

Содержание:

Введение.....	2
Глава 1. Теоретически основы физического и интеллектуальное развитие детей дошкольного возраста.....	6
1.1. Методология развития физических способностей детей дошкольного возраста.....	6
1.2. Особенности развития интеллекта детей дошкольного возраста.....	14
1.3. Выводы по первой главе.....	25
Глава 2. Организация и методы исследования интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений.....	27
2.1 Организация, методы и методики исследования.....	27
2.2.Результаты констатирующего эксперимента.....	31
2.3. Комплекс программно – методических средств и условий для развития интеллекта детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений.....	33
2.4. Оценка эффективности комплекса физических упражнений на развитие интеллектуальных способностей детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений.....	49
2.5. Выводы по второй главе.....	54
Заключение.....	55
Библиографический список.....	56
Приложение.....	60

Введение

Актуальность. На современном этапе проблема умственного и физического развития детей дошкольного возраста приобретает особую актуальность и значимость, так как по-новому осмысливаются содержание, формы, методы умственного и физического воспитания детей в условиях дошкольной образовательной организации. Изменяются представления о детстве, которое рассматривается теперь как самоценный период человеческой жизни. В период дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, происходит становление двигательных и психических способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества.

Среди многих факторов (социально-экономических, демографических, образовательных и др.), оказывающих влияние на состояние здоровья и развития детей, по интенсивности воздействия важное место занимает физическое воспитание, как составная часть физической культуры, успешно развивающая интеллектуальные способности детей дошкольного возраста[44].

В литературных источниках отмечается, что в условиях возрастания объема и интенсивности познавательной деятельности, гармоничное развитие организма дошкольника невозможно без физического воспитания. Физическое воспитание для детей дошкольного возраста выступает как фундамент, на котором строится личность культурного человека в широком понимании этого слова.

Результаты многочисленных исследований показывают, что содержание и методика проведения занятий по физической культуре в дошкольных образовательных организациях ориентированы, преимущественно, на формирование у детей двигательных умений навыков

и не учитывают больших возможностей двигательной деятельности в развитии познавательных, творческих, межличностных и других способностей, а также не создают предпосылок для их интегративного развития.

Вместе с тем многочисленные исследования свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже, А. Валлон, М.М. Кольцова и др.) и наличии тесной связи между показателями физических и психических качеств у дошкольников (Г.А. Каданцева, 1993; А.С. Дворкин и Ю.К. Чернышенко, 1997; В.А. Баландин, 2000; Н.И. Дворкина, 2002; В.А. Пегов, 2000, и др.). Установлено, что отставание в умственном развитии приводит к отставанию в развитии физических качеств (Н. Сладкова, 1998; О.В. Решетняк, Т.А. Банникова, 2002). Доказано положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность (Н.Т. Терехова, 1989; А.В. Запорожец и др., 1980; А.П. Ерастова, 1989).

Изложенные факты свидетельствуют о наличии противоречия между многочисленными теоретическими данными, подтверждающими тесную взаимосвязь двигательного и умственного развития детей, и недостаточностью методик и программ их сопряжённого развития.

Несмотря на относительно полную теоретическую разработанность проблемы одновременного развития умственных и двигательных способностей детей в процессе физического воспитания, эти идеи не получили должного признания и широкого применения в дошкольных образовательных организациях. При анализе литературы мы обнаружили только несколько работ, посвященных практической реализации этого вопроса, что и определило цель нашего исследования.

Цель исследования: разработать комплекс физических упражнений, встроенного в программу, дошкольного возраста, который бы способствовал интеллектуальному развитию детей среднего дошкольного возраста, и создать условия для ее реализации в ДОО.

Данная цель конкретизируется в следующих **задачах** исследования:

1. Проанализировать психолого – педагогическую литературу по проблеме исследования;
2. Создать условия для реализации комплекса физических упражнений на развитие интеллекта детей дошкольного возраста в ДОО.
3. Оценить эффективность разработанной программы «Интеллектуальное развитие детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений» в условиях дошкольной образовательной организации.

Объект исследования: интеллектуальное развитие детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: физические упражнения как средство интеллектуального развития среднего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования. В основу исследования легло предположение, о том, что подобранные специальные средства физического воспитания, объединенные в комплекс и систему образовательного процесса ДОО будут способствовать развитию интеллекта детей среднего дошкольного возраста при создании следующих условий:

1. подобраны специальные физические упражнения направленные на логическое запоминание и дифференцированное восприятия.
2. специальные физические упражнения встроены в режим дня и применяются в различных вариантах проведения физкультурных занятий в ДОО.

Методологическую основу исследования составили научные идеи и труды о единстве психического и физического развития, как основы формирования гармоничной личности детей и важнейшей роли физической культуры в развитии этого процесса (В.К.Бальсевич, С.Д.Неверкович, Н.Н.Визитей, В.М.Выдрин, А.В.Запорожец); логике (гармонии) развития (Л.С.Выготский, Г.Г.Наталов).

В опытно экспериментальной работе использовались следующие методы исследования: анализ литературы, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, метод математической обработки результатов.

Глава 1. Теоретическое основы влияния физических упражнений на интеллектуальное развитие детей среднего дошкольного возраста.

1.1. Методология развития физических способностей детей дошкольного возраста

Теория физического воспитания детей дошкольного возраста - наука об общих закономерностях физического воспитания и формирования личности ребенка. Она изучает закономерности физического воспитания ребенка от рождения до школы и в соответствии с этим общие закономерности управления развитием ребенка в процессе воспитания и обучения. Важнейшей задачей, определяющей особую значимость физического воспитания как основы всестороннего развития, является формирование здорового, крепкого, закаленного, жизнерадостного, отзывчивого, инициативного ребенка, хорошо владеющего своими движениями любящего спортивные и физические упражнения способного к обучению в школе и к активной последующей творческой деятельности [5]. Познавая и учитывая закономерности потенциальных возможностей ребенка каждого возрастного периода, теория физического воспитания предусматривает требование научно обоснованной программы комплекса физического воспитания, усвоение которой обеспечивает детям необходимый уровень физической подготовленности.

Правильное физическое воспитание детей - одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет. В период дошкольного детства у

ребенка закладываются основы здоровья, долголетия всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития. Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него неустойчивое внимание, память. Эта общая слабость вызывает и самые различные расстройства в деятельности организма, не только ведет к понижению способности, но и расшатывает волю ребенка. Поэтому крайне важно организовывать занятия физической культурой именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечить в дальнейшем всестороннее гармоническое развитие личности.

Осуществлять физическое воспитание детей, это значит:

1. Уметь анализировать и оценивать степень физического здоровья и двигательного развития детей;
2. Формулировать задачи физического воспитания на определенный период и определять первостепенные из них с учетом особенностей каждого из детей;
3. Организовать процесс воспитания в определенной системе, выбирая наиболее целесообразные средства, формы и методы работы в конкретных условиях;
4. Проектировать желаемый уровень конечного результата, предвидя трудности на пути к достижению целей;
5. Сравнить достигнутые результаты с исходными данными и поставленными задачами;
6. Владеть самооценкой профессионального мастерства, постоянно совершенствуя его[31].

Система физического воспитания представляет собой единство цели, задач, средств, форм и методов работы, направленных на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей.

Целью физического воспитания является всестороннее гармоническое и физическое развитие личности в соответствии с его задатками и способностями.

В процессе физического воспитания осуществляются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Среди оздоровительных задач особое место занимает охрана жизни и укрепление здоровья детей, и всестороннее физическое развитие, совершенствование функций организма, повышение активности и общей работоспособности. Учитывая специфику возраста, оздоровительные задачи определяются в более конкретной форме: помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно-суставного аппарата; способствовать развитию всех групп мышц, в особенности мышц-разгибателей; правильному соотношению частей тела; совершенствованию деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

Кроме того, важно повышать общую работоспособность, у детей учитывая особенности развития детского организма, задачи определяются в более конкретной форме: помогать правильному и своевременному окостенению, формированию изгибов позвоночника, способствовать правильному развитию терморегуляции. Совершенствовать деятельность центральной нервной системы: способствовать уравновешенности процессов возбуждения и торможения, их подвижности, а также развитию двигательного анализатора, органов чувств[53].

Образовательные задачи предусматривают формирование у детей двигательных умений и навыков, развитие физических качеств; роли физических упражнений в его жизнедеятельности, способах укрепления собственного здоровья. Благодаря пластичности нервной системы у детей двигательные навыки формируются сравнительно легко. Большинство их (ползание, бег, ходьба, ходьба на лыжах, катание на велосипеде и др.) дети используют в повседневной жизни как средство передвижения. Двигательные навыки облегчают связь с окружающей средой и способствуют ее познанию: ребенок, ползая сам, приближается к тем предметам, которые его интересуют, и знакомится с ними. Правильное выполнение физических упражнений эффективно влияет на развитие мышц,

связок, суставов, костной системы. Двигательные навыки, сформированные у детей дошкольного возраста, составляют фундамент для их дальнейшего совершенствования в школе и позволяют в дальнейшем достигать высоких результатов в спорте. В процессе формирования двигательных навыков у детей вырабатывается способность легко овладевать более сложными движениями и различными видами деятельности, включающими эти движения (трудовые операции). У дошкольников необходимо сформировать навыки выполнения строевых, общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений. Кроме того, следует научить детей играть в спортивные игры (городки, настольный теннис) и выполнять элементы спортивных игр (баскетбол, хоккей, футбол и т.д.). В этом возрасте приобретает важное значение привитие первоначальных навыков личной и общественной гигиены (мытьё рук, забота о костюме, обуви и т.д.). Полученные знания позволяют детям заниматься физическими упражнениями более осознанно и более полноценно, самостоятельно использовать средства физического воспитания в детском саду и семье[1].

Воспитательные задачи направлены на разностороннее развитие детей (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое), формирование у них интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями. Система физического воспитания в дошкольных учреждениях строится с учетом возрастных и психологических особенностей детей.(17).

Первые семь лет жизни ребенка характеризуются интенсивным развитием всех органов и систем. Ребенок рождается с определенными унаследованными биологическими свойствами, в том числе и типологическими особенностями основных нервных процессов (сила, уравновешенность и подвижность). Но эти особенности составляют лишь основу для дальнейшего физического и психического развития, а определяющим фактором с первых месяцев жизни является окружающая

среда и воспитание ребенка. Поэтому очень важно создать такие условия и так организовать воспитание, чтобы было обеспечено бодрое, положительно эмоциональное состояние ребенка, полноценное физическое и психическое развитие [3].

Физическое воспитание благоприятствует осуществлению эстетического воспитания. В процессе выполнения физических упражнений можно развивать способность воспринимать, испытывать эстетическое удовольствие, понимать и правильно оценивать красоту, изящество, выразительность движений. Дети также овладевают трудовыми навыками, связанными с оборудованием помещения (устройство ямы с песком для прыжков в длину, заливка катка и т.д.).

