомоторной сферы; описаны игры и игровые упражнения, направленные на развитие психомоторных функций.

Ключевые слова: психомоторное развитие, психомоторные игры и игровые упражнения, зрительно-моторная координация.

Irina M. Belyachenkova, Marina G. Filatova

**APPLICATION OF GAMES AND GAME EXERCISES
FOR PSYCHOMOTOR DEVELOPMENT OF CHILDREN
IN INDIVIDUAL AND GROUP WORK**

Abstract. The relevance of preschoolers' psychomotor development, the need to apply games and game exercises for the development of various components of the psychomotor sphere is revealed; games and game exercises aimed at the development of psychomotor functions are described.

Keywords: psychomotor development, psychomotor games and game exercises, eye-hand coordination.

Согласно ФГОС ДО [1] среди результатов (целевых ориентиров) у ребёнка на этапе завершения дошкольного образования в числе прочих предусмотрены следующие:

- развитие крупной и мелкой моторики; подвижность, выносливость, владение основными движениями, умение контролировать свои движения и управлять ими;

- способность к волевым усилиям, умение следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, соблюдение правил безопасного поведения.

Именно психомоторная сфера дошкольников является одним из показателей гармоничности развития личности, и ее правильное развитие обеспечивает социальное благополучие ребенка, этим и объясняется актуальность темы статьи.

Сензитивным периодом психомоторного развития является дошкольный возраст, когда происходит интенсивное физическое и психическое развитие ребенка (Л.А. Венгер, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев и др.). Психомоторное развитие ребенка является базовым уровнем для его дальнейшего психического развития – познавательного, эмоционального, социального, – которое, в свою очередь, обуславливает успешное обучение в школе и формировании учебных навыков [2].

Психомоторное развитие – это понятие весьма сложное. Оно включает в себя большой комплекс самых разных показателей. Это – совершенствование рефлексов, зрения, слуха, двигательных навыков, мелкой моторики, активной и пассивной речи, эмоций, сенсорного восприятия, навыков общения и социализации, – в каждом возрасте ведущие линии развития ребенка меняются. Другими словами, психомоторное развитие иллюстрирует степень зрелости разных мозговых центров на разных этапах жизни маленького человека [3].

Психомоторные игры и упражнения развивают и корректируют механизмы мозговой деятельности ребенка. При этом воздействие психомоторных упражнений и игр имеет как немедленный, так и накапливающийся эффект, способствующий повышению умственной работоспособности, оптимизации интеллектуальных процессов, активизации его энергетического потенциала. В общем смысле психомоторные игры и упражнения с детьми, как индивидуальные, так и групповые, помогают развивать у них способность к произвольному планированию своих действий, а

также их регулировке и контролю. Позволяют повысить концентрацию внимания, продуктивно его распределять, научиться управлять своими психическими процессами [6].

Современные исследования показывают, что, признавая игру ведущим видом деятельности дошкольника и понимая желательную необходимость построения и организации процесса воспитания и обучения детей в игровой форме, педагоги на практике, к сожалению, из-за существующей и увеличивающейся с каждым годом плотности наполнения групп вынуждены больше использовать настольный игровой дидактический материал, чем развивающий потенциал двигательной активности детей. Интенсификация процесса обучения, а также дефицит времени для свободной деятельности дошкольников являются выраженными психотравмирующими факторами для них, что в сочетании со снижением уровня двигательных игровых заданий и двигательных упражнений негативно отражается на состоянии их здоровья, на физическом и психическом развитии, что ведет к их утомлению, нежеланию обучаться в дальнейшем [4, с. 23].

Процесс психического развития детей происходит при условии их высокой двигательной активности. При регулярном выполнении определенных движений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию высших психических функций.

Развивать психомоторику детей необходимо, особенно те ее компоненты, которые в дальнейшем нужны для успешного школьного обучения. Мероприятия по психомоторному развитию, основанные на двигательных методах, среди прочих включают растяжки, дыхательные упражнения, перекрестные телесные упражнения [5]. В статье представлены игры и упражнения, направленные на развитие различных компонентов психомоторики. Использование данных игр обеспечивает сочетание оптимального уровня двигательной активности и развивающего потенциала игровой деятельности, что положительно отражается на физическом и

психическом развитии дошкольников. Практическое применение игровых упражнений уже подтвердило интерес детей к ним, нашло у них эмоциональный отклик, и это повышает эффективность игр.

Упражнение «Самый ловкий». Упражнение направлено на развитие внимания, координации, быстроты реакции, ловкости; помогает развивать умение согласовывать одновременное движение рук и ног (рис. 1).

Оборудование: листы формата А4 с изображением левой и правой руки (ладони), левой и правой ноги (ступни). Количество листов берётся по желанию, но не меньше 12 шт., листы скрепляются по горизонтали (2 изображения руки и 2 изображения ноги) в произвольном порядке, получившиеся линии скрепляются между собой по вертикали.

Ребенок передвигается (прыгает) по полю, ставя руки и ноги на соответствующие изображения.



Рисунок 1 – Выполнение упражнения «Самый ловкий»

Игра «Повтори за мной». Игра (рис. 2) направлена на развитие внимания, ловкости, памяти, ориентировку в пространстве, зрительно-моторную координацию, помогает закрепить понятие лево – право. Эта игра направлена на индивидуальную работу (игра со взрослым), работу в парах (ребенок играет с ребенком). В игре есть водящий, который показывает алгоритм действий, и игрок, который должен запомнить комбинацию за ведущим и воспроизвести ее. Также можно играть, давая ребенку схему комбинации движений.



Рисунок 2 – Выполнение упражнений в игре «Повтори за мной»

Оборудование: линолеум (можно взять другой подходящий материал) размером 1 м х 1 м, цветные круги – 6 шт., карточки – схемы комбинаций движений (рис. 3).

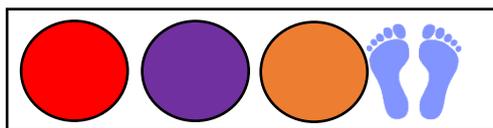


Рисунок 3 – Пример карточки – схемы комбинаций движений

Упражнения на координационной лестнице. Использование лестницы (рис. 4) помогает дошкольникам развивать координационные, скоростные, скоростно-силовые способности. Во время выполнения упражнений на координационной лестнице тренируется сердечно-сосудистая система и выносливость. Этот тренажёр можно использовать как в индивидуальной работе с детьми, так и в групповой. Применяется не только на занятиях, но и на утренней гимнастике, в повседневной жизни, что обеспечивает оптимальный уровень двигательной активности.

Комбинацию упражнений можно показывать детям или использовать карточки – схемы комбинаций движений (рис. 5).



Рисунок 4 – Упражнения на координационной лестнице



Рисунок 5 – Карточки – схемы комбинаций движений

Психомоторное развитие, ввиду своего основополагающего значения, универсальности, естественности для детей, должно занимать ведущее место в общем комплексе психолого-педагогических воздействий [4, с. 26].

Гармоничное развитие психомоторных свойств создает предпосылки для полноценного развития высших психических функций (мыслительных операций, памяти, внимания, восприятия) и творческих способностей, что так необходимо выпускнику детского сада – будущему школьнику.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Приказ Министерства образования и науки России от 17.10.2013 № 1155 (ред. от 21.01.2019) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования». – Текст : электронный. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/ (дата обращения: 01.04.2020).
2. Брескина А. В. Игры-упражнения по психомоторному развитию / А. В. Брескина. – Текст : электронный. – URL: <https://nsportal.ru/detskiy->

sad/raznoe/2018/05/31/igry-uprazhneniya-po-psihomotornomu-razvitiyu (дата обращения: 08.04.2020).

3. Все, что нужно знать родителям о психомоторном развитии детей раннего возраста и его особенностях. – Текст : электронный. – URL: <https://razvivashka.online/sfery-razvitiya/psihomotorное-razvitie> (дата обращения: 11.04.2020).

4. Мухина С. Н. К проблеме развития психомоторной сферы детей в современном дошкольном образовании / С. Н. Мухина. – Текст : непосредственный // Современное дошкольное образование. Теория и практика. – 2017. – С. 22–26.

5. Сиротюк А. Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: практическое пособие / А. Л. Сиротюк. – Москва : АРКТИ, 2008. – С. 7. – Текст : непосредственный.

6. Упражнения для нейропсихологической коррекции в детском возрасте. – Текст : электронный. – URL: <https://vospitanie.guru/doshkolniki/uprazhneniya-dlyanejropsihologicheskoy-korreksii-v-detskom-vozhaste> (дата обращения: 09.04.2020)

Беляченкова Ирина Михайловна, старший воспитатель, МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 23 «Ромашка», г. о. Ступино, Московская область, Россия

Филатова Марина Геннадьевна, воспитатель, МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 23 «Ромашка», г. о. Ступино, Московская область, Россия

Irina M. Belyachenkova, senior educator, МАПЕИ «Child development center – Kindergarten № 23 «Romashka», Stupino, Moscow region, Russia

Marina G. Filatova, educator, МАПЕИ «Child development center – Kindergarten № 23 «Romashka», Stupino, Moscow region, Russia