



**«Академия
спортивных
исследований»**

Центр знаний в области
социального спорта



***Проведение спортивных занятий с
детьми 3-7 лет с учетом особенностей
их физического и психологического
развития***

***(на примере клуба детского
спортивного развития «Ракета»)***

***Методическое пособие
(с видеоприложением)***

***Санкт-Петербург
2024***

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	3
Миссия клуба детского спортивного развития «Ракета»	5
1. Особенности проведения занятий с элементами спортивных игр для детей от 3 до 7 лет.....	6
1.1. Подход к занятиям	6
1.2. Основные направления тренировки	6
2. Направления развития	8
3. Физическая подготовка.....	9
3.1. Понятие физической подготовки.....	9
3.2. Варианты базовых движений в играх.....	9
4. Техническая подготовка: обучение элементам различных спортивных дисциплин	11
4.1. Особенности различных спортивных дисциплин для дошкольников.....	11
4.2. Базовые принципы обучения дошкольников спортивным играм.....	17
5. Описание особенностей психологического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста и психодиагностика характерологических особенностей.....	18
5.1. Младший дошкольный возраст (3-4 года): особенности психологического развития	18
5.2. Старший дошкольный возраст (5-6 лет): особенности психологического развития	21
5.3. Младший школьный возраст (7-10 лет): особенности психологического развития	23
5.4. Психодиагностика характерологических особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.....	27
5.5. Психодиагностические методики	30
5.6. Исследование мотивации к занятиям спортом у дошкольников и младших школьников.....	44
Обобщение программы клуба детского спортивного развития «Ракета» и её необходимость	47

Предисловие

Для детей дошкольного и младшего школьного возраста занятия физической культурой и спортом имеют важное значение. Занимаясь спортивными играми, помимо гармоничного физического развития, дети укрепляют здоровье, иммунитет, получают навыки социализации в коллективе.

Знание психологических особенностей детей 3-7 лет позволит грамотно выстроить общение с ними и наладить тренировочный процесс, найти индивидуальный подход к ребенку, определить уровень и особенности его развития.

В этом методическом пособии вы познакомитесь с процессом обучения по программе «Дети на спортивной планете» для тренеров, проводящих занятия с детьми дошкольного возраста. Принципы проведения тренировок клуба детского спортивного развития «Ракета» основаны на обучении основным элементам командных и индивидуальных видов спорта в игровой форме: в течение занятия ребенок выполняет комплексный набор упражнений, направленный на общее физическое, эмоциональное и интеллектуальное развитие.

Каждый тренер должен четко понимать, чему именно он обучает детей во время тренировки, на что направлена та или иная игра, а также уметь оперативно подстраиваться под настроение и состояние детей, не нарушая при этом структуры обязательных упражнений для обучения спортивным элементам. Принципы проведения тренировок в рамках программы соответствуют концепции и философии массового спорта для детей данного возраста: игра — лучший способ обучения, посредством которого ребенок должен получать удовольствие.

Методика клуба «Ракета» разработана специально для детей дошкольного возраста с учетом их особенностей. Тренеру важно помнить, что дети от 3 до 7 лет обладают рядом следующих физических и психологических особенностей.

Физические особенности	Психологические особенности
Высокая подвижность	Выраженное любопытство
Слабо развитая мускулатура	Незначительная концентрация
Низкая координация движений	Эгоцентризм
Потеря концентрации	Сильная ориентация на тренера
Утомляемость	Выраженный мир фантазий
	Большое стремление к движению и играм

Особенности ребенка учитываются при работе с основными направлениями, на базе которых составлены принципы проведения тренировок для дошкольников в рамках программы «Дети на спортивной планете». Здесь же рассмотрены особенности проведения тренировок для детей в возрасте от 3 до 7 лет и разобрана структура игр, которые входят в комплекс упражнений.

Это методическое пособие будет полезно специалистам, работающим с дошкольниками: тренерам, воспитателям, проводящим физкультурные занятия в дошкольных учреждениях, и родителям детей дошкольников для понимания, как развивать своих детей и самостоятельно заниматься спортом.

В методическом пособии представлены психодиагностические методики, которые вы можете провести с детьми самостоятельно. С их помощью вы определите темперамент и эмоциональные особенности личности ребенка, самооценку ребенка и его мотивацию к занятиям спортом.

Посмотреть примеры упражнений и работы с детьми разных возрастных групп вы можете в нашем видеоприложении по ссылке: https://vk.com/video-222629873_456239056



Миссия клуба детского спортивного развития «Ракета»

Привить детям любовь к спорту! Показать, насколько удивителен и многогранен мир спорта!

Наша основная задача — сделать спорт для ребенка привычкой, чтобы он, не задумываясь, бежал играть на стадион, вставал на коньки, лыжи, не боялся пробовать что-то новое для себя.