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются: гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения. Полноценное физическое воспитание достигается при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по-разному влияет на организм человека. Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, питания, сна и т.д.) составляет обязательное условие для решения задач физического воспитания. Они повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм занимающихся. Например, занятие физическими упражнениями лучше содействует развитию костной и мышечной системы. Чистота помещений, физкультурного инвентаря, игрушек, одежды, обуви служат профилактикой заболеваний. Гигиенические факторы имеют и самостоятельное значение: они способствуют нормальной работе всех органов и систем. Например, регулярное и доброкачественное питание положительно влияет на деятельность органов пищеварения и обеспечивает своевременную доставку другим органам необходимыми питательными веществами, а значит, содействует нормальному росту и развитию ребенка. Полноценный сон обеспечивает отдых и повышает работоспособность нервной системы. Правильное освещение предупреждает возникновение заболевания глаз.

Соблюдение твердого режима дня приучает к организованности, дисциплинированности и т.д. Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) усиливает положительное влияние физических упражнений на организм, и повышают работоспособность человека. В процессе занятий физическими упражнениями на воздухе при солнечных излучениях или в воде (плавание) возникает положительные эмоции, повышаются функциональные возможности отдельных органов и систем организма (больше потребляется кислорода, усиливается обмен веществ и т.д.)[37].

Естественные силы природы могут использоваться и как самостоятельное средство. Вода применяется для очищения кожи, механического воздействия. На тело человека. Воздух с лесов, садов, парков, содержащий особые вещества фитонциды, способствуют уничтожению микробов, обогащает кровь кислородом, благотворно влияет на организм человека. Солнечные лучи способствуют отложению витамина Д под кожей, убивает различные микробы и охраняет человека от заболевания рахит. Для разностороннего влияния на организм следует принимать все естественные силы природы, целесообразно сочетая их.

Физические упражнения - основное и специфическое средство физического воспитания оказывающего на человека разностороннее воздействие. Они используются для решения задач физического воспитания: содействуют осуществлению умственного, трудового воспитания, а также являются средством лечения при многих заболеваниях.

Физические упражнения считаются специфическим средством физического воспитания. Двигательная активность - биологическая потребность организма, от степени удовлетворения которой зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие.

На развитие физических качеств дошкольника оказывают влияние различные средства и методы физического воспитания. Эффективным средством развития быстроты являются упражнения направленные на развитие способности быстро выполнять движения. Педагог должен

предусмотреть, чтобы упражнения не были продолжительными, однообразными. Желательно их повторить в разных условиях с разной интенсивностью, с усложнениями или наоборот, со снижением требований. Для воспитания у детей умения развивать максимальный темп бега могут быть использованы следующие упражнения : бег в быстром и медленном темпе; бег с ускорением по прямой, по диагонали. Полезно выполнять упражнения в различном темпе, что содействует развитию у детей умения предлагать разные мышечные усилия относительно с намеченным темпом. Для развития умения поддерживать темп движений на протяжении некоторого времени эффективным средством является бег на короткие дистанции : 15, 20, 30 метров. При обучении быстрому началу движения применяется бег с ускорением по сигналам; старт из разных исходных положений. Эти упражнения включаются в утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, упражнения, подвижные игры на прогулке.

Для развития ловкости необходимы более сложные упражнения по координации и условиям проведения: применение необычных исходных положений (бег и исходное положение стоя на коленях, сидя, лежа); прыжок из исходного положения стоя спиной к направлению движения; быстрая смена различных положений; изменения скорости или темпа движения; выполнения взаимосогласованных действий несколькими участниками. Могут быть использованы упражнения в которых дети прилагают усилия, чтобы сохранить Равновесие: кружиться на месте, качание на качелях, ходьба на носках и др.[51].

Упражнения для развития силовых способностей делятся на 2 группы: с сопротивлением, которое вызывает вес бросаемых предметов и выполнение которых затрудняет вес собственного тела (прыжки, лазания, приседания). Большое значение имеет количество повторений : небольшое не содействует развитию силы, а чрезмерно большое может привести к утомлению .

Необходимо также учитывать темп выполнения упражнений: чем он выше, тем меньшее количество раз должно выполняться. В силовых упражнениях предпочтение следует отдавать горизонтальным и наклонным положениям туловища. Они разгружают сердечнососудистую систему и позвоночник, уменьшают кровяное давление в момент выполнения упражнения. Упражнения с мышечным напряжением целесообразно чередовать с упражнениями на расслабления [6].

Для развития выносливости больше всего подходят упражнения циклического характера (ходьба, бег, прыжки, плавание и др.). В выполнении этих упражнений принимает участие большое количество групп мышц, хорошо чередуются моменты напряжения и расслабления мышц, регулируется темп и продолжительность выполнения [18].

В раннем и дошкольном возрасте важно решать задачи развития практически всех физических качеств. В первую очередь следует обращать внимание на развитие координационных способностей, в частности на такие компоненты, как чувство равновесия, точность, ритмичность, согласованность отдельных движений. При освоении новых движений предпочтение отдается методу целостного разучивания. При расчленении движений ребенок теряет его смысл, а следовательно, и интерес к нему. Ребенок хочет сразу видеть результат своего действия.

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей среды. У детей укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы быть здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой окружающей среды и помещения, а также соблюдать правила гигиены и таким образом формировать мотивированную потребность в здоровом образе жизни.

На занятиях по физическому воспитанию дети получают элементарные представления о строении собственного тела, функциях и назначениях внутренних органов и систем организма. Через систему специальных упражнений и игр дети знакомятся с признаками здоровья (правильная осанка, походка), учатся защищаться от микробов, избегать опасных мест, при необходимости оказывать себе и другим элементарную помощь. Чем скорее ребенок осознает необходимость своего непосредственного приобщения к богатствам физической культуры, тем скорее у него сформируется важная потребность, отражающая положительное отношение и интерес физической стороне своей жизни.

Таким образом, обоснованный выбор содержания и методов обучения двигательным навыкам и развития физических качеств – важная сторона повышения эффективности физического воспитания. Дошкольный возраст является базисным в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем. Результатом дошкольного физического воспитания и образования должны стать высокий уровень здоровья ребенка и формирование фундамента физической культуры будущего взрослого человека [52]

1.2 . Особенности развития интеллекта детей дошкольного возраста

Умственное воспитание - это целенаправленное воздействие взрослых на развитие активной мыслительной деятельности детей. Оно включает: сообщение доступных знаний об окружающем мире, их систематизацию, формирование познавательных интересов, интеллектуальных навыков и умений, развитие познавательных способностей.

В дошкольном периоде активно совершенствуются анализаторно-синтетические функции головного мозга, продолжается дифференцировка нервных клеток, и к концу периода кора головного мозга по строению

похожа на кору мозга взрослых. Быстро развиваются интеллектуальные способности ребенка, формируются суждения, дети овладевают моторной речью, начинают формироваться грамматические формы речи [11].

С развитием ребенка не только обогащаются формы и виды его физической активности, усложняется ее структура. Возникает новый тип активности - умственная деятельность.

Умственное развитие - это совокупность количественных и качественных изменений, происходящих в мыслительной деятельности ребенка в связи с возрастом, обогащением опыта и под влиянием воспитательных воздействий. В дошкольном возрасте быстрым темпом идет накопление знаний, формируется речь, совершенствуются познавательные процессы, ребенок овладевает простейшими способами умственной деятельности. Обеспечение умственного развития дошкольника имеет большое значение для всей его дальнейшей деятельности.

Умственное развитие ребенка осуществляется под влиянием социальной среды. В процессе общения с окружающими он усваивает язык, а вместе с ним и сложившуюся систему понятий. В результате уже в дошкольном возрасте ребенок овладевает языком настолько, что пользуется им свободно как средством общения. Чтобы правильно организовать умственное воспитание дошкольников, надо знать закономерности и возможности их умственного развития. С их учетом определяются задачи, содержание, организация и методы умственного воспитания. Отечественная психология и педагогика занимаются изучением закономерностей и возможностей умственного развития в дошкольном возрасте, чтобы найти пути оптимального решения задач умственного воспитания: максимально использовать возможности ребенка, с одной стороны, и не допустить перегрузки. Ученые исследуют многие вопросы умственного развития и воспитания. Изучаются закономерности развития ощущений, восприятия, что необходимо для разработки содержания и методов сенсорного воспитания как основы умственного воспитания дошкольников; исследуется

формирование наглядно-действенного, наглядно-образного и понятийного, логического мышления детей; выясняются особенности формирования познавательных способностей; разрабатываются содержание и методы умственного воспитания в разные периоды дошкольного детства и др. К концу дошкольного возраста у детей накапливается достаточно большой запас элементарных знаний об окружающем мире, они владеют основными мыслительными операциями (сравнением, обобщением и др.), способны выделять существенные и несущественные признаки предметов и явлений, устанавливать некоторые причинно-следственные связи, формируются зачатки учебной деятельности. Полноценное умственное развитие происходит только в процессе организованной деятельности, поэтому задача педагогов заключается как в создании соответствующих условий для этого, так и в осуществлении целенаправленных воспитательных воздействий на ребенка. Особенно велика роль умственного воспитания в подготовке детей к школе. Овладение запасом знаний, развитие умственной активности и самостоятельности, приобретение интеллектуальных умений и навыков - это важные предпосылки для успешного обучения в школе и для подготовки к предстоящей трудовой деятельности. Определены следующие задачи умственного воспитания детей дошкольного возраста: формирование правильных представлений о простейших явлениях окружающей жизни; развитие познавательных психических процессов: ощущений, восприятий, памяти, воображения, мышления, речи; развитие любознательности и умственных способностей; развитие интеллектуальных умений и навыков, формирование простейших способов умственной деятельности. Рассмотрим каждую из этих задач. Ребенок в дошкольные годы каждый день сталкивается с новыми для него предметами и явлениями. Л. Н. Толстой писал о дошкольном возрасте: «Разве не тогда я приобретал все то, чем я теперь живу, и приобретал так много, так быстро, что во всю остальную жизнь я не приобрел и одной сотой того? От пятилетнего ребенка до меня только шаг. А от новорожденного до пятилетнего страшное расстояние».

