

Общая педагогика, история педагогики и образования
(педагогические науки)

Научная статья

УДК 373.2

**РЕАЛИЗАЦИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
МАРШРУТОВ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ДВИЖЕНИЙ У ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Елена Константиновна Воронова

Петрозаводский государственный университет, Петрозаводск, Россия

voronova_helena@mail.ru

Аннотация. Рассмотрено формирование двигательной сферы и изменения физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста как составляющей готовности ребенка к обучению в школе. Дана оценка эффективности реализации индивидуальных образовательных маршрутов изменения уровня физической подготовленности старших дошкольников на базе авторской программы формирования двигательной сферы и развития физических качеств. Уточнены и описаны типовые ошибки в технике основных видов движений детей старшего дошкольного возраста (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), выявлены наиболее эффективные физические упражнения, способствующие устранению технических ошибок движений, определены уровни сформированности двигательных навыков детей. Исследована эффективность использования индивидуальных образовательных маршрутов в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста. Предложен образец составления индивидуальных образовательных маршрутов с учетом

Педагогические исследования. 2023. Вып. 2. С. 255–268.

Pedagogical Research. 2023. Vol. 2. P. 255–268.

выявленных недочетов техники движений. На основе опросов и анкетирования педагогов по физическому воспитанию дошкольных образовательных учреждений определены наиболее сложные технически виды движений для детей старшего дошкольного возраста; мнение педагогов было подкреплено анализом результатов тестирования детей. Реализация предложенной методики позволит повысить уровень физической готовности детей 6–7 лет к школьному обучению, а также сформировать устойчивый интерес детей к занятиям физическими упражнениями. Сделаны выводы об эффективности реализации индивидуальных образовательных маршрутов формирования культуры движений детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: индивидуальные образовательные маршруты, формирование двигательной сферы, дети старшего дошкольного возраста, физическая готовность к школьному обучению, индивидуальные образовательные маршруты

Для цитирования: Воронова Е. К. Реализация индивидуальных образовательных маршрутов формирования культуры движений у детей старшего дошкольного возраста // Педагогические исследования. 2023. Вып. 2. С. 255–268.

General Pedagogics, History of Pedagogics and Education
(pedagogical sciences)

Original article

IMPLEMENTATION OF INDIVIDUAL EDUCATIONAL ROUTES OF MOVEMENT CULTURE FORMATION AMONG OLDER PRESCHOOL CHILDREN

Elena K. Voronova

Petrozavodsk State University, Petrozavodsk, Russia

voronova_helena@mail.ru

Abstract. Formation of the movement sphere and changes in physical fitness of older preschool children as a component of a child's readiness for schooling is considered. The effectiveness of implementation of individual educational routes of changing the level of physical fitness of older preschool children on the basis of the author's programme of formation of movement sphere and development of physical qualities is evaluated. Typical mistakes in the technique of the main types of movements of older preschool children (walking, running, jumping, throwing, climbing) are specified and described. The most effective physical exercises contributing to the elimination of technical mistakes of movements are revealed, the levels of formation of children's motor skills are determined. The effectiveness of using individual educational routes in physical education of children of older preschool age has been investigated. The sample of drawing up individual educational routes taking into account the revealed deficiencies of movement technique is offered. On the basis of surveys and questionnaires of physical education teachers of preschool educational institutions the most technically difficult types of movements for children of senior preschool age were determined; the teachers' opinion was supported by the analysis of children's testing results. The implementation of the proposed methodology will increase the level of physical readiness of 6–7-year-old children for schooling, as well as form a stable interest of children in physical exercises. The article draws conclusions about the effectiveness of the implementation of individual educational routes for the formation of movement culture in children of older preschool age.

Keywords: individual educational routes, formation of movement technique, children of older preschool age, physical readiness for schooling, maps of individual development of movement culture

For citation: Voronova E. K. Implementation of individual educational routes of movement culture formation among older preschool children *Pedagogicheskie issledovaniya = Pedagogical Research*. 2023;(2):255-268. (In Russ.).