Целью является обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством спортивных упражнений и командных игр, воспитание гармоничной, социально-активной личности с учетом индивидуальных психологических особенностей каждого ребенка, выявление спортивной одаренности, исходя из физических наклонностей ребенка.

Игровая позиция — один из важнейших элементов каждого ребенка, в нем проявляется мировоззрение и личность детей. Наиболее типичное состояние нормального ребенка: радость жизни, переполненность веселой энергией жизни, бьющими через край эмоциями. Это состояние проявляется в радостном игривом настроении, желании переделать в игру любой вид совершаемой деятельности, поэтому все упражнения в клубе детского спортивного развития «Ракета» носят игровой характер.

Развитие детей по нашей системе ставит перед собой цели, способствующие обучению детей спортивным дисциплинам через игру. Ребенку предоставляется больше свободы в игре, движении и собственных идеях.

Ошибочные цели	Свойственные детям цели
Чемпионаты, турниры	Игровые праздники, встречи
Мышление на результат	Радость в игре
Односторонняя тренировка	Разнообразие движений
Постоянный контроль	Саморазвитие

1. Особенности проведения занятий с элементами спортивных игр для детей от 3 до 7 лет

1.1. Подход к занятиям

В системе развития клуба «Ракета» есть два основных убеждения, которые применяются в каждом занятии:

1. «Не заставлять, а заинтересовывать»

В работе с детьми этот принцип является единственно верным. Обучение различным спортивным дисциплинам должно происходить в форме игры, т. к. в этом случае детям прививается положительное отношение к спорту и движению в целом, чтобы они всегда оставались здоровыми и активными на протяжении всей жизни. А это возможно только когда ребенок чувствует радость от проведенного занятия и приложенных усилий.

2. «Спорт – это образование»

Спорт является образовательной средой для развития ребенка, т. к. тренировка в правильном направлении не только помогает развиваться физически, но и стимулирует творческий подход, воображение, сообразительность и положительное отношение к обучению и играм в команде. Этот подход помогает развиваться в глобальном масштабе и привлекать все больше и больше детей к спорту и здоровому образу жизни.

Игровой метод

Игровой метод — один из важнейших элементов взаимодействия с каждым ребенком, в нем проявляется мировоззрение и личность детей. Наиболее типичное состояние нормального ребенка — радость жизни, переполненность энергией жизни, эмоциональность. Это состояние проявляется в радостном настроении, желании переделать в игру любой вид совершаемой деятельности, поэтому все упражнения в программе «Дети на спортивной планете» носят игровой характер. Развитие детей ставит перед собой цели, способствующие обучению детей элементам футбола, хоккея, баскетбола, настольного тенниса, гимнастики через игру, и ребенку, в свою очередь, предоставляется больше свободы в игре, движении и собственных идеях.

1.2. Основные направления тренировки

Методистами и тренерами клуба «Ракета» был разработан комплекс специальных спортивных упражнений, сочетающих в себе элементы общей физической подготовки и упражнения с элементами спортивных игр, таких как футбол, баскетбол, хоккей, настольный теннис, гимнастика. Все занятия проходят в сюжетно-игровой форме, чтобы максимально вовлечь детей в тренировочный процесс. Сюжеты занятий связаны с космической тематикой, поэтому дети получают не только разностороннее физическое развитие, но и знакомятся с увлекательным миром космоса, (например,

мячи — это роботы-помощники, зонды-разведчики, дети должны выполнять космическую разминку, изучать, осваивать новые планеты).

Тренировки способствуют знакомству детей с элементами футбола, баскетбола, хоккея, настольного тенниса, гимнастики, а также формированию характера, умению работать в команде и помогать друг другу. Формируются небольшие группы от 6 до 12 детей на одного тренера в зависимости от возраста и размера помещения.

Тренировки представляют собой занятия продолжительностью от 35 до 45 минут в зависимости от возраста детей и их количества в группе.

Стандартное занятие по программе состоит из четырех основных блоков. Занятие начинается с разминки, продолжается простыми развивающими играми, сопровождается усложненными упражнениями с элементами спортивных игр, заканчивается успокаивающими упражнениями и познавательным рассказом о космосе.

В ходе тренировочного процесса от занятия к занятию усложняются упражнения, и таким образом дети проходят комплекс занятий, способствующих их полноценному разностороннему развитию.

1. Уже через месяц у детей повышается восприимчивость к советам тренера.

2. Через два месяца детям становится легче взаимодействовать в команде. Через три месяца у ребенка наблюдаются первые успехи в освоении спортивного направления.

Главный секрет успеха занятий состоит в умении удерживать внимание и заинтересованность детей на протяжении всей тренировки, благодаря системе мотивации во время занятия.

Изначально внимание ребенка носит произвольный характер и вызывается качеством внешних раздражителей: ребенка привлекают яркие, блестящие или движущиеся предметы, громкие звуки. Поэтому поддержание интереса при помощи завлечения детей в космическое путешествие, и получение бонусов за пройденные испытания являются важнейшим атрибутом тренировок.