Однако накопление знаний и представлений без соответствующего руководства идет бессистемно: они могут быть поверхностны, нередко ошибочны. Ребенок думает, что «облако - это вата», а «звезды - электрические лампочки». Наблюдая окружающую жизнь, он самостоятельно пытается делать выводы. В книге К. И. Чуковского «От двух до пяти» приведено немало детских высказываний, свидетельствующих о пытливости ума ребенка. Задача педагога состоит в последовательном увеличении у детей запаса знаний, их упорядочении, уточнении, систематизации. Ребенок получает четкие представления об окружающих предметах, их назначении, некоторых качествах (цвет, величина, форма) и свойствах (бьется, ломается, рвется, льется и др.), о материалах, из которых они сделаны. Он приобретает также знания о некоторых природных явлениях, их взаимосвязях и закономерностях (характерных признаках времен года и взаимосвязи между этими признаками, типичных особенностях некоторых животных и связи их с образом жизни этих животных и т. п.). В процессе наблюдений за явлениями неживой природы, развитием растений, насекомых, животных воспитатель формирует у детей зачатки материалистических представлений о мире. Важной задачей умственного воспитания является развитие познавательных психических процессов - ощущений, восприятия, памяти, воображения, мышления, а также развитие речи. Познание окружающего мира начинается с ощущений и восприятий. Чем выше уровень их развития, тем богаче возможности познания окружающей действительности. Поэтому в детском саду большое внимание уделяется сенсорному воспитанию. Особая роль в дошкольном возрасте принадлежит развитию речи. Человек пользуется родным языком для выражения своих мыслей и понимания высказанного другими. Овладение речью дает ребенку возможность получать знания о действительности опосредованно (через рассказ, художественное произведение, объяснение воспитателя и т. п.), а не только путем непосредственного восприятия предметов или явлений. В детском саду

решаются такие задачи речевого развития, как обогащение словаря, формирование грамматического строя, развитие связной речи. В дошкольном возрасте у детей формируется способность сознательного запоминания, увеличивается объем памяти; задача состоит в том, чтобы упражнять произвольную память, обогащать ее полезными знаниями. Большое внимание уделяется развитию воображения; оно необходимо для творческой деятельности. В дошкольные годы - это воссоздающее воображение, на основе которого с накоплением жизненного опыта и развитием мышления формируется творческое воображение. Для младшего дошкольника характерно наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. На этой основе развивается словесно-логическое, понятийное мышление. Воспитатель формирует у детей аналитико-синтетическую мыслительную деятельность, которая дает возможность глубже понимать явления, выделять существенные и несущественные их стороны[9]. Любознательность - качество, присущее ребенку. Оно выражается в активном интересе к окружающему миру, в стремлении все рассмотреть, потрогать, привести в действие. О наличии любознательности свидетельствуют и многочисленные вопросы. Воспитатель поддерживает любознательность дошкольников, организуя наблюдения, стараясь вовремя ответить на возникающие у них вопросы, направляя их мысль на самостоятельный поиск ответа. Задача умственного воспитания - развивать детскую любознательность, пытливость ума и формировать на их основе устойчивые познавательные интересы. Перед детским садом стоит задача развивать умственные способности ребенка. Способностями в психологии принято называть такие свойства личности, которые создают предпосылки к успешному овладению той или иной деятельностью. Способности проявляются и развиваются в процессе соответствующей деятельности. Умственные способности человека могут характеризоваться такими качествами ума, как сообразительность (быстрота умственной реакции), критичность (способность объективно оценивать факты, явления, результаты

труда и анализировать их, замечать ошибки и т. д.), пытливость (способность к настойчивому поиску решения умственной задачи, использование различных способов для отыскания правильного ответа), вдумчивость.

Воспитатель, таким образом организует умственную деятельность детей, чтобы способствовать развитию этих качеств. Для развития сообразительности он проводит игры, где надо быстро дать ответ («Назови следующее число», «Скажи наоборот», «Летает - не летает» и др.), в быстром темпе решать несложные задачи; для развития критичности ума привлекает детей к анализу детских работ, ответов; для развития пытливости организует элементарную исследовательскую деятельность, предлагает задачи-головоломки. Одной из задач умственного воспитания дошкольников является развитие интеллектуальных умений и навыков, т. е. формирование простейших способов умственной деятельности: обследование предметов, выделение в них существенных и несущественных признаков, сравнение с другими предметами и т. д. Эти умения и навыки являются составными элементами познавательной деятельности, они помогают ребенку успешно овладевать знаниями.

Умственное воспитание дошкольников осуществляется в игре, учении, труде, бытовой деятельности. Чем разнообразнее деятельность ребенка, тем многостороннее для него пути познания окружающего и развития познавательных способностей. Во всех видах деятельности он общается с окружающими людьми, приобретает от них знания и умения, усваивает определенные отношения, овладевает языком. Целенаправленное руководство усиливает эффективность педагогических воздействий, направленных на решение задач умственного воспитания.

Важным средством умственного воспитания детей является окружающая действительность: люди, предметы, природа, общественные явления. Благодаря взаимодействию с окружающим миром расширяется кругозор ребенка, развиваются его познавательные процессы. Общение со взрослыми, радио- и телевизионные передачи увеличивают объем

информации, которую получает ребенок из окружающей жизни. Пользуясь различными предметами, дети узнают их назначение, свойства и качества: краски, кисточка, бумага нужны для рисования; для работы на огороде нужны лопата и грабли; все вещи сделаны из различных материалов, обладающих определенными свойствами (чашка фарфоровая, она бьется, ложка и вилка металлические), и т. д. Воспитатель в процессе бытовой деятельности постоянно направляет внимание детей на то, что их окружает, подчеркивает отдельные свойства предметов, обозначает словом те действия, которые выполняет, пользуется понятиями, обозначающими пространственные и временные отношения. Например, во время одевания он обращает внимание детей на цвет одежды, на материал, из которого она сделана: «У Алеси шапочка теплая, пуховая. Она пушистая. А у Оли шапка меховая». Укладывая детей спать, воспитатель говорит: «Сейчас вечер. Скоро ночь настанет. Дети уснут, а утром проснутся и будут снова играть». Много новых знаний ребенок получает в процессе наблюдений в природе. Наблюдения за растениями, насекомыми, птицами приносят детям немало открытий: «цветок распустился», «появились листочки», «снежинки похожи на звездочки», «котята вчера ничего не видели, а сегодня у них глазки открылись». Знания детей в процессе наблюдений уточняются: «Я думал, помидоры на дереве растут, как яблоки», «А жуки, оказывается, тоже летать умеют». Воспитатель направляет детские наблюдения, помогает увидеть и установить то, что не сразу заметит сам ребенок. Помогая детям открывать окружающий мир, он не только делает их жизнь богаче и интереснее, но и формирует основы материалистических представлений. В процессе систематических наблюдений у детей развивается важное свойство личности - наблюдательность, т. е. способность быстро и легко замечать изменения, происходящие в окружающем. Развитие этого свойства необходимо для многих профессий. Как любое другое качество, наблюдательность развивается в процессе деятельности и может формироваться направленно под руководством воспитателя. Несложные задания на развитие

наблюдательности можно давать детям систематически в повседневной жизни. Например, до прихода их в детский сад воспитатель поставил в групповой комнате букетик ландышей. «Посмотрите, дети, - говорит он, - что новое появилось у нас в комнате, и скажите мне потихоньку. Я хочу знать, кто из вас самый наблюдательный». Развитие наблюдательности способствует формированию у детей устойчивых познавательных интересов. Уже в дошкольном возрасте у отдельных детей отмечается устойчивый интерес к природе (наблюдения за насекомыми, животными, выращивание растений, уход за ними), к технике (стремление узнать устройство заводных игрушек, различных предметов с механизмами, интерес к механическому конструктору), к решению всевозможных задач, головоломок и т. п. [25]. Одним из средств умственного воспитания является игра - специфическая детская деятельность, в которой ребенок отражает окружающую действительность, выявляет свои знания, делится ими с товарищами. Отдельные виды игр по-разному воздействуют на умственное развитие детей: сюжетно-ролевые расширяют представления об окружающем и способствуют развитию речевого общения; игры-драматизации помогают более глубокому пониманию произведений художественной литературы и активизируют речь; строительные развивают конструктивные способности и расширяют знания о геометрических фигурах и пространственных отношениях. Игра будет активно воздействовать на умственное развитие ребенка, если воспитатель обогащает ее содержание, правильно организует.

В ходе игры дети обмениваются знаниями, придумывают разные варианты игровых ситуаций. Воспитатель, наблюдая за игрой, уточняет их представления, предлагает новые роли, игровые действия, ситуации и тем самым расширяет детский кругозор. В играх дети заранее намечают тему, обсуждают план, обдумывают, какое оборудование необходимо приготовить, изготавливают его, устанавливают игровые правила. Это требует

от детей умственной активности и целенаправленности и способствует их формированию [23].

Особенно важное место в умственном воспитании занимают дидактические игры, обязательными элементами которых являются познавательное содержание и умственная задача. Многократно участвуя в игре, ребенок прочно усваивает знания, которыми он оперирует (например, названия и внешний вид растений, предметов, необходимых для труда, содержание литературных произведений и т. п.). Решая умственную задачу в игре, малыш упражняется в произвольном запоминании и воспроизведении, в классификации предметов или явлений по общим признакам, в выделении свойств и качеств предметов, в определении их по отдельным признакам. Например, в играх «Что изменилось?», «Чего не стало?» ребенок должен запомнить ряд предметов или их расположение, а затем восстановить в памяти эту картину и определить, какие изменения произошли. В играх «Найди предмет такой же формы», «Подбери по цвету», «Кому что нужно для работы» необходимо сгруппировать предметы по общим признакам. В играх «Узнай по описанию», «Чудесный мешочек», «Угадай по голосу» дети определяют предмет по одному из признаков. Игра, как свойственная ребенку деятельность, позволяет ему упражняться в решении умственных задач без особого напряжения. В процессе труда происходит практическое обследование предметов: ребенок знакомится не только с их внешними свойствами и качествами, но и с теми изменениями, которые они претерпевают в процессе деятельности: мыло пенится; перекопанная земля становится мягкой, рыхлой; из увлажненного песка хорошо строить и т. п. Труд в природе дает возможность ребенку устанавливать причинно-следственные связи, помогает понять взаимосвязи и взаимозависимости явлений; на основе собственных наблюдений он делает умозаключения, выводы: если растение не поливают, оно гибнет; на грядке, которая хорошо освещена солнцем, растения развиваются быстрее, в тени - медленнее; на растениях осенью созревают плоды и семена, весной из них можно

вырастить новые растения. Хотя труд, игра и бытовая деятельность оказывают большое влияние на умственное развитие детей, ведущая роль в умственном воспитании принадлежит обучению. Преимущество обучения заключается в том, что оно целенаправленно. Обучение осуществляется систематически, планомерно, - этим обеспечивается определенная последовательность в накоплении знаний и умений, а также их прочность[20].

Для современной образовательной системы проблема умственного воспитания чрезвычайно важна. По прогнозам ученых, 3-е тысячелетие будет ознаменовано информационной революцией, когда знающие и образованные люди станут цениться как истинное национальное богатство. Необходимость компетентно ориентироваться в возрастающем объеме знаний предъявляет иные, чем были 30-40 лет назад, требования к умственному воспитанию подрастающего поколения. На первый план выдвигается задача формирования способности к активной умственной деятельности. Один из ведущих специалистов в области умственного воспитания дошкольников, Н.Н. Поддъяков подчеркивает, что на современном этапе надо давать детям ключ к познанию действительности, а не стремиться к исчерпывающей сумме знаний.

В работах отечественных и зарубежных ученых дошкольное детство определяется как период, оптимальный для умственного развития и воспитания (Ф. Фребель, М. Монтессори). Но современными учеными (А.П. Усовой, А.В. Запорожцем, Л.А. Венгером, Н.Н. Поддъяковым) было выявлено, что возможности умственного развития детей дошкольного возраста значительно выше, чем считалось раньше. Ребенок может не только познавать внешние, наглядные свойства предметов и явлений, но и способен усваивать представления об общих связях, лежащих в основе многих явлений природы, социальной жизни, овладевать способами анализа и решения разнообразных задач.

На умственном развитии ребенка сказываются и биологические факторы: строение мозга, состояние анализаторов, изменения нервной деятельности, формирование условных связей, наследственный фонд задатков.

Об умственном развитии ребенка судят по объему, характеру и содержанию знаний, по уровню сформированности познавательных процессов, по способности к самостоятельному творческому познанию. С раннего возраста у ребенка начинает формироваться совокупность индивидуальных способностей к накоплению знаний, совершенствованию мыслительных операций. В дошкольном возрасте в большей или меньшей степени проявляются такие свойства ума, как быстрота, широта, критичность, гибкость мыслительных процессов, глубина, креативность, самостоятельность[15].