Исследования [1–3] позволяют наметить некоторые характеристики современного ребенка, которые нельзя не учитывать, организуя педагогический процесс в образовательном учреждении. Одной из них является падение уровня включенности дошкольников в сюжетно-ролевые и подвижные игры – в реальности это выражается, во-первых, в исчезновении детской дворовой субкультуры, и, во-вторых, в увлечении компьютерными играми, что обусловило появление такого понятия, как «детская гиподинамия». В детском саду (и особенно дома) дети большую часть времени проводят в статичном положении, играя в компьютерные игры и просматривая мультфильмы. Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, а также приводит к неправильно сформированной технике основных движений [2].

Следующая характеристика современного ребенка – низкие показатели выполнения всевозможных норм и правил [3], в том числе технических образцов движения, – в реальной жизни современные дети одержимы самовыражением. Учитывая это, педагог должен использовать такие средства, методы и методические приемы, которые соответствовали бы индивидуальным особенностям детей, т. е. разрабатывать и апробировать индивидуальные образовательные маршруты [4–6]. Цель нашего исследования – оценка эффективности реализации индивидуальных образовательных маршрутов изменения уровня физической подготовленности старших дошкольников на

основе авторской программы формирования двигательных навыков и развития физических качеств.

В воспитательно-образовательном процессе дошкольного учреждения реализация индивидуальных образовательных маршрутов [1; 3–6] формирование культуры движений и изменение физической подготовленности имеют большое значение для всестороннего физического развития и раскрытия индивидуальных двигательных возможностей детей [7], а также устранения трудностей в процессе освоения техники сложнокоординационных движений.

Исследование проводилось с сентября 2021 по май 2022 года на базе трех дошкольных образовательных учреждений Петрозаводска, в нем приняли участие 108 детей 6–7 лет. Основные методы – наблюдение и тестирование.

В сентябре экспериментального учебного года в трех детских садах обследовались дети 6–7 лет, посещающие подготовительную группу. Сформированность техники основных движений определялась методом наблюдения, что позволило выявить недочеты в технике движений путем сравнения полученных результатов с эталонами движения [8]. Детям предлагалось несколько попыток для выполнения таких упражнений, как ходьба обычным шагом по прямой (10 м), бег 30 м без учета времени, прыжок в длину с места без учета результата, бросок мяча на дальность без учета результата.

Уровень физической подготовленности определялся по методике Н. А. Ноткиной [8]: ходьба на 10 м, бег на 30 м, прыжок в длину с места, метание мешочка с песком вдаль.

При проведении диагностики в сентябре 2021 года дети выполняли следующие упражнения: ходьба, бег, прыжки в длину с места и метание на дальность. Владение техникой указанных упражнений оценивалось по уровням (высокий, средний, низкий) путем экспертной оценки за каждое упражнение. Группу экспертов составили преподаватель теории и методики физической культуры и спорта Петрозаводского государственного университета и три инструктора по физическому воспитанию дошкольных образовательных

учреждений Петрозаводска. Методом наблюдения за техникой выполнения ходьбы на 10 м, бега на 30 м, прыжка в длину и метания на дальность определялся уровень сформированности техники выполнения контрольных упражнений.

После первичного обследования было установлено, что 65,5 % детей имеют отклонения в сформированности технических элементов движений и нуждаются в индивидуальной коррекционной работе.

В каждом дошкольном образовательном учреждении определили экспериментальную группу детей (МДОУ № 87 – 17 человек, МДОУ № 83 – 20 человек, МОУ № 112 – 20 человек; всего 57 человек, из них 36 мальчиков и 21 девочка), для которых инструкторами по физическому воспитанию составлялись индивидуальные маршруты формирования техники движений.