2. Направления развития

В процессе обучения дошкольников по программе «Дети на спортивной планете» работа ведется в 4 направлениях:

1. **Физическая подготовка**
2. **Техническая подготовка: обучение элементам спортивных игр**
3. **Социализация**
4. **Психологическая подготовка**

Одно из самых важных направлений развития детей — физическая подготовка. Через игры ребенок познает мир и приобретает определенные физические навыки, а при помощи упражнений с элементами спортивных игр получает техническую подготовку различных спортивных дисциплин. В каждое упражнение закладывается социализация ребенка и психологическая подготовка дошкольников: умение работать в команде, достижение общей цели, отношение к победам.

Занятия по всем направлениям ведутся в четырех различных классах с учетом возрастных групп и первоначального уровня развития и физической подготовки.

Направления	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физическая подготовка	<i>Простые движения руками и ногами</i>	<i>Усложнение движений; формирование отдельных двигательных навыков</i>	<i>Общая подвижность; развитие скорости и гибкости</i>	<i>Обучение двигательным навыкам, специфичным для изучаемой спортивной дисциплины</i>
Техническая подготовка: обучение элементам спортивных игр	<i>Первое знакомство с мячом, клюшкой, ракеткой</i>	<i>Развитие координации движений тела с мячом, клюшкой, ракеткой</i>	<i>Начальное владение мячом, клюшкой, ракеткой</i>	<i>Изучение базовой техники спортивных дисциплин</i>
Социализация	<i>Совместные игры с другими детьми</i>	<i>Осознание своего места в коллективе</i>	<i>Готовность и желание играть в команде</i>	<i>Игры в команде и игры один на один</i>
Психологическая подготовка	<i>Радость победы и преодоление первых трудностей</i>	<i>Умение переключаться на другую игру; осознанность</i>	<i>Правильное отношение к трудностям и достижение поставленной цели</i>	<i>Удовольствие и радость от движения и игр</i>

3. Физическая подготовка

3.1. Понятие физической подготовки

Физическая подготовка — это педагогический процесс, направленный на развитие физических качеств и функциональных возможностей органов и систем организма обучаемых, которые создают благоприятные условия для совершенного овладения навыками игры. Физическая подготовка должна быть связана с технико-тактической и соревновательной подготовкой.

Понятия «физическое развитие» и «физическая подготовленность» часто смешивают, однако **физическая подготовленность** — это результат физической подготовки, достигнутый при выполнении двигательных действий, необходимых для освоения или выполнения человеком профессиональной или спортивной деятельности. Физическая подготовленность характеризуется уровнем функциональных возможностей различных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной) и развития основных физических качеств (силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости).

3.2. Варианты базовых движений в играх

В дошкольном возрасте развитие ребенка происходит наиболее интенсивно, поэтому всегда заметны происходящие изменения. Задача каждого тренера — видеть и использовать эту информацию для дальнейшего роста своих воспитанников.

ХОДЬБА

Дети дошкольного возраста ходят достаточно уверенно. У некоторых из них наблюдается хорошая координация движений рук и ног, правильная осанка. Однако у большинства детей походка по-прежнему остается тяжелой, они слабо размахивают руками или прижимают их к туловищу. Ребенку младшего возраста свойственны неравномерный темп ходьбы, неодинаковая длина шагов.

БЕГ

Согласованность движений рук и ног в беге у детей этого возраста несколько лучше по сравнению с ходьбой. Быстрый темп передвижения ребенку дается лучше, чем медленный, однако и в беге координация движений еще несовершенна. Малыши бегают на всей стопе, работа рук выражена нечетко, иногда они прижаты к туловищу. Старших дошкольников приучают бегать со свободными движениями рук, смотреть вперед, ориентироваться в пространстве, уметь согласовывать свои действия с действиями других детей и т. д. Например, челночный бег направлен на

формирование ориентировки в пространстве, развитие реакции на сигнал воспитателя, умение слушать команду и объяснение тренера; бег плечом к плечу приучает детей к совместным действиям; бег боком развивает координацию, позволяет научиться маневрировать в пространстве и т. д.

На каждом занятии должно иметь место несколько видов бега. Они обязательно должны чередоваться один с другим и сочетаться с ходьбой, а также с разными видами прыжков.

МАХИ НОГАМИ

Для укрепления мышц ног и улучшения растяжки выполняются махи ногами:

- вперед;
- назад;
- в стороны.

ПРИСЕДАНИЯ

Правильно выполненные приседания приводят к укреплению мышц на ногах, развитию силы ног и подвижности ребенка. Приседания в играх выполняются следующим образом:

- на месте;
- с мячом/без мяча на вытянутых вперед/вверх руках;
- с мячом/без мяча вдоль туловища.