Таким образом, умственное развитие детей дошкольного возраста зависит от комплекса социальных и биологических факторов, среди которых направляющую, обогащающую, систематизирующую роль выполняют умственное воспитание и обучение.

Умственное воспитание—планомерное целенаправленное воздействие взрослых на умственное развитие детей с целью сообщения знаний, необходимых для разностороннего развития, для адаптации к окружающей жизни, формирование на этой основе познавательных процессов, умения применять усвоенные знания в деятельности.

Умственное воспитание и умственное развитие находятся в тесном взаимодействии. Умственное воспитание во многом определяет умственное развитие, способствует ему. Однако это происходит только в том случае, если учитываются закономерности и возможности умственного развития детей первых лет жизни.

В дошкольные годы наблюдаются более высокие темпы умственного развития, чем в последующие возрастные периоды. Важно не упустить возможности для умственного развития в это время. Особо следует

обратить внимание на умственное развитие детей раннего возраста. Обычно до 2-ух лет наблюдается очень большой объем познавательной деятельности. Мозг ребенка развивается удивительно быстро: к 3 годам он уже достигает 80% веса мозга взрослого человека. Возникает опасность недогрузить мозг, не дать ему «пищу», необходимую для полноценного развития. Не следует допускать и другой крайности, когда путем усиленного воспитания и обучения малыша перегружают чрезмерными по содержанию и объему знаниями, пытаясь развить у него какие-либо высокие способности [14].

Умственное воспитание ребенка нельзя рассматривать в отрыве от психического развития, от богатства интересов, чувств и других черт, образующих его духовный облик. И действительно, познавательные процессы, которые развиваются у ребенка, проявляются в различных видах деятельности.

Таким образом, умственное воспитание, имея своей целью воздействие на ребенка, благотворно сказывается на становлении его нравственного облика, эстетическом развитии, приобретении привычки к здоровому образу жизни.

Умственное воспитание осуществляется как процесс усвоения подрастающим поколением многовекового опыта человечества, запечатленного в материальной культуре, духовных ценностях, представленного в знаниях, навыках, умениях, способах познания и т.п.

1.3. Выводы по первой главе

Физическое воспитание традиционно рассматривается лишь как средство оптимизации физического статуса человека в ущерб интеллектуальному и социально-психологическому развитию, чем заметно ограничиваются возможности целостного формирования личности (Л.П. Матвеев, 1997; Ю.М. Николаев, 1999). Недостаточная ясность механизмов реализации единовременного решения задач физического и духовного

совершенствования возвращает теоретиков и практиков к решению развивать в основном двигательную сферу учащихся (Ю.М. Николаев, 1999). При этом обращает на себя внимание стандартный набор средств физического воспитания и узконаправленный характер их использования (И.К. Спирина, 2000).

Вместе с тем многочисленные исследования свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже, А. Валлон, М.М. Кольцова и др.) и наличии тесной связи между показателями физических и психических качеств у дошкольников (Г.А. Каданцева, 1993; А.С. Дворкин и Ю.К. Чернышенко, 1997; В.А. Баландин, 2000; Н.И. Дворкина, 2002; В.А. Пегов, 2000, и др.). Установлено, что отставание в умственном развитии приводит к отставанию в развитии физических качеств (Н. Сладкова, 1998; О.В. Решетняк, Т.А. Банникова, 2002). Доказано положительное влияние активной двигательной деятельности на умственную работоспособность (Н.Т. Терехова, 1989; А.В. Запорожец и др., 1980; А.П. Ерастова, 1989).

Глава 2.

Организация и методы исследования влияния физических упражнений на интеллектуальное развитие детей среднего дошкольного возраста

2.1. Организация, методы и методики исследования

Планирование экспериментальной работы осуществлялось в соответствии с гипотезой диссертационного исследования, его основными целями и задачами. Экспериментальная работа состояла из трех этапов: первый этап - констатирующий эксперимент, направленный на установление существующей на момент эксперимента физической подготовленности и уровня интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста. Второй этап - собственно формирующий эксперимент он реализовывался с помощью, специально разработанной экспериментальной программы организации физического и интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста. Третий этап – контрольный, направленный на определение эффективности существующей после проведенной процедуры формирующих воздействий на интеллектуальное развитие посредством физических упражнений.

Эмпирическое исследования осуществлялось на базе МБДОУ № 43 г. Красноярска. В эксперименте приняло участие 40 детей среднего дошкольного возраста (20 детей контрольная группа и 20 детей экспериментальная группа). Выборки детей экспериментальной и контрольной группы представлены в приложении 1, 2.

В ходе констатирующего эксперимента было проведено психодиагностическое исследование уровня интеллектуальных

способностей детей среднего дошкольного возраста и определена физическая подготовленность детей.

Методы и методики исследования

Для определения уровня интеллектуальных способностей детей среднего дошкольного возраста использовалась методики:

1. Тест для изучения дифференцированного восприятия «Найди квадрат» (К.Л. Печора, 1978)

Цель: выявить способность к дифференцированному восприятию.

Ребенку показывался рисунок с изображением 10 четырехугольников, среди которых 5 совершенно одинаковых квадратов и 5 четырехугольников, немного отличающихся от квадратов: вертикальные стороны чуть длиннее горизонтальных, или наоборот, какой-либо из углов четырехугольника меньше или больше прямого угла. Ребенку предлагали найти и показать все одинаковые фигуры (квадраты, у которых все стороны и углы равны).

Критерии оценки: если ребенок может отыскать все или почти все квадраты, то это свидетельствует о наличии у него способности к дифференцированному восприятию.

2. Логическое запоминание. Тест «Лишний предмет» (Г. Айзенк, 1972)

Цель: оценка образно-логического мышления, умственных операций анализа и синтеза.

Детям предлагалось 5 карточек, на которых изображены различные предметы: по 4 на каждой карточке. Просили детей определить лишний предмет на карточках, сказать, почему он лишний. После этого предлагали каждому ребенку подумать и сказать, как можно назвать оставшиеся 3 предмета одним словом.

Критерии оценки: правильно найти все лишние предметы и назвать обобщенным словом - это высокий уровень образно-логического мышления; если из 5 заданий справились с тремя и назвали обобщенным

словом - средний уровень; если неправильных ответов более трех, то ребенок не справился с поставленной задачей - низкий уровень.

Для установления физической подготовленности детей среднего дошкольного возраста использовались тесты, описанные в методике В.И. Усакова.

Диагностика физической подготовленности детей. Тесты для детей от 4 до 5 лет.

Тест №1. Прыжок в длину с места.

Цель: определить уровень развития скоростно - силовых и координационных способностей. Тест считается выполненным, если ребенок выполнил прыжок не менее чем 40 см. для этого следует на отметке 40 см., поставить какую - либо игрушку в виде ориентира. Тест считается выполненным, если из трех попыток ребенок один раз прыгнул на 40 сантиметровую отметку. Все попытки измеряются и лучшая, независимо от того, выполнен тест или нет, заносится в протокол.

Тест №2. Бег 10м. с высокого старта.

Цель теста: определить уровень развития скоростно - силовых и координационных способностей выполняется в спортивном зале или на стадионе, участке детского сада. Дети старт принимают по двое. Результаты фиксируются на секундомерах, которых должно быть два, так как точность второго результата по одному секундомеру получить трудно. Элемент состязательности в этом упражнении, смысл которой еще не совсем понятен детям этого возраста, можно усилить, поставив на финише интересную игрушку. Тест считается выполненным, если ребенок пробежал свою дистанцию без остановки.

Тест №3. Метание мяча на дальность.

Цель теста: определить уровень развития скоростно - силовых и координационных способностей. Для метания выбирается малый резиновый мяч диаметром не более 4-5 см. Выполняется три попытки, все измеряется, лучший результат вносится в протокол.

Тест №4. Непрерывный бег на 100 метров в равномерном темпе.

Цель теста: определить уровень развития функциональных возможностей, способность к непрерывной монотонной работе, воспитывающей не только выносливость, но и волю, выдержку. Важно в таких случаях задавать правильный темп, посильный для детей. Для этого рекомендуем воспитателю бежать впереди и сдерживать детей, так как они еще не соотносят свои силы с той работой, которую предстоит выполнить. Тест считается выполненным, если дети пробежали дистанции без остановки.

Тест №5. Сгибание и разгибание рук

Цель теста: Определить уровень развития силы мышц рук. Тест выполняется на количество раз.

Оценивались темпы прироста показателей физических качеств за период эксперимента, по методике В. И. Усакова. Для этого использовалась следующая формула расчёта темпов прироста.

$$W = \frac{100(V_2 - V_1)}{1/2(V_1 + V_2)},$$

где W - прирост показателя теста в процентах;

V_1 – исходный показатель тестирования;

V_2 – конечный показатель тестирования.

Результаты, полученные в ходе исследования, были подвергнуты обработке методами математической статистики. Сравнение результатов

исследования по группам, расчет достоверности различий проводились по критерию Стьюдента.

$$M_x = \frac{\sum X_i}{n},$$

$$\sigma_x = \sqrt{D_x} = \sqrt{\frac{\sum (x_i - M_x)^2}{n-1}},$$

$$t_E = \frac{|M_1 - M_2|}{\sqrt{\frac{\sigma_1^2}{N_1} + \frac{\sigma_2^2}{N_2}}},$$

t_E - критерий Стьюдента

M_1 - среднее арифметическое первой выборки;

M_2 - среднее арифметическое второй выборки;

σ_1 - стандартное отклонение первой выборки;

σ_2 - стандартное отклонение второй выборки;

N_1 - объем первой выборки;

N_2 - объем второй выборки.

2.2. Результаты констатирующего эксперимента

На этапе констатирующего эксперимента был определен уровень интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста и физическая подготовленность детей среднего дошкольного возраста.

Результаты исследования уровня интеллектуального развития детей контрольной и экспериментальной группы представлены в приложении 3, 4. Сводные данные представлены в таблице 1.

Таблица 1 .

Интеллектуальное развитие детей среднего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе.

№	Тест	Уровни	К.Г.	Э.Г.
1.	Тест для изучения дифференцированного восприятия «Найди квадрат»	Высокий	15% 3 чел.	10% 2 чел.
		Средний	75% 15 чел.	75% 15 чел.
		Низкий	10% 2 чел.	15 % 3 чел.
2.	Логическое запоминание. Тест «Лишний предмет»	Высокий	5% 1 чел.	10% 2 чел.
		Средний	75% 15 чел.	75% 15 чел.
		Низкий	20% 4 чел.	15% 3 чел.

По итогам проведения диагностики уровня интеллектуального развития детей среднего дошкольного можно сделать вывод, что группы примерно одинаковые, не выявлено сильных расхождений в показателях развития интеллекта.

Результаты по итогам проведение диагностики физической подготовленности детей среднего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе представлены в приложении 5,6 .Средние показатели по тестам в контрольной и экспериментальной группе представлены в таблице 2.

Таблица 2.

Средние показатели тестирования в контрольной и экспериментальной группе на констатирующем этапе эксперимента

№	Тесты	Экспериментальная группа	Контрольная группа
1	Прыжок в длину с места.	35 см.	34 см.
2	Бег 10м. с высокого старта.	5,1с.	5,3 с.
3	Метание мяча на дальность	3,7 м.	3,5 м.
4	Непрерывный бег на 100 метров в равномерном темпе.	3,6 м.	3,9 м.
5	Сгибание и разгибание рук	3,4 р.	3,2 р.