Повторный анализ выявленных нарушений структуры техники движений у детей, вошедших в экспериментальные группы, позволил сделать следующие выводы:

самым сложным элементом техники движений стало метание на дальность; мальчики осваивают это движение на более высоком уровне, чем девочки; наименее сформированным элементом метания стал бросок мешочка как у мальчиков (72,2 %), так и у девочек (90,5 %);

большие затруднения дети испытывали также при прыжках в длину с места; значительной гендерной разницы в освоении технических элементов прыжка нами не выявлено: 61,1 % мальчиков и 57,1 % девочек имеют частично сформированную технику прыжка;

умение правильно бегать сформировано у большинства обследованных детей, однако в этом движении выявлена ошибка, характерная для многих детей – неумение ставить опорную ногу на всю стопу (69,4 % мальчиков и 71,4 % девочек) и отталкиваться от опоры прямой ногой (75 % мальчиков и 85,7 % девочек); у незначительного числа детей выявлено неумение координировать движения рук и ног;

ходьба оказалась самым сформированным двигательным навыком у детей старшего дошкольного возраста; общей ошибкой для всех испытуемых является неправильное положение головы (выраженный наклон головы вперед-вниз) и отсутствие размаха или маленький размах рук в движении.

На этапе формирующего эксперимента, который длился в течение одного учебного года, для каждого испытуемого были составлены индивидуальные образовательные маршруты формирования техники движений (в общей сложности 47 индивидуальных маршрутов; несколько детей объединили, т. к. у них схожие ошибки в технике движений). Приведем пример одного из них (табл.).

Таблица – Комплекс физических упражнений по формированию техники прыжка в длину с места, метания и равновесия, разработанный для Ани А.
Задачи:

развитие равновесия, координации движений; закрепление навыка правильной осанки в ходьбе;

формирование элементов техники метания (исходное положение, замах, сила броска);

формирование элементов техники прыжка в длину с места (толчок, сохранение равновесия при приземлении).

№ п/п	Упражнения	Задачи
1.	Прыжки из одного обруча в другой (5–6 обручей подряд) Исходное положение – ноги на ширине ступни, руки на пояс: перепрыгнуть из обруча в обруч, стараясь прыгнуть в центр (в течение года меняется спортивный инвентарь – плоские гимнастические палки, нарисованные круги/линии, ленточки и др.; меняется расстояние между предметами – уменьшается/увеличивается)	Развивать силу толчка
2.	Прыжки в обруч и из обруча Исходное положение – ноги на ширине ступни, руки на пояс: стоя лицом к обручу, прыгнуть в него не поворачиваясь, прыгнуть обратно; стоя справа от обруча, прыгнуть в него, затем прыгнуть обратно; стоя слева от обруча, прыгнуть в обруч и обратно (в течение года изменяются предметы и двигательные задания, например,	Развивать силу толчка, выносливость

	используется координационная лестница и др.)	
3.	Прыжки «влево – вправо» с продвижением Исходное положение – стоя слева от каната, положенного на пол: перепрыгнуть через канат и обратно, продвигаясь вперед (в течение года изменяются двигательные задания, направления прыжков, расстояния, вводятся дополнительные движения)	Развивать координацию движений, ловкость, выносливость
4.	«Классики» с набивными мячами Исходное положение – ноги вместе, руки на пояс: между мячами выполнить прыжок – ноги вместе, затем – прыжком ноги врозь так, чтобы мяч оказался между ступнями (в течение года используются всевозможные игровые упражнения – «классики» с различными предметами в спортивном зале, на спортивной площадке, с использованием предмета (биты) для проталкивания вперед и пр.)	Учить быстро менять движения, переходить с одного вида движений на другой
5.	Прыжок в глубину Исходное положение – стоя на скамейке, ноги слегка врозь, руки вниз: спрыгнуть со скамейки на мат, положенный перед скамейкой; спрыгнуть в середину обруча, положенного на расстоянии 20 см от скамейки (использовались всевозможные упражнения со спрыгиванием и напрыгиванием на предметы различной высоты)	Учить мягкому приземлению
6.	«Летка-енка» (в парах) Исходное положение – стоя друг за другом, ноги слегка расставлены, руки на поясе впереди стоящего: по сигналу – 2 прыжка вперед, на следующий сигнал – 2 прыжка назад; по сигналу – 2 прыжка влево, на следующий сигнал – 2 прыжка вправо; по сигналу – 2 прыжка вперед, на следующий сигнал – поворот на 180°, затем 2 прыжка вперед (другие танцевальные упражнения с подпрыгиванием на двух ногах / одной ноге; на месте с продвижением вперед и др.)	Учить координировать свои действия с действиями партнера
7.	Прыжки через короткую скакалку Исходное положение – ноги вместе, скакалка в руках: держа сложенную вдвое скакалку в руке и вращая ее перед собой, перепрыгнуть через нее; перепрыгнуть через скакалку на двух ногах на месте, вращая ее вперед (в течение года разучиваются многочисленные варианты прыжков через короткую и длинную скакалки)	Учить координировать движения рук и ног
8.	«Мельница» Исходное положение – ноги на ширине плеч, правая рука вверх, левая – вниз: круговые движения руками вперед и назад; круговые движения руками вперед и назад – в руках мешочки с песком (разучиваются различные варианты круговых движений руками – однонаправленные и разнонаправленные)	Развивать координацию движений рук
9.	Прокатывание набивного мяча: прокатить набивной мяч по скамейке правой, затем левой рукой; прокатить набивной мяч по полу двумя руками (расстояние – 4 м); прокатить набивной мяч между кеглями, поставленными в один ряд, двумя руками (расстояние – 4 м); прокатить набивной мяч по наклонным доскам вверх и вниз (прокатывание мяча выполняется из разных исходных положений – сидя, присев, стоя согнувшись; с мячами разных размеров, разного	Развивать скоростно-силовую способность рук, глазомер