ДВИЖЕНИЯ КОРПУСОМ

В детстве гибкость и подвижность позвоночника детей находятся на очень хорошем уровне. Однако следует поддерживать природную гибкость мышц и суставов, в том числе посредством использования движений в играх. Данные движения туловищем укрепляют мышцы спины и позвоночник, повышают гибкость:

- различные наклоны;
- скручивания.

НИЖНЯЯ АКРОБАТИКА

Несмотря на игровую подачу тренировок в процессе обучения спортивным дисциплинам у детей случаются падения, в будущем способные нанести серьезные травмы. Элементы нижней акробатики помогают научиться группироваться и не травмироваться при падениях.

ПРЫЖКИ

Упражнения в прыжках положительно влияют на организм ребенка: укрепляют мышцы и связки нижних конечностей, совершенствуют координацию движений, развивают смелость.

СИЛОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Простые упражнения, позволяющие получить нагрузку при помощи веса собственного тела, и тщательное соблюдение техники безопасности сделают ребенка сильнее, это поможет ребенку расти здоровым. Использование подобных движений в играх развивает координацию детей.

4. Техническая подготовка: обучение элементам различных спортивных дисциплин

Техническая подготовка — это педагогический процесс, направленный на совершенное освоение приемов игры и обеспечивающий надежность навыков в игровой и соревновательной деятельности. В данном случае происходит освоение приемов игры в футбол, хоккей, баскетбол, настольный теннис.

4.1. Особенности различных спортивных дисциплин для дошкольников

Футбол

Футбол — одна из самых популярных и любимых игр в мире.

Несложные технические приемы: удары, остановка мяча, ведение, бросание — и тактические действия: нападение, защита. Действия вратаря. Простейшие правила игры. Поле, основные линии, разметка. Как избежать травм.

Нравственно-волевая подготовка

Как лучше выполнить двигательные действия, как достичь положительного результата, как поступить в той или иной игровой ситуации. Возможные варианты взаимодействия в игре. Побуждать детей к использованию элементов футбола в самостоятельной деятельности

Хоккей

Нравственно-волевая подготовка

1. Хоккей — игра командная. Успех команды зависит от действий каждого на площадке.
2. Умение защищать свои ворота, умение нападать.
3. Чем можно помочь друг другу в игре, как корректно себя вести, как можно быстрее достичь положительных результатов, как и какие упражнения можно выполнять самостоятельно.

Баскетбол

Нравственно-волевая подготовка

1. Игра вдвоем. Зависимость успеха игры от взаимодействия членов команды.
2. Играем вдвоем.

3. Как нападать и защищать свое кольцо?
4. Что нужно, чтобы побеждать. Почему команда проигрывает?
5. Вызвать желание самостоятельно осваивать элементы игры в баскетбол.

Специфика дошкольного футбола, баскетбола, хоккея, настольного тенниса.

Возрастная категория детей от 3 до 7 лет считается особенной в развитии человека, в это время ребенок познает мир, т. к. только недавно научился ходить, а значит, может делать открытия, передвигаясь самостоятельно.

Первые шаги ребенок делает неуверенно — организм еще не привык и не научился управлять своим телом. Поэтому выполнение заданий на координацию вызывает у ребенка небольшую трудность. А когда к заданию еще добавляется предмет, который усложняет действие, детский мозг не всегда справляется с этим. Это происходит за неимением опыта движения с мячом или без мяча. Задача тренера — дать этот опыт ребенку.

В раннем возрасте дети развивают свои двигательные умения и приобретают моторные основы. В этот период их мозг стремительно развивается и имеет высокий потенциал для различных процессов обучения. Вот почему их восприимчивость следует использовать в частности для обучения движению. Речь идет не о сложных движениях, а о базовых — таких как бег, прыжки, метание предмета. Дети, которые таким образом получают опыт разнообразных движений в раннем возрасте, в будущем будут иметь преимущество.

Футбол, задачи обучения:

Группа (3-5 лет)

1. Познакомить детей с названием и особенностями игры в футбол (играем с мячом ногами).
2. Формировать элементарные для футбола действия с мячом (удары по неподвижному мячу ногой, остановка движущегося мяча, ведение, удар по воротам).
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
4. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер.
5. В процессе овладения действиями с мячом формировать технику ходьбы, бега.
6. Познакомить детей с условиями для игры в футбол.
7. Создать представление об элементах техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, ведение мяча, удар по воротам).
8. Учить игровому взаимодействию.

9. Развивать координационные способности, точность, выносливость.



Группа (5-7 лет)

1. Познакомить дошкольников с игрой в футбол, историей ее возникновения.
2. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка; разучить индивидуальную тактику.
3. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость.
4. Познакомить с правилами игры, игровым полем, разметкой.
5. Закрепить способы действий с мячом в футболе, учить их взаимодействовать с другими игроками, ориентируясь в игровом пространстве; совершенствовать моторику.
6. Формировать потребность и желание играть в футбол самостоятельно; развивать двигательную активность.