Проведённый констатирующий эксперимент и полученные в ходе его проведения результаты позволили разработать экспериментальную программу интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений.

2.3. комплекс физических упражнений на развитие интеллектуальных способностей детей среднего дошкольного возраста.

С целью проверки выдвинутой гипотезы исследования была разработана программа интеллектуального развития детей среднего

дошкольного возраста посредством физических упражнений. Так же планируется проверить эффективность данного комплекса, проанализировав динамику интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста.

Пояснительная записка.

Целью программы является развитие логического запоминания и дифференцированного восприятия, как компонентов интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста посредством специально подобранных физических упражнений. В программе выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств. Интеллектуальное и физическое развитие в дошкольной образовательной организации осуществляется в разнообразных формах организации двигательной активности детей, утренней гимнастике, в самостоятельной двигательной деятельности, подвижных играх, спортивных праздниках, в режимных моментах. В детском саду создаются благоприятные санитарно-гигиенические условия, соблюдается режим дня, обеспечивается заботливый уход за каждым ребенком на основе личностно-ориентированного подхода; организуется полноценное питание, ежедневное пребывание на свежем воздухе; систематически во все времена года проводятся закаливающие мероприятия, утренняя гимнастика.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и

двигательным действиям: правильной, ритмичной, легкой ходьбе, бегу, умению прыгать с места и с разбега, разным видам метания, лазанья, движений с мячами. Дети обучаются четко, ритмично, в определенном темпе выполнять различные физические упражнения по показу и на основе словесного описания, разученные движения выполняются под музыку. Важными задачами программы является развитие интеллекта в процессе физического воспитания, развитие координации движений, функции статического и динамического равновесия, умения ориентироваться в пространстве, формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений. В результате анализа методической литературы существующей в педагогической практике в программе представлены комплексы общеразвивающих упражнений, здоровьесберегающих технологий, нетрадиционных форм работы, а так же были подобраны игровые приёмы, направленные на интеллектуальное развитие детей дошкольного возраста. Виды деятельности, средства и методы физической культуры умственной направленности и ожидаемый результат представлены в таблице 3.

Таблица 3.

Содержание экспериментальной программы развития интеллектуальных способностей детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений.

Вид действия	Средства и методы	Ожидаемый эффект
1. Ходьба	Проговаривание стихов, речитативов, считалок	Совершенствование памяти, увеличение словарного запаса
	С дополнительным	Развитие двигательной

	заданием, выполняемым с опорой на образ («мишки», «лисички»)	и образной памяти, образного мышления
	Между предметами с последующим изображением пути на схеме. Соответственно нарисованному на схеме-рисунке пути.	Развитие пространственного восприятия, наглядно-образного мышления.
	С ограничением зрительного контроля: - сохраняя заданное направление (на 4 счёта с открытыми глазами, на 4 счёта с закрытыми глазами); - за звуковым сигналом в различных направлениях ограниченного пространства («Жмурки») - с дополнительным заданием, выполняемым по зрительному или звуковому сигналу (хлопок - остановка и т.д.)	Развитие внимания. Совершенствование слухо- и глазо-моторных координации.
	Между предметами с последующим	Развитие пространственного

	изображением пути на схеме. Соответственно нарисованному на схеме-рисунке пути.	восприятия, наглядно-образного мышления.
2. Бег	С дополнительным заданием, выполняемым по словесной, зрительной или звуковой инструкции.	Развитие внимания, умения быстро ориентироваться в пространстве.
	С внезапной сменой направления, остановками, увёртыванием («Догонялки»)	
	Соответственно нарисованному на схеме-рисунке пути.	Развитие пространственного восприятия.
3. Обще развивающие упражнения	Выполнение сложнокоординационных упражнений: выполнение одновременных движений руками и ногами изразнонаправленных и.п. (правая рука вверх, левая нога в сторону; левая рука в сторону, правая нога вперёд и т.д.)	Развитие внимания, умения быстро ориентироваться в пространстве.
	Выполнение	Развитие двигательной

	<p>упражнений, стимулирующих деятельность сенсорных систем: с закрытыми глазами (после предварительного показа или на основании только словесной инструкции); перед зеркалом, зрительно контролируя движения</p>	<p>памяти. Совершенствование сенсомоторных координации. Развитие пространственного восприятия и способности анализировать.</p>
	<p>Выполнение упражнений с опорой на знаки: - по словесной инструкции без показа; - с опорой на схематическое изображение; - с двигательным изображением отгаданной загадки («Покажи отгадку»); - «проговаривание» упражнений и направлений выполняемых действий (вправо, влево, вверх, вниз и т.д.)</p>	<p>Формирование умения произвольно обозначать и замещать знаками предметы и явления.</p>
	<p><u>Выполнение упражнений в парах:</u></p>	<p>Совершенствование</p>

	<p>- контролируя действия напарника, делать по мере необходимости замечания;</p> <p>- повторять движения, показанные напарником зеркально или в противоположную сторону («обезьянки»);</p> <p>- выполнять движения противоположные движениям, -показанным напарником (не присесть, а подпрыгнуть; наклониться не вперёд, а назад; поднять руки, а не опустить и т.д.);</p>	<p>процессов памяти, восприятия, внимания.</p> <p>Формирование умения организовать действия другого человека и выполнять действия на основе самостоятельного речевого планирования.</p>
	<p>Последовательное выполнение всех движений (кроме одного, заранее оговорённого), следуя показу или словесной инструкции ведущего («Запрещённое движение»)</p>	<p>Развитие внимания, памяти, умения следовать словесной инструкции</p>
	<p>Воспроизведение последовательности движений, показанной</p>	

	или перечисленной ведущим («Запомни движение»)	
	<p>Предварительное обследование предмета или группы предметов (полоса препятствий) по обобщённой схеме:</p> <ul style="list-style-type: none"> - восприятие целостного облика предмета; - вычленение основных частей этого предмета и определение их свойств (форма, величина, цвет и т.д.); - определение пространственных взаимоотношений частей относительно друг друга (выше, ниже, слева, справа). 	<p>Совершенствование сенсорных процессов.</p> <p>Закрепление знаний о сенсорных эталонах (цвет, форма, величина)</p> <p>Объединение двигательных, сенсорных и мыслительных процессов, с целью обеспечения сознательного выполнения действия.</p>
	<p>Повторение целостного восприятия предмета</p> <p>Определение названия предмета по его описанию.</p> <p>Определение названия, формы, величины предмета с закрытыми глазами («Угадай-ка»)</p>	

	Уборка и распределение оборудования согласно заданному признаку (форме, цвету, размеру, функции)	
4.Строевые упражнения и перестроение.	Построение в точке, обозначенной педагогом на плане зала	Развитие внимания
	Выполнение перестроений по условному сигналу (зрительному, слуховому) «Слушай команду» (один хлопок - построиться в шеренгу, два хлопка -построиться в колонну)	
	Выполнение упражнений в парах или звеньях: ведущий игрок или команда, путём подачи команд («Прямо», «стой», «направо» и т.д.) направляет движение другого игрока или команды: - схеме-рисунку; - предварительным	Совершенствование умения использовать речь для обозначения действий. Формирование умения ориентироваться в пространстве тела, а так же ориентировать локомоторные действия во внешнем

	<p>указаниям педагога (довести игрока до гимнастической стенки);</p> <p>- самостоятельно спланированному маршруту.</p>	<p>пространстве, развитие действий наглядно-образного мышления.</p>
	<p>Построение по определённому признаку (росту, возрасту, длине волос, физической подготовленности)</p>	<p>Совершенствование операции классификации.</p>
	<p>Предварительное определение вида двигательных действий путём решения спланированной педагогом познавательной или проблемной ситуации:</p> <p>- определить по схематическому изображению;</p> <p>- определить, найдя выход из проблемной ситуации (у дверей спортивного зала обнаружена лягушка с признаками амнезии, чтобы ей помочь дети</p>	<p>Совершенствование процессов логического мышления, умения выделять существенные признаки, восприятия, памяти, внимания, воображения, речи</p>

	<p>должны вспомнить, где живут лягушки, показать какие они издают звуки и как двигаются);</p> <ul style="list-style-type: none"> - определить, следуя логике предложенного сюжета (путешествуя по лесу «увидели» белочку - - лазание, зайчика - прыжки и т.д.); - определить при помощи дидактической игры (проследить по рисунку, к какому спортивному предмету приведет человечка лабиринт; найти в ряду «лишний» предмет, - при правильном решении подсказку можно найти под картинкой; найти по рисунку спортивный предмет, расположенный справа (слева, впереди, сзади, дальше, ближе и т.д.). 	
<p>5. Основные виды движений</p>	<p>Предварительное определение последовательности соединения отдельных</p>	<p>Развитие логического мышления, памяти</p>

	элементов в двигательном действии («Последовательные картинки»)	
	Проговаривание двигательных действий: - одновременное словесное описание совершаемых действий (педагогом; детьми; совместно); - последующий рассказ о выполненном двигательном действии; - предварительное описание двигательного действия.	Развитие речи через формирование умения произвольно выполнять двигательные действия с использованием знаков языка
	Количественное определение выполненных или планируемых к выполнению действий (при помощи знаков - цифр, или их заместителей - кружков, палочек и т.д.)	Формирование умения соотносить названное число с количеством выполненных действий, совершенствование действий сравнения
	Сравнение количества (Вася сделал 4 прыжка, а Петя - 2: кто и на сколько сделал больше, меньше)	Совершенствование процессов памяти, внимания, мышления, сравнения, восприятия

	<p>Заполнение вынужденных пауз между подходами к снаряду упражнениями умственной направленности (элементы дидактических игр)</p>	<p>Формирование умения соотносить изображения с действиями.</p>
	<p>Выполнение упражнения с дополнительным заданием', запомнить, а потом воспроизвести как можно больше предметов, изображённых на картинках, прикреплённых или разложенных по ходу движения (картинки могут быть подобраны с учётом их возможной классификации по какому-либо признаку после выполнения упражнения).</p>	<p>Развитие зрительной памяти, внимания.</p> <p>Совершенствование умения классифицировать предметы по существенному признаку.</p>
	<p>Выполнение комбинаций движений, требующих соблюдения определённой последовательности</p>	<p>Совершенствование процессов внимания, двигательной и слуховой памяти.</p>

	действий: -два прыжка вверх, два прыжка с продвижением вперёд; - равновесие на правой ноге, три шага, равновесие на левой ноге и т.д.	
Подвижные игры	Сюжетные	
	Бессюжетные	
Психогимнастика	Со словесным сопровождением, под музыкальное сопровождение	
Пальчиковая гимнастика	На основе показа	
Дыхательная гимнастика.	С произношением звуков, стихотворений. С двигательным действием	

К каждому двигательному действию, приведённому в таблице (ходьба; бег; ОРУ, основные виды движений и др.), подобрана специальная картотека заданий и дидактических игр различной сложности, направленных на развитие интеллектуальных способностей, которые применяются в следующих вариантах проведения физкультурных занятий:

- занятие по единому сюжету, построенному на сказочной или реальной основе (например, «Репортаж со стадиона», «Буратино», «Приключение кузнечика Кузи на планете Туами», «Морское путешествие», «Гуси-лебеди» и т.д.);

- занятие, с использованием музыкально-ритмических движений. Данные занятия проводятся под музыку с выполнением танцевальных, ритмических движений. Игры на таком занятии тоже можно проводить с использованием музыки;
- занятие, построенное на подвижных играх. Создана картотека подвижных игр, которые способствуют интеллектуальному развитию детей и используются с целью повышению или снижению нагрузки;
- занятие по карточкам. Каждый ребенок или группа на занятии получает индивидуальную карточку, на которой в виде пиктограмм изображены основные виды движения, в которых нужно поупражняться, и указана последовательность выполнения движений, заданий. На таких карточках может быть изображен предмет, с которым ребенку предлагается выполнять упражнения или схема действий, закодированная информация о способах выполнения задания;
- занятие с элементами спортивного ориентирования. Такие занятия проводятся на участке детского сада;
- занятия с использованием игрового стретчинга, в основе которого лежат упражнения на гибкость и растяжение с элементами древних гимнастик и йоги.