	веса и разной фактуры – тряпичными, гладкими, колючими, липкими и т. д.)	
10.	Перекатывание набивного мяча (в парах) Исходное положение – сидя на полу, ноги врозь на расстоянии 2 м друг от друга: перекатить мяч ребенку, сидящему напротив (используются перекаты мяча руками, ногами)	Развивать умение действовать с партнером, глазомер, скоростно-силовую способность рук
11.	Забрасывание мешочка в корзину Исходное положение – ноги чуть шире плеч, правая отставлена назад: забросить мешочек в корзину прямой рукой снизу; забросить мешочек в корзину прямой рукой сверху (в течение года используются различные предметы как традиционные для физкультуры (мячи), так и нетрадиционные (комки бумаги, тряпичный мяч и др.); изучаются различные способы бросков)	Развивать глазомер, точность броска
12.	Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо Исходное положение – ноги слегка расставлены, мяч перед грудью: забросить мяч в кольцо двумя руками от груди; забросить мяч в кольцо двумя руками из-за головы; забросить мяч в кольцо правой (левой) рукой от плеча (в течение года изменяются и осваиваются различные способы бросков; изменяется расстояние до баскетбольной корзины, высота корзины; увеличиваются/уменьшаются площадки для игровых упражнений)	Развивать глазомер, силу и точность броска
13.	Перебрасывание мяча через волейбольную сетку (в парах) Исходное положение – дети стоят по обе стороны сетки, на расстоянии 2 м от нее; сетка поднята на высоту 1,5 м: перебросить мяч двумя руками снизу; перебросить мяч двумя руками из-за головы (упражнения проводятся с мячами, бумажными комками, мешочками с песком; выполняются броски руками, ракетками для бадминтона или настольного тенниса)	Развивать скоростно-силовую способность рук
14.	«Канатоходцы» Исходное положение – стоя на канате, руки в стороны: пройти по канату, положенному на пол приставным шагом в левую, затем в правую сторону; пройти по канату прямо; пройти по канату прямо с мешочком на голове; пройти по канату, по сигналу выполняя поворот на 360° (было разработано и апробировано около 40 разновидностей игрового упражнения «канатоходцы»)	Развивать равновесие, закреплять навык правильной осанки
15.	Парные упражнения Исходное положение – стоя на скамейке лицом друг к другу на расстоянии вытянутых рук, держась за руки: поочередно присесть, не выпуская рук; поочередно присесть на одной ноге, держась за руки; поочередно выполнить упражнение «Ласточка»; одновременно присесть на одной ноге; одновременно выполнить упражнение «Ласточка» (в течение года было проведено около 50 вариантов упражнений в парах)	Развивать умение действовать с партнером, согласовывать свои действия с действиями партнера
16.	«Сумей устоять» Исходное положение – стоя на скамейке, руки в стороны: подняться	Воспитывать смелость,