Настольный теннис, задачи обучения

Группа (3-5 лет)

1. Познакомить детей с теннисным шариком и ракеткой, показать свойства шарика (легкий, прыгает, ломается, если обращаться неаккуратно).
2. Формировать действия с ракеткой (брать, держать, передавать, вращать), действия с маленьким мячиком (катать, бросать, ловить, отбивать).

3. Развивать мелкую моторику рук, согласованность движений.
4. Создавать ситуации, побуждающие детей проявлять усилия в овладении действиями с мячом и ракеткой, развивать эмоциональную сферу ребенка в действиях с мячом и ракеткой.
5. Воспитывать желание действовать с маленьким мячиком самостоятельно.
6. Учить выполнять действия с мячом и ракеткой (катать, прокатывать, отбивать), формировать стойку теннисиста.
7. Формировать бережное отношение к теннисному мячику и ракетке.
8. Воспитывать терпение, уверенность в движениях, создавать условия для проявления положительных эмоций.



Группа (5-7 лет)

1. Развивать глазомер, согласованность движений, мелкую моторику рук.
2. Формировать «чувство мяча», умение держать ракетку и действовать ей, выполнять простейшие упражнения с ракеткой и мячом.
3. Развивать ловкость, глазомер, согласованность, быстроту движений.
4. Учить действовать в парах.
5. Дать понятие о настольном теннисе как о спортивной игре, олимпийском виде спорта; познакомить с ее правилами.
6. Формировать простейшие технические приемы (стойка теннисиста, подача, прием мяча) игры за столом, координацию движений.
7. Воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения, согласованность действий при игре в парах, учить ориентироваться в игровой обстановке.

Хоккей, задачи обучения:

Группа (3-5 лет)

1. Познакомить детей с клюшкой и шайбой, простейшими действиями с ними.
2. Учить водить клюшку, не отрывая ее от поверхности; ударять по неподвижному предмету и останавливать мяч клюшкой.
3. Развивать координационные способности, ориентировку в пространстве.
4. Воспитывать желание получить положительные результаты; выполнять простейшие требования безопасной игры.
5. Закладывать предпосылки последующих совместных действий со сверстниками в игре в хоккей.
6. Познакомить детей со стойкой хоккеиста, расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой.
7. Учить вести шайбу (мяч), не отрывая клюшку от нее; забивать шайбу (мяч) с места в ворота, закрепить передачу шайбы(мяча) в парах.
8. Создавать условия, обеспечивающие получение положительного результата в действиях с клюшкой и шайбой (мячом) в парах.
9. Укреплять уверенность в своих действиях, активность, инициативность в игре; обеспечить соблюдение правил безопасной игры.
10. Развивать реакцию на движущийся объект, точность, быстроту.



Группа (5-7 лет)

1. Познакомить детей с увлекательной игрой в хоккей, необходимым для неё инвентарем, достижениями русских хоккеистов. Вызвать интерес и желание научиться играть в хоккей.
2. Учить подбирать клюшку и держать её правильно; вести шайбу(мяч) разными способами: стоя на месте, по кругу, вправо и влево, не

отрывая её от клюшки, вокруг предмета и между ними (кегли, кубики и т. д.).

Бросать шайбу (мяч) в ворота с места и расстояния в 2-3 м., увеличивать силу броска и расстояние. Ударять по неподвижной шайбе (мячу) с удобной для ребенка стороны. Забивать шайбу (мяч) в ворота после ведения. Развивать точность, глазомер, быстроту, выносливость, координацию движений.

3. Обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем, втроем. Воспитывать выдержку, взаимопонимание.

4. Разучить с детьми правила игры в хоккей, развивать умение действовать правильно, учить играть командами.

5. Учить вести шайбу (мяч) клюшкой толчками; бросать шайбу после ведения, увеличивать скорость движения и расстояние до цели. Ударять по медленно скользящей шайбе справа и слева, развивать скоростно-силовые качества, глазомер.

6. Побуждать детей к самостоятельной организации игры. Примечание: для дошкольников в зале обучение элементам игры хоккей проводится без коньков.

Баскетбол, задачи обучения:

Группа (3-5 лет)

1. Формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из разных и. п. – сидя, стоя на коленях, стоя).

2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоем, втроем.

3. Развивать согласованность движений, глазомер.

4. В процессе освоения действий с мячом развивать О. Д. – ходьбу, бег, прыжки, лазание.

5. Познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол, создавать общее представление о действиях в этой игре (стойка, передача мяча, ведение мяча на месте и в движении)

6. Создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом.

7. Воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение друг к другу.

8. Развивать координацию движений, точность, ловкость. Оценка уровня физической подготовленности к игре в баскетбол.