Такая форма планирования и проведения занятий способствует сохранению межпредметных связей физической культуры с другими видами деятельности дошкольников в учреждении в течение дня. В результате элементы двигательной деятельности (подвижные и малоподвижные игры, игры с дидактической направленностью, пальчиковая гимнастика, тематические пластические этюды и др.) становятся эффективным средством интеграции образовательной области физическая культура с другими образовательными областями: познание, социализация, коммуникация, труд, безопасность, здоровье. Благодаря применению системы сопряжённого развития умственных и двигательных способностей дошкольников

образовательная деятельность физическая культура должна стать интересной и увлекательной.

Создание условий для реализации программы

Для реализации экспериментальной программы в детском саду созданы следующие условия: благоприятные санитарно-гигиенические условия, соблюдается режим дня, обеспечивается заботливый уход за каждым ребенком на основе личностно-ориентированного подхода; организуется полноценное питание, ежедневное пребывание на свежем воздухе; систематически во все времена года проводятся закаливающие мероприятия, утренняя гимнастика. Организуя жизнь детей, их разнообразную активную деятельность, воспитатель, прежде всего, заботится об охране и укреплении здоровья каждого ребенка, его полноценном физическом развитии, о создании бодрого, жизнерадостного настроения. Правильное физическое развитие ребенка невозможно без выполнения режима дня, который должен соответствовать реальному составу детей в группе. Реализация программы предусматривается в разных формах проведения физкультурных занятий в ДОО

2.4. Оценка эффективности программы комплекса физических упражнений на развитие интеллекта детей среднего дошкольного возраста.

Целью контрольного этапа исследования было определение эффективности, разработанной экспериментальной программы интеллектуального развития посредством физических упражнений.

Динамика показателей интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе за период эксперимента представлена в таблице 4. Протоколы изучения уровня интеллектуального развития контрольной и экспериментальной группе представлены в приложении 7, 8.

Таблица 4.

Динамика показателей интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста в контрольной и экспериментальной группе за период эксперимента.

№	Тест	Уровни	К.Г.		Э.Г.	
			До	После	До	После
1.	Тест для изучения дифференцированного восприятия «Найди квадрат»	Высокий	15% 3 чел.	20% 4 чел.	15% 3 чел.	25% 5 чел.
		Средний	75% 15 чел.	75% 14 чел.	80% 16 чел.	75% 15 чел.
		Низкий	10% 2 чел.	5% 1 чел.	5% 1 чел.	0 %
2.	Логическое запоминание. Тест «Лишний предмет»	Высокий	5% 1 чел.	10% 2 чел.	10% 2 чел.	20% 4 чел.
		Средний	75% 15 чел.	70% 14 чел.	80% 16 чел.	75% 15 чел.
		Низкий	20% 4 чел.	20% 4 чел.	10% 2 чел.	5% 1 чел.

Проанализировав данные, мы получили следующие результаты. В экспериментальной группе после проведения эксперимента увеличилось число детей со средним и высоким уровнем интеллектуального развития, в контрольной группе произошли изменения, но большая часть детей с

низкого уровня перешли на средний уровень интеллектуального развития. Полученные данные позволяют предположить, что изменения в экспериментальной группе произошли за счет реализации программы физических упражнений.

Наиболее эффективным методом оценки физической подготовленности детей дошкольного возраста является прирост показателей физических качеств за период формирующего эксперимента, т.е за время реализации экспериментальной программы, который дает определенное представление об изменениях в физической подготовленности детей под влиянием проводимых мероприятий. Он выражается в разнице между исходными показателями, тестировании в контрольной и экспериментальной группе до и после эксперимента. Сама по себе разница показателей несет объективную информацию, но дать оценку происходящим изменениям по ней затруднительно, так как прирост результатов в этом возрасте идет еще и за счет естественного роста ребенка. В результате рассчитали темпы прироста по формуле, представленной в методике В.И. Усакова [54]. Шкала оценок темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста представлена в приложении 11.

Результаты расчётов темпов прироста экспериментальной и контрольной групп представлены в приложении **12, 13**.

Темпы прироста физической подготовленности детей среднего дошкольного возраста и оценка достоверности данных по критерию Стьюдента представлены в таблице 5.

Таблица 5.

Темпы прироста показателей физической подготовленности детей и достоверность полученных данных контрольной и экспериментальной группы за период эксперимента.

	Тесты	Экспериментальная группа					Контрольная группа				
		До эксперимента	После эксперимента	% прироста	t-критерий	P	До эксперимента	После эксперимента	% прироста	t	P
1	Прыжок в длину с места	35 ±4,5	38,6 ±5,5	9,7	5,3	<0,05	34 ±3,5	40 ±4,5	10,5	2,1	<0,05
2	Бег 10 м. с высокого старта	5,1 ±0,3	4,4±0,8	9,5	5,7	<0,05	5,3 ±0,4	4,2 ±0,3	21,2	2,2	<0,05
3	Метание мяча на дальность	3,6 ±0,3	4,2 ±0,2	12,8	5,8	<0,05	3,5±0,4	4,3 ±0,3	14,0	4,0	<0,05

4	Непрерывн ый бег на 200 метров	4,2 ±0,5	4,2 ±0,2	15,3	5,1	<0,05	3,9±0,8	5,1 ±0,6	20,9	3,9	<0,05
5	Сгибание и разгибание рук	3,4 ±1,5	4,1 ±0,8	12,9	2,6	<0,05	4,0±0,8	4,2 ±1,2	24,2	1,9	>0,05

Проанализировав полученные данные, можно сделать вывод, что прирост в контрольной группе произошел за счет естественного роста, а в экспериментальной группе не только за счет естественного роста, но и за счет целенаправленной системы физического воспитания. Так максимальный процент прироста в экспериментальной группе составил 24,2 %, а в контрольной группе 15,3%. Так же в экспериментальной группе увеличились средние показатели по тесту, по сравнению с контрольной группой. Расчеты по критерию Т- Стьюдента позволяют сделать вывод, что результаты исследования достоверны.

1.5 Выводы по второй главе

Таким образом, проведенное исследование оценки эффективности экспериментальной программы интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений имеет эффект и оказала положительное влияние на уровень интеллектуального развития детей и на уровень физической подготовленности. А именно произошли сдвиги во всех показателях физической подготовленности (силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости) и повысился уровень интеллектуального развития.

Заключение

1. Изучены теоретические основы физического и интеллектуального развития детей дошкольного возраста.
2. Разработана экспериментальная «Интеллектуального развитие детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений» и сформированы условия для ее реализации в ДОО. Суть программы заключается в специфике организации интеллектуального и физического развития детей среднего дошкольного возраста. Программа содержит воспитательно-образовательный комплекс разнообразной деятельности детей.
3. Определена эффективность разработанной экспериментальной программы ««Интеллектуального развитие детей среднего дошкольного возраста посредством физических упражнений»» в результате исследования выявлена положительная динамика роста изучаемых результатов. Таким образом, произошли сдвиги в развитии интеллекта детей и во всех показателях развития физических качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости не только за счет естественного прироста, но и за счет целенаправленной системы физического воспитания.

Библиографический список

1. Абросимова, Л. И. Физическое воспитание детей / Л. И. Абросимова, Г. П. Юрко. М. : Физкультура и спорт, 2003. - 278 с.
2. Ананьев, Б. Г. Об одной онтопсихологической задаче / Б. Г. Ананьев // Проблемы психологии спорта : сборник посвященный А. Ц. Пуни. JL : 1970.- С. 127.
3. Андриянова, Е. Ю. Коррекция физического состояния детей дошкольного возраста средствами физической культуры : дис. . канд. пед. наук : 13.00.04 / Е. Ю. Андриянова. М.
4. Бланин А.А. Становление физических качеств дошкольников в зависимости от их двигательной активности и соматотипа. Автореферат диссертации на соискание учебной степени. Наук. МГАФК – Малаховка, 2000, - 21с.
5. Блонский, П. П. Введение в дошкольное воспитание / П. П. Блонский. — М. : Просвещение, 1915.-139 с.
6. Боген, М. М. Обучение двигательным действиям / М. М. Боген. — М. : Физкультура и спорт, 1985. 191 с.
7. Божович, Л. И. Психологические вопросы готовности ребенка к школьному обучению: вопросы психологии ребенка дошкольного возраста / под ред. А. Н. Леонтьева, А. В.
8. Бордовская, Н. В. Педагогика : учебник для вузов / Н. В. Бордовская, А. А. Реан. СПб. : Питер, 2001. - 304 с.
9. Венгер, Л. А. Воспитание сенсорной культуры ребенка от рождения до 6 лет : книга для воспитателя детсада / Л. А. Венгер, Э. Г. Пилюгина. — М. : Просвещение, 1988. 173 с.
10. Волков, Б. С. Детская психология : психическое развитие ребенка до поступления в школу / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. 3-е изд., испр. и доп. - М : Пед. общество России, 2000". - 144 с.

11. Выготский, Л. С. Развитие высших психических функций / Л. С. Выготский. М. : Изд-во АПН РСФСР, 1960. - 600 с.
12. Выготский, Л. С. Обучение и развитие в дошкольном возрасте / Л. С. : Просвещение, 1996. - 24 с.
13. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. — СПб. : Союз, 1997. 224 с.
14. Гальперин, П. Я. Психология мышления и учение о поэтапном формировании умственных действий / П. Я. Гальперин // Исследование мышления в советской психологии. М. : 1966. - С. 115.
15. Гальперин, П. Я. Формирование умственных действий : хрестоматия по общей психологии : психология мышления / П. Я. Гальперин. — М. : 1981.- 390 с.
16. Гарбузов, В. И. От младенчества до отрочества : размышления врача о развитии и воспитание ребенка / В. И. Габузов. Л. Интерполиграфцентр ЛОСФК, 1991. - 188 с.
17. Глазычев, О. С. Сравнительный анализ адаптации детей 6 и 7 лет к обучению, в школе
18. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта : учебное пособие / Е. Н. Гогун, Б. И. Мартынов. М. : Академия, 2000. - 288 с.
19. Доналдсон, М. Мыслительная деятельность детей / М. Доналдсон. — М. : Просвещение, 1985.- 191 с..
20. Дружинин, А. Ваш ребенок от 0 до 7 лет : как развить интеллект вашего малыша / А. Дружинин, О. Дружинина. М. : ЗАО Центрполиграф, 2008.- 191 с.
21. Дружинин, В. Н. Когнитивные способности. Структура. Диагностика. Развитие / В. Н. Дружинин. М. :Иматон-М, 2001. - 224 с.
22. Ермакова, З. И. Физическая подготовка детей пяти-шестилетнего возраста / З. И. Ермакова. 2-е изд., перераб. и доп. - Минск : 1999. -255 с.
23. Зак, А. З. Развитие интеллектуальных способностей у детей 6-7 лет / А. З. Зак. М. : Просвещение, 1996. - 285 с.