	на носки на двух ногах, закрыв глаза; подняться на носки на одной ноге, закрыв глаза; подпрыгнуть на скамейке на двух ногах; подпрыгнуть на скамейке на одной ноге (наряду с упражнениями статического характера проводились упражнения поступательного и вращательного динамического характера)	развивать способность к статическому равновесию и перестроению движений
17.	Прыжки по скамейке с продвижением Исходное положение – стоя на скамейке; ноги вместе, руки на поясе: допрыгать до конца скамейки на двух ногах; допрыгать до конца скамейки на одной ноге; перепрыгнуть через мешочки с песком, лежащие на скамейке	Развивать равновесие, глазомер, воспитывать смелость
18.	Полоса препятствий Пройти по скамейке, пролезая в обручи, установленные на ней; пройти по скамейке, перешагивая через гимнастические палки, закрепленные на высоте 15 см над скамейкой; пройти по скамейке, поочередно пролезая в обруч, затем перешагивая через гимнастические палки, закрепленные на высоте 15 см над скамейкой	Развивать способность к равновесию и перестройке движений, воспитывать смелость

Дети с одинаковыми недочетами техники движений во второй половине учебного года объединялись в малые подгруппы по 3–4 человека, для некоторых детей педагоги корректировали ранее разработанные индивидуальные образовательные маршруты.

Экспериментальная работа велась в течение одного учебного года с использованием разных форм: на физкультурных занятиях (по возможности), на прогулках, в самостоятельной деятельности.

В мае 2022 года было проведено контрольное обследование сформированности техники основных движений у детей, участвовавших в экспериментальной работе. В обследовании приняли участие 48 детей из ранее обследованных, т. к. шесть человек перешли в другие детские сады, а три ребенка на момент обследования отсутствовали в детском саду. Обследование проходило по тем же основным движениям, что и в начале экспериментального периода. Было установлено следующее:

у всех детей экспериментальной группы устранены ошибки техники ходьбы обычным шагом, все обследованные дети при ходьбе не опускают голову (держат ее прямо и контролируют направление движения), амплитуда движений рук соответствует длине шага и изменяется в соответствии с темпом ходьбы;

сформированность техники бега позволила 36 детям (19 мальчикам и 17 девочкам) выполнить норматив 1 ступени ГТО на золотой значок;

технические показатели прыжка в длину с места улучшились у всех детей, участвующих в экспериментальной работе; улучшения наблюдались в результатах дальности полета, которые также позволили 75 % детей выполнить норматив золотого значка ГТО 1 ступени;

менее всего изменилась техника выполнения броска мешочка с песком весом 150 г способом «из-за спины через плечо»; наблюдаются половые различия в сформированности техники данного движения (результаты мальчиков значительно лучше, чем у девочек – дальность броска увеличилась в среднем с 5,5 до 12 м у мальчиков и с 4 до 5 м у девочек); в процессе коррекции техники метания на дальность девочки проявляли меньший интерес к данному виду движений, чем мальчики (исключение составили упражнения и игры со снежками: в снежных баталиях большинство девочек играло с таким же интересом, что и мальчики, но с меньшим успехом).

Таким образом, разработка и реализация индивидуальных образовательных маршрутов оказала положительное влияние на развитие культуры движений детей 6–7 лет.

Список источников

1. Османов У. Ю., Феталиева Л. П. Индивидуальный образовательный маршрут младших школьников с особенностями в развитии // Вестник социально-педагогического института. 2018. № 2 (26). С. 43–49.

2. Фельдштейн Д. И. Приоритетные направления психолого-педагогических исследований в условиях значимых изменений ребенка и ситуаций его развития // Мир психологии. 2010. № 2 (62). С. 106–116.

3. Павлова С. А., Кантуева Д. Д. Личностно ориентированное обучение и воспитание // Вестник Гжелского государственного университета. 2020. № 6. С. 48–59.

Педагогические исследования. 2023. Вып. 2. С. 255–268.
Pedagogical Research. 2023. Vol. 2. P. 255–268.