Группа (5-7 лет)

1. Познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить простейшим видам парного взаимодействия.
2. Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества в их выполнении.
3. Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.
4. Разучить правила игры, познакомить с площадкой, действиями защитников, нападающих.
5. Помочь детям в овладении основами игры, совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; формировать стремление достигать положительных результатов; воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность в действиях.
6. Развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, силу, глазомер.

4.2. Базовые принципы обучения дошкольников спортивным играм «Важно узнать движение и получить знания от него»

Дети этого возраста, прежде всего, учатся в основном через подражание и выполнения движений. Так как концентрация детей на занятии невысока, не следует прерывать игры и движения для долгого объяснения чего-либо, это может привести к снижению темпа тренировки и потере внимания и концентрации детей. Например, объяснение тактической составляющей, даже самой простой, не имеет смысла — каждому навыку свое время. Это они смогут постигнуть в последующие годы с ростом зрелости и большей осознанности и сделают это с легкостью.

«Вдохновлять детей на занятие СПОРТОМ»

Каждую тренировку необходимо вдохновлять детей на спорт. Необходимо придумать интересные задания на действия с мячом, клюшкой, ракеткой и без, дриблинг, удары. Разнообразив ряд движений, действий и преподав их в качестве увлекательных космических игр, тренер сможет заложить прочную основу для дальнейшего пути в том или ином виде спорта.

5. Описание особенностей психологического развития детей дошкольного и младшего школьного возраста и психодиагностика характерологических особенностей

5.1. Младший дошкольный возраст (3-4 года): особенности психологического развития

Ребенок в возрасте от 3 до 4 лет проходит через интенсивное физическое и психическое развитие. Активность малыша возрастает, его движения становятся более разнообразными и скоординированными.

В этом периоде младшего дошкольного возраста происходят значительные изменения в характере и содержании деятельности ребенка, а также в его взаимоотношениях с окружающими: взрослыми и сверстниками. Дети начинают наблюдать за взаимоотношениями и стремятся им подражать.

Основной вид деятельности на этом этапе – игра. В ходе игры ребенок проявляет осознанность в человеческих взаимоотношениях, которая сформировалась у него на данном этапе развития.



Младший дошкольный возраст

Младший дошкольный возраст начинается в 3 года и продолжается до 4 лет. В этот период дети начинают отделяться от взрослых и заявляют: «Я сам». Они осознают, что многое могут делать самостоятельно, и хотят попробовать что-то новое, что может приводить к кризису между «я могу» и «я хочу».

Речь ребенка усложняется, становится более интересной и обогащается словарный запас. Важным аспектом в этом возрасте является развитие мелкой моторики рук.

Психологические новообразования

Психические новообразования включают в себя зарождение элементарного образа собственного «Я» и первых форм гордости самим собой.

Социальное развитие

Младшие дошкольники становятся более самостоятельными, начинают интересоваться поведением взрослых и сверстников, подражают взрослым и используют это подражание для ролевых игр. Они начинают воспринимать сверстников как компаньонов для игр и пытаются вести диалог с помощью фраз и жестов.

Общение

Дети учатся знакомиться и играть со сверстниками, проявляют различные эмоции в процессе игры и пытаются организовать совместную игру. К концу этого периода они способны создавать свои собственные полноценные игры.

Ролевая игра

Ролевая игра является ведущим видом деятельности для детей этого возраста. В игре ребенок развивает восприятие социального окружения, образное мышление и воображение.

Внимание и память

Дети 3-4 лет еще не способны длительно удерживать внимание на одном предмете или заниматься одной деятельностью. Обычно их заинтересованность длится от 10 до 15 минут.

Память в этом возрасте носит произвольный характер: дети запоминают образы и узнают их, но им трудно долго удерживать внимание на одном предмете или деятельности.

Ощущение и восприятие

В этом возрасте совершенствуется предметное восприятие, дети учатся анализировать и осознавать свои действия, занимаются продуктивной деятельностью, такой как рисование, лепка и конструирование. Они проходят активный период сенсорного развития, начинают экспериментировать и манипулировать новыми действиями.

Речь

Речь активно развивается, дети постоянно разговаривают с родителями и сверстниками, используя речь для получения интересующей их информации через множество различных вопросов.

Мышление

Дети начинают понимать причинно-следственные связи, не просто выполняют действия, но и осознают, что и зачем они делают.

Эмоциональное развитие

Чувства малышей интенсивно развиваются: они начинают проявлять привязанность, сочувствие, симпатию, удовлетворение от успеха и огорчение от неудач. Эмоции детей этого возраста разнообразны и сложны, но они остаются неустойчивыми и ситуативными. Ребенок еще не может выразить свои намерения, желания, планы и чувства словами, поэтому делает это через мимику, жесты и действия, направленные на других.