24. Запорожец, А. В. Основы дошкольной педагогики / А. В. Запорожец Т. М. Маркова. М.: Просвещение, 1980. - 271 с.
25. Запорожец, А. В. Развитие логического мышления у детей дошкольного возраста / А. В. Запорожец // Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста. М.: Просвещение, 1975. - С. 91-101.
26. В. П. Зинченко // Педагогика. 2001. - № 6. - С. 9-17.
27. Ибука, М. После трех уже поздно / М. Ибука. М. : Знание, 1992. — 96 с.
28. Калмыкова, З. И. Продуктивное мышление как основа обучаемости / З. И. Калмыкова. М.: Просвещение, 2001. — 241 с.
29. Карманова, Л. В. Диагностика физического развития дошкольников : метод, рекомендации / Л. В. Карманова, В. Н. Шебенко, Т. Ю. Логвина. Минск : БГИФК, 1992. - 33 с.
30. Козлова, С. А. Дошкольная педагогика / С. А. Козлова, Т. А. Куликова. - М. : Академия, 2001. 416 с.
31. Кофман, Л. Б. Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. М.: Физкультура и спорт, 1998. - 232 с.
32. Кравчук, А. И. Особенности управления детьми 6-7 лет пространственной точностью своих движений / А. И. Кравчук // Пути управления технической подготовкой спортсменов: — Омск : ОГИФК, 1980.-С. 15-17.
33. Кулинко, Н. Ф. История физической культуры и спорта / Н. Ф. Кулинко.- Оренбург : 1997. 217 с.
34. Лесгафт, П. Ф. Избранные педагогические сочинения : т. 1 / П. Ф. Лесгафт. М. : Педагогика, 1988. - 398 с.
35. Лесгафт, П. Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение / П. Ф. Лесгафт. М. : Педагогика, 1991. - С. 170-172.
36. Литвин, Л. Н. История дошкольной педагогики / Л. Н. Литвин. М. : Просвещение, 1989. - 343 с.
37. Логвинова, Т. Ю. Оптимизация режима двигательной активности дошкольников в зависимости от их возраста : автореф. дис. . канд. пед. наук :

38. Логинова, В. И. Дошкольная педагогика / В. И. Логинова, П. Р. Саморукова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Просвещение, 1988. -256 с.
39. Лукина, Г. Г. Анатомо-физиологические особенности двигательной деятельности дошкольников / Г. Г. Лукина, А. А. Потапчук // Теория и методика физической культуры дошкольников / под Ред-С. О. Филипповой, Г. Н. Пономарева. СПб. : ВВМ, 2004. - С. 53-63.
40. Любомирский, Л. Е. Возрастные особенности движений у детей и подростков / Л. Е. Любомирский. М.: Педагогика, 1979. - 96 с.
85. Маклаков, А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. СПб. : Питер, 2000. - 592 с.
41. Маркс, К. Сочинения / К. Маркс, Ф. Энгельс. М. : Просвещение, 1960. -Т. 16.-С. 198; Т. 17.-555 с.
42. Матюшина, Н. М. Продуктивные процессы в обучении и мышлении : психология мышления / Н. М. Матюшина. М. : Прогресс, 1965. - 385 с.
43. Маханева, М. Д. Воспитание здорового ребенка / М. Д. Маханева. — М. : АРКТИ, 1999. 88 с.
44. Новикова, Г. П. Проблемы модернизации и перспективы развития дошкольного образования / Г. П. Новикова // Педагогическое образование и наука. 2008. - № 1. - С. 8-10.
45. Новоселова, С. Л. Развитие мышления в раннем возрасте / С. Л. Новоселова. — М.: Просвещение, 1978. 159 с.
- 46.Осокина, Т. И. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке / Т. И. Осокина
47. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка 23. Э.Я. Степаненкова. – М.: Издательский центр Академия, 2001
48. Тарасова Т.А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста». Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М., 2005.

49. Холодов Ж.К. и Кузнецов В.С. Теория и методика ФВ и спорта: учеб. Пособие для студентов вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480с.
50. Шебеко В.Н. и Ермак Н.Н., а так же Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников. М.: АCADEMIA, 2000. – 176с.
51. Шебеко В.Н. и Ермак Н.Н., а так же Шишкина В.А. Физическое воспитание дошкольников, 3-и издания, 1998г.
52. Шебеко В.Н. и др. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: учебник для учащихся пед.колледжей и училищ. – Мн.: Университетское, 1998,. – 184с.
53. Холодов Ж.К. и Кузнецов В.С. Теория и методика ФВ и спорта: учеб. Пособие для студентов вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480с.
54. Усаков В.И. Педагогический контроль в физическом воспитании дошкольников: учебное пособие/Краснояр. гос. пед. ун-т. им. В.П.Астафьева. -Красноярск, 2011. -84с.

Приложение 1.

Выборка детей среднего дошкольного возраста в контрольной группе

п\п	Имя ребенка.	Возраст
1	Полина А.	4,7 г.
2	Лера Б.	5 л.
3	Диана Г.	4,6 г.
4	Оля З.	4,4 г.
5	Соня К.	5,1 л.
6	Лиза К.	4,5 г.
7	Кристина К.	4,8 г.
8	Маша Л.	4,4 г.
9	Мадина С.	5,1 л.
10	Кристина Э.	4,3 г.
11	Арсений М.	4,7 г
12	Андрей О.	5,0 л.
13	Савелий С.	4,5 г.
14	Ваня З.	5.1 л.
15	Артем М.	4,6 г.
16	Руслан П.	4,9 г.
17	Миша С.	4,3 г.
18	Степа Н.	4,8 г.
19	Паша Э.	4,9 г.
20	Кирилл Ю.	5,2 л.

Выборка детей среднего дошкольного возраста в экспериментальной
группе

п\п	Имя ребенка.	Возраст
1	Валя С.	4,8 г.
2	Маша Г.	5 л.
3	Вероника Ш.	4,9 г.
4	Кристина Л.	4,6 г.
5	Оля Ч.	5,1 л.
6	Анфиса Н.	4,7 г.
7	Оксана В.	4,4 г.
8	Таня Ф.	4,6 г.
9	Наташа Ш.	5,1 л.
10	Валера Н.	4,8 г.
11	Саша А.	4,5 г
12	Леша Р.	5,0 л.
13	Ваня В.	4,8 г.
14	Вася У.	5.1 л.
15	Дима С.	4,5 г.
16	Денис О.	4,6 г.
17	Паша Д.	4,8 г.
18	Антон Ц.	4,7г.
19	Ярослав З.	4,9 г.
20	Данил Р.	5,2 л.

Уровень интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста
до эксперимента в контрольной группе

п\п	Имя ребенка.	Тест №1	Тест №2
1	Полина А.	средний	низкий
2	Лера Б.	средний	средний
3	Диана Г.	высокий	средний
4	Оля З.	средний	низкий
5	Соня К.	средний	средний
6	Лиза К.	низкий	средний
7	Кристина К.	средний	средний
8	Маша Л.	средний	средний
9	Мадина С.	высокий	средний
10	Кристина К.	средний	средний
11	Арсений М.	средний	средний
12	Андрей О.	высокий	высокий
13	Савелий С.	средний	средний
14	Ваня З.	средний	средний
15	Артем М.	средний	низкий
16	Руслан П.	средний	средний
17	Миша С.	низкий	средний
18	Степа Н.	низкий	средний
19	Паша Э.	средний	низкий
20	Кирилл Ю.	средний	средний

Уровень интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста до эксперимента в экспериментальной группе.

п\п	Имя ребенка.	Тест №1	Тест №2
1	Валя С.	средний	низкий
2	Маша Г.	средний	средний
3	Вероника Ш.	высокий	средний
4	Кристина Л.	средний	низкий
5	Оля Ч.	средний	средний
6	Анфиса Н.	низкий	средний
7	Оксана В.	средний	средний
8	Таня Ф.	средний	средний
9	Наташа Ш.	высокий	средний
10	Валера Н.	средний	средний
11	Саша А.	средний	средний
12	Леша Р.	высокий	высокий
13	Ваня В.	средний	средний
14	Вася У.	средний	средний
15	Дима С.	средний	низкий
16	Денис О.	средний	средний
17	Паша Д.	низкий	средний
18	Антон Ц.	низкий	средний
19	Ярослав З.	средний	низкий
20	Данил Р.	средний	средний

Приложение 5.

Результаты показателей тестирования физической подготовленности детей среднего дошкольного возраста в контрольной группы до эксперимента.

№ п\п	Имя ребенка.	Тесты и их оценка				
		№1	№2	№3	№4	№5
		(см)	(сек.)	(м)	балл	Колл .раз
1	Полина А.	34	5,8	3,0	3	5
2	Лера Б.	30	5,0	3,5	3	3
3	Диана Г.	30	5,9	3,1	3	4
4	Оля З.	32	5,0	3,7	4	3
5	Соня К.	41	5,3	3,6	4	4
6	Лиза К.	36	5,4	4,2	3	2
7	Кристина К.	36	5,8	3,7	4	4
8	Маша Л.	30	5,3	3,9	4	4
9	Мадина С.	38	5,0	3,9	4	4
10	Кристина К.	40	5,0	4,1	3	3
11	Арсений М.	36	5,2	3,7	4	6
12	Андрей О.	43	5,5	3,3	4	2
13	Савелий С.	36	5,7	3,6	4	3
14	Ваня З.	39	5,6	3,7	3	3

15	Артем М.	30	5,0	4,1	3	3
16	Руслан П.	34	4,8	4,0	3	3
17	Миша С.	34	5,0	3,6	4	5
18	Степа Н.	30	5,4	3,7	4	3
19	Паша Э.	39	5,9	3,4	4	3
20	Кирилл Ю.	33	5,7	4,3	5	2

Приложение 6.

Результаты показателей тестирования физической подготовленности детей среднего дошкольного возраста в экспериментальной группы до эксперимента.