4. Костюк Г. А. Личностно ориентированный подход в учебно-воспитательном процессе – ключевое направление всех прогрессивных педагогических технологий // Образование и воспитание. 2017. № 5. С. 11–13.

5. Бырканова Я. А. Личностно-ориентированный подход управления в системе дошкольного образования // XV Международ. науч.-практич. конф. «Шамовские чтения», г. Москва, 21–25 января 2023 г.: сб. статей. В 2 ч. Ч. 2. М.: Изд-во НШУОС, МАНПО, «5 за знания», 2023. С.571–575.

6. Колосова Е. Б. Разработка и оценка результативности индивидуального образовательного маршрута младшего школьника с ограниченными возможностями здоровья // Интернет-журнал «Мир науки». 2020. № 3. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/81PDMN320.pdf>.

7. Титов Д. Е., Румянцева Л. Н. Возможности индивидуально-дифференцированного подхода в физкультурно-оздоровительной работе в дошкольном образовании // XIII Международная научно-практическая конференция «Шамовские педагогические чтения научной школы управления образовательными системами». Ч. 2. М.: Изд-во НШУОС, МАНПО, «5 за знания», 2021. С. 742–745.

8. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста / сост. Н. А. Ноткина, Л. И. Казьмина, Н. Н. Бойнович. СПб.: «Детство – Пресс», 2003. 32 с.

References

1. Osmanov U. Y., Fetaliyeva L. P. Individual educational route of junior schoolchildren with special development. *Vestnik social'no-pedagogicheskogo instituta = Bulletin of the socio-pedagogical institute*. 2018;(2(26)):43-49. (In Russ.).

2. Feldstein D. I. Priority directions of psychological and pedagogical research in the context of significant changes of the child and the attitudes of his development. *Mir psihologii = World of psychology*. 2010;(2(62)):106-116. (In Russ.).

3. Pavlova S. A., Kantueva D. D. Personal-oriented education. *Vestnik Gzhel'skogo gosudarstvennogo universiteta = Vestnik GSU*. 2020;(6):48-59.

4. Kostyuk G. A. Personalized approach in the educational process – the key direction of all progressive pedagogical technologies. *Obrazovanie i vospitanie = Education and upbringing*. 2017;(5):11-13. (In Russ.).

5. Byrkanova Y.A. Personal-oriented management approach in the system of pre-school education. XV International Scientific and Practical Conference «Shamovskie Readings», Moscow, 21-25 January 2023: collection of articles. In 2 parts. Pt. 2. Moscow: Publishing House NSHUOS, MANPO, «5 for knowledge»; 2023. P. 571-575. (In Russ.).

6. Kolosova Y. B. Development and evaluation of the effectiveness of individual-educational route of junior schoolchild with disabilities. *Internet-zhurnal «Mir nauki» = Internet-journal World of Science*. 2020;(3). URL: <https://mir-nauki.com/PDF/81PDMN320.pdf>. (In Russ.).

7. Titov D. Y., Rumyantseva L. N. Possibilities of individual-differentiated approach in physical education and health work in pre-school education. XIII International Scientific and Practical Conference «Shamov pedagogical readings of the scientific school of management of educational systems». Pt 2. Moscow: Publishing House NSHUOS, MANPO, «5 for knowledge»; 2021. P. 742-745. (In Russ.).

8. Evaluation of physical and neuro-mental development of early childhood and preschool children / N. A. Notkin, L. I. Kazmin, N. N. Boynovich. St. Petersburg, «Childhood – Press»; 2003. 32 p. (In Russ.).

Информация об авторе

Е. К. Воронова – кандидат педагогических наук; доцент кафедры теории и методики физического воспитания Института физической культуры, спорта и туризма.

Information about author

Elena K. Voronova – Candidate of Science in Pedagogics, Associate Professor,
Chair of Theory and Methods of Physical Education, Institute of Physical Culture.

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

The author declare no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию 9.03.2023; одобрена после рецензирования
13.03.2023; принята к публикации 10.05.2023.

The article was published 9.03.2023; approved after reviewing 13.03.2023; accepted
for publication 10.05.2023.