Физическое развитие

Психофизиологические особенности детей младшего дошкольного возраста определяют специфику их физического развития. Важно приучать ребенка к физической активности, но не перегружать, так как дети 3-4 лет быстро утомляются. В этом возрасте дети лучше ориентируются в пространстве, поддерживают устойчивое положение тела и заданный темп движения, улучшают координацию при ходьбе, беге, лазанье и прыжках. Они также пытаются придерживаться определенного направления в действиях с мячом и палкой. Эти особенности объясняют, почему детям так сложно стоять на месте: движение помогает им избежать переутомления.

Рекомендации родителям детей младшего дошкольного возраста

С учетом возрастных особенностей дети младшего дошкольного возраста нуждаются в заботе и внимании взрослых. В этот период малыши быстро развиваются, и задача родителей – создать благоприятные условия для этого процесса.

- Общайтесь с ребенком. Отвечайте на его вопросы, так как он познает мир. Чтение вместе поможет развивать словарный запас.
- Помогайте ребенку заводить друзей среди сверстников. Пусть дети учатся взаимодействовать друг с другом.
- Предлагайте новые виды деятельности. Пробуйте различные техники рисования, лепку и конструирование.
- Показывайте пример здорового образа жизни. Делайте зарядку вместе с ребенком и установите комфортный для него режим дня.
- Не перегружайте ребенка физическими упражнениями. Чередуйте активные игры с спокойными занятиями, чтобы малыш не испытывал напряжения.

- Поощряйте самостоятельность. Если ребенок хочет что-то сделать сам, не запрещайте ему, если это безопасно. Обязательно подбадривайте и хвалите его.

5.2. Старший дошкольный возраст (5-6 лет): особенности психологического развития

Мышление

В старшем дошкольном возрасте (5-6 лет) дети демонстрируют значительные достижения в когнитивном развитии. Их мышление становится более логичным и последовательным. Дети начинают понимать причинно-следственные связи, развивают умение классифицировать и обобщать информацию. Они активно интересуются окружающим миром и задают множество вопросов, что свидетельствует о развитии любознательности и способности к абстрактному мышлению.

Речь

В этом возрасте речь ребенка становится более сложной и развернутой. Дети расширяют свой словарный запас, учатся строить сложные предложения. Они начинают использовать речь для решения различных задач, общения и игры. Развивается способность к повествованию и пересказу, что является важным аспектом подготовки к школе.



Эмоциональное развитие

Эмоциональный мир старших дошкольников становится более богатым и разнообразным. Они начинают лучше понимать и различать свои чувства и эмоции других людей. Дети развивают эмпатию и сочувствие, начинают осознавать социальные нормы и правила поведения. В этом возрасте дети учатся управлять своими эмоциями, хотя они все еще могут быть подвержены вспышкам гнева или капризам.

Социальное развитие

Социальные навыки детей старшего дошкольного возраста существенно улучшаются. Они активно взаимодействуют со сверстниками, участвуют в коллективных играх и учатся сотрудничать. Дети начинают понимать важность правил и следовать им в игре и повседневной жизни. Возникает стремление к лидерству и желание быть признанным среди сверстников.

Игровая деятельность

Игра остается ведущей деятельностью в старшем дошкольном возрасте, однако ее содержание и структура усложняются. Дети активно участвуют в ролевых играх, которые становятся более разнообразными и организованными. В процессе игры они развивают свои творческие способности, учатся планировать и реализовывать замыслы. Игры становятся более коллективными, что способствует развитию навыков сотрудничества и коммуникации.

Внимание и память

Память и внимание у детей старшего дошкольного возраста значительно улучшаются. Они становятся способными к более длительному сосредоточению на задачах и лучше запоминают информацию. Дети учатся использовать мнемонические приемы для запоминания и активно развивают произвольное внимание.

Рекомендации для родителей детей старшего дошкольного возраста:

- *Стимулируйте познавательную активность.* Отвечайте на вопросы ребенка, поощряйте его любознательность. Предлагайте развивающие игры и задания, которые требуют логического мышления и умения классифицировать предметы.
- *Развивайте речевые навыки.* Читайте вместе книги, обсуждайте прочитанное, задавайте вопросы. Поощряйте рассказывание историй, пересказы и составление собственных рассказов.
- *Поддерживайте эмоциональное развитие.* Помогайте ребенку распознавать и называть свои чувства и эмоции. Учите его справляться с негативными эмоциями и конфликтами с помощью спокойного обсуждения.