№ п\п	Имя ребенка.	Тесты и их оценка				
		№1	№2	№3	№4	№5
		(см)	(сек.)	(м)	балл	Колл .раз
1	Валя С.	39	5,9	3,1	3	3
2	Маша Г.	31	5,2	3,4	4	4
3	Вероника Ш.	32	5,9	3,0	3	4
4	Кристина Л.	37	5,1	3,8	4	3
5	Оля Ч.	41	5,0	3,9	4	4
6	Анфиса Н.	33	5,5	4,0	3	2
7	Оксана В.	36	5,8	3,7	4	4
8	Таня Ф.	30	5,3	3,9	4	5
9	Наталья Ш.	38	5,0	3,9	4	3
10	Валера Н.	40	5,0	4,1	3	2
11	Саша А.	35	5,2	3,7	4	4
12	Леша Р.	43	5,5	3,3	4	2
13	Ваня В.	36	5,7	3,7	4	3
14	Вася У.	38	5,6	3,9	3	3

15	Дима С.	31	5,0	4,1	3	3
16	Денис О.	34	4,8	3,9	4	4
17	Паша Д.	35	5,0	3,5	3	5
18	Антон Ц.	30	5,5	3,8	4	3
19	Ярослав З.	38	5,8	3,5	3	3
20	Данил Р.	32	5,7	4,2	4	4

Уровень интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста
после эксперимента в контрольной группе

п\п	Имя ребенка.	Тест №1	Тест №2
1	Полина А.	средний	низкий
2	Лера Б.	средний	средний
3	Диана Г.	высокий	средний
4	Оля З.	средний	низкий
5	Соня К.	средний	средний
6	Лиза К.	низкий	средний
7	Кристина К.	средний	средний
8	Маша Л.	средний	средний
9	Мадина С.	высокий	средний
10	Кристина К.	средний	средний
11	Арсений М.	средний	средний
12	Андрей О.	высокий	высокий
13	Савелий С.	средний	средний
14	Ваня З.	средний	средний
15	Артем М.	средний	высокий
16	Руслан П.	средний	средний
17	Миша С.	средний	средний
18	Степа Н.	низкий	средний
19	Паша Э.	средний	средний
20	Кирилл Ю.	высокий	средний

Приложение № 8.

Уровень интеллектуального развития детей среднего дошкольного возраста
после эксперимента в экспериментальной группе

п\п	Имя ребенка.	Тест №1	Тест №2
1	Валя С.	средний	низкий
2	Маша Г.	средний	высокий
3	Вероника Ш.	высокий	средний
4	Кристина Л.	средний	средний
5	Оля Ч.	средний	средний
6	Анфиса Н.	низкий	средний
7	Оксана В.	средний	высокий
8	Таня Ф.	средний	средний
9	Наташа Ш.	высокий	средний
10	Валера Н.	средний	средний
11	Саша А.	средний	средний
12	Леша Р.	высокий	высокий
13	Ваня В.	средний	средний
14	Вася У.	средний	средний
15	Дима С.	средний	средний
16	Денис О.	средний	средний
17	Паша Д.	низкий	средний
18	Антон Ц.	низкий	средний
19	Ярослав З.	средний	средний
20	Данил Р.	средний	высокий

Приложение 9.

Результаты показателей тестирования физической подготовленности детей среднего дошкольного возраста в контрольной группе после эксперимента.

№ п\п	Имя ребенка.	Тесты и их оценка				
		№1	№2	№3	№4	№5
1	Полина А.	39	5,9	3,1	3	3
2	Лера Б.	31	5,2	3,4	4	4
3	Диана Г.	32	5,9	3,0	3	4
4	Оля З.	37	5,1	3,8	4	3
5	Соня К.	41	5,0	3,9	4	4
6	Лиза К.	33	5,5	4,0	3	2
7	Кристина К.	36	5,8	3,7	4	4
8	Маша Л.	30	5,3	3,9	4	5
9	Мадина С.	38	5,0	3,9	4	3
10	Кристина К.	40	5,0	4,1	3	2
11	Арсений М.	35	5,2	3,7	4	4
12	Андрей О.	43	5,5	3,3	4	2
13	Савелий С.	36	5,7	3,7	4	3
14	Ваня З.	38	5,6	3,9	3	3
15	Артем М.	31	5,0	4,1	3	3
16	Руслан П.	34	4,8	3,9	4	4
17	Миша С.	35	5,0	3,5	3	5
18	Степа Н.	30	5,5	3,8	4	3

19	Паша Э.	38	5,8	3,5	3	3
20	Кирилл Ю.	32	5,7	4,2	4	4

Приложение № 10.

Результаты показателей тестирования физической подготовленности детей среднего дошкольного возраста в экспериментальной группы после эксперимента.

№ п\п	Имя ребенка.	Тесты и их оценка				
		№1	№2	№3	№4	№5
		(см)	(сек.)	(м)	балл	Колл .раз
1	Валя С.	42	5,0	4,1	4	7
2	Маша Г.	40	4,2	4,0	4	4
3	Вероника Ш.	38	5,1	3,8	5	5
4	Кристина Л.	39	4,0	4,9	5	4
5	Оля Ч.	48	4,4	3,9	4	5
6	Анфиса Н.	40	4,8	4,8	5	3
7	Оксана В.	42	5,0	5,0	4	5
8	Таня Ф.	35	4,8	4,5	5	6
9	Наталья Ш.	44	4,2	4,7	5	5
10	Валера Н.	49	4,1	4,6	5	4
11	Саша А.	46	4,3	4,5	4	6
12	Леша Р.	49	5,0	3,7	5	2
13	Ваня В.	42	5,1	4,0	4	3
14	Вася У.	46	5,0	4,4	3	3

15	Дима С.	37	4,2	4,6	4	3
16	Денис О.	40	4,0	4,9	4	4
17	Паша Д.	40	4,4	4,9	4	5
18	Антон Ц.	38	5,0	4,6	4	3
19	Ярослав З.	45	5,1	4,0	5	4
20	Данил Р.	41	5,0	4,9	5	3

Шкала оценок темпов прироста физических качеств детей дошкольного
возраста

Темп прироста	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8%	Неудовлетворительно	За счет естественного прироста
От 8% до 10%	Удовлетворительно	За счет естественного роста и естественной двигательной активности
От 10% до 15%	Хорошо	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15%	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

Приложение № 12.

Темпы прироста показателей физических качеств детей в экспериментальной группе за период эксперимента

№ п\п	Имя ребенка	До эксперимента					После эксперимента					Процент прироста				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	Валя С.	34	5,8	3	3	5	42	5	4,1	4	7	5,7	14,9	7,3	28,5	18,2
2	Маша Г.	30	5	3,5	3	3	40	4,2	4	4	4	6,1	18,2	5,3	6,1	18,2
3	Вероника Ш.	32	5	3,7	4	3	38	5,1	3,8	5	5	6,1	5,8	11,3	6,1	18,2
4	Кристина Л.	4,1	5,3	3,6	4	4	39	4	4,9	5	4	11,0	9,3	11,7	11,0	40
5	Оля Ч.	36	5,4	4,2	3	2	48	4,4	3,9	4	5	6,4	6,9	7,8	6,4	18,2
6	Анфиса Н.	36	5,8	3,7	4	4	40	4,8	4,8	5	3	9,6	22,2	18,2	9,6	22,2

7	Оксана В.	36	5,8	3,7	3	4	42	5	5	4	5	8,3	22,8	12,5	22,8	15,4
8	Таня Ф.	38	5	3,9	4	4	35	4,8	4,5	5	6	8,1	19,7	22,2	28,5	28,5
9	Наташа Ш.	40	5	4,1	3	3	44	4,2	4,7	5	5	8,4	22,2	15,8	28,5	28,5
10	Валера Н.	36	5,2	3,7	4	6	49	4,1	4,6	5	4	10,2	22,2	18,7	15,6	40
11	Саша А.	43	5,5	3,3	4	6	49	5	4	4	3	19,8	25,4	18,2	18,7	28,5
12	Леша Р.	36	5,7	3,6	4	3	42	5,1	4	4	3	13,3	18,7	16	28,5	66,6
13	Ваня В.	39	5,6	3,7	3	3	46	5	4	4	3	16,8	16,6	26,1	28,5	40
14	Вася У.	30	5	4,1	3	3	41	5,4	4,9	5	3	10	11,1	22,2	12,6	40
15	Дима С.	34	4,8	4	3	3	37	4,2	4,6	4	3	21,5	13,3	62,1	22,2	66,6
16	Денис О.	34	5	3,6	4	5	40	4	4,9	4	4	14,2	20,2	18,2	22,2	66,6
17	Паша Д.	30	5,4	3,7	4	3	40	4,4	4,9	4	5	13,3	13,3	23,5	22,2	40
18	АНТОН Ц.	38	5	4,6	4	5	38	5	4,6	4	3	18,1	22,2	32,5	26,1	40

19	Ярослав З.	45	5,1	4	5	4	45	5,1	4	5	4	10	11,1	37,8	22,2	40
20	Данил Р.	41	5	4,9	5	9	41	5,4	4,9	5	3	22,2	13,3	62,1	22,2	66,6

Приложение 13.

Темпы прироста показателей физических качеств детей в контрольной группе за период эксперимента

№ п\п	Имя ребенка	До эксперимента					После эксперимента					Процент прироста				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	Валя С.	34	5,8	3,0	3	5	39	5,9	3,1	3	3	4,7	12,9	7,3	28,5	18,2
2	Маша Г.	30	5,0	3,5	3	3	31	5,2	3,4	4	4	6,1	18,2	5,3	6,1	18,2
3	Вероника Ш.	30	5,9	3,1	3	4	32	5,9	3,0	3	4	6,1	5,8	11, 3	6,1	18,2
4	Кристина Л.	32	5,0	3,7	4	3	37	5,1	3,8	4	3	11,0	9,3	11, 7	11,0	23
5	Оля Ч.	41	5,3	3,6	4	4	41	5,0	3,9	4	4	6,4	6,9	7,8	6,4	18,2

6	Анфиса Н.	36	5,4	4,2	3	2	33	5,5	4,0	3	2	9,6	22,2	18,2	9,6	21,2
7	Оксана В.	36	5,8	3,7	4	4	36	5,8	3,7	4	4	8,3	22,8	12,5	22,8	15,4
8	Таня Ф.	30	5,3	3,9	4	4	30	5,3	3,9	4	5	8,1	19,7	22,2	28,5	28,5
9	Наташа Ш.	38	5,0	3,9	4	4	38	5,0	3,9	4	3	8,4	22,2	15,8	28,5	28,5
10	Валера Н.	40	5,0	4,1	3	3	40	5,0	4,1	3	2	10,2	22,2	18,7	15,6	40
11	Саша А.	36	5,2	3,7	4	6	35	5,2	3,7	4	4	13,8	21,4	17,2	18,7	28,5
12	Леша Р.	43	5,5	3,3	4	2	43	5,5	3,3	4	2	13,3	18,7	16	28,5	66,6
13	Ваня В.	36	5,7	3,6	4	3	36	5,7	3,7	4	3	16,8	16,6	21,1	28,5	40

14	Вася У.	39	5,6	3,7	3	3	38	5,6	3,9	3	3	10	10,1	22, 2	12,6	40
15	Дима С.	30	5,0	4,1	3	3	31	5,0	4,1	3	3	21,5	13,3	62, 1	22,2	12,6
16	Денис О.	34	4,8	4,0	3	3	34	4,8	3,9	4	4	14,2	20,2	18, 2	22,2	34,6
17	Паша Д.	34	5,0	3,6	4	5	35	5,0	3,5	3	5	13,3	11,3	23, 5	22,2	40
18	Антон Ц.	30	5,4	3,7	4	3	30	5,5	3,8	4	3	18,1	22,2	32, 5	26,1	18,9
19	Ярослав З.	39	5,9	3,4	4	3	38	5,8	3,5	3	3	10	11,1	37, 8	22,2	23,3
20	Данил Р.	33	5,7	4,3	5	2	32	5,7	4,2	4	4	17,2	13,3	62, 1	22,2	12,6