- *Способствуйте социальному развитию.* Организуйте игры и мероприятия с другими детьми, поощряйте совместные проекты. Учите ребенка уважать других, делиться и сотрудничать.
- *Развивайте творческие способности.* Предлагайте разнообразные творческие задания: рисование, лепка, конструирование, музыка. Участвуйте в творческих занятиях вместе с ребенком, поддерживайте его инициативы.
- *Устанавливайте правила и границы.* Объясняйте важность правил и помогайте ребенку их понимать и соблюдать. Будьте последовательны в своих требованиях, но оставайтесь гибкими в подходе.
- *Поощряйте физическую активность.* Обеспечьте ребенку возможность для активных игр на свежем воздухе. Привлекайте его к совместным физическим упражнениям и спортивным занятиям.
- *Формируйте здоровые привычки.* Показывайте пример здорового питания и режима дня. Объясняйте важность гигиены, сна и отдыха.
- *Поддерживайте самостоятельность.* Давайте ребенку возможность принимать решения и выполнять задания самостоятельно. Хвалите его за успехи и поддерживайте в случае неудач.
- *Поддерживайте позитивную атмосферу в семье.* Создавайте теплую и поддерживающую обстановку. Уделяйте ребенку достаточно времени и внимания, выражайте свою любовь и заботу.

Эти рекомендации помогут вам создать благоприятные условия для всестороннего развития ребенка старшего дошкольного возраста и подготовить его к успешному переходу в школьное обучение.

5.3. Младший школьный возраст (7-10 лет): особенности психологического развития

Когнитивное развитие

- *Развитие логического мышления:* дети начинают понимать и применять логические операции, такие как сравнение, классификация и обобщение.
- *Увеличение концентрации внимания:* способность к длительному сосредоточению на задачах и учебных занятиях значительно улучшается.
- *Расширение словарного запаса и языковых навыков:* речь становится более сложной и развернутой, дети учатся строить сложные предложения и выражать свои мысли более ясно.
- *Развитие памяти:* память становится более произвольной и структурированной. Дети учатся использовать мнемонические приемы для запоминания информации.

- *Формирование учебных навыков:* развиваются навыки чтения, письма и счёта. Дети учатся анализировать и систематизировать информацию.

Эмоциональное развитие

- *Осознание и управление эмоциями:* дети начинают лучше распознавать и понимать свои чувства, а также учатся управлять эмоциями.
- *Повышение эмоциональной устойчивости:* умение справляться с неудачами и разочарованиями развивается, хотя все еще могут возникать проявления импульсивности.
- *Развитие эмпатии:* увеличивается способность к сочувствию и пониманию эмоций других людей.



Социальное развитие

- *Расширение социального круга:* дети активно взаимодействуют со сверстниками, учатся устанавливать и поддерживать дружеские отношения.
- *Формирование коллективного поведения:* участие в групповых занятиях и играх способствует развитию навыков сотрудничества, совместной работы и соблюдения социальных норм.
- *Усиление роли сверстников:* влияние сверстников становится более значительным, дети начинают искать признание и одобрение в группе.

- *Развитие нравственных понятий:* формируется понимание морали, правил и норм поведения. Дети начинают осознавать последствия своих действий для других людей.

Личностное развитие

- *Появление чувства ответственности:* дети учатся брать на себя ответственность за свои поступки и действия.
- *Формирование самооценки:* в этом возрасте дети начинают формировать представление о себе, оценивают свои способности и достижения.
- *Развитие самостоятельности:* дети становятся более независимыми и начинают проявлять инициативу в учебе и повседневных делах.

Игровая деятельность

Снижение роли игры: хотя игра все еще важна, ее значение постепенно уступает место учебной деятельности. Игры становятся более структурированными и часто включают элементы соревнования.

Развитие ролевых и сюжетных игр: дети продолжают играть в ролевые игры, которые становятся более сложными и организованными, отражая социальные роли и ситуации.

Мотивация к учебе

Формирование учебной мотивации: дети начинают осознавать важность учебы, появляются внутренние и внешние мотивы для достижения успехов в учебе.

Установление целей и задач: развивается навык ставить перед собой цели и задачи, планировать их достижение.

Физическое развитие

Улучшение координации движений: развиваются более сложные двигательные навыки, улучшается общая координация.

Увеличение выносливости и силы: дети становятся физически сильнее и более выносливыми, что позволяет им участвовать в более активных играх и видах спорта.

Рекомендации родителям детей младшего школьного возраста:

- *Стимулируйте учебную мотивацию.* Создайте позитивное отношение к учебе: хвалите ребенка за усилия и достижения, поощряйте его интерес к новым знаниям. Установите регулярный распорядок дня: определите время для учебы, отдыха и игр, чтобы ребенок привык к дисциплине.

- *Развивайте когнитивные навыки.* Помогайте с домашними заданиями: поддерживайте ребенка, но не делайте задания за него. Вместо этого помогите ему найти решения самостоятельно. Поощряйте чтение: читайте вместе книги, обсуждайте прочитанное, задавайте вопросы о сюжете и персонажах. Используйте обучающие игры и задания: пазлы, головоломки, настольные игры и другие развивающие материалы.
- *Поддерживайте эмоциональное развитие.* Учите ребенка распознавать и выражать эмоции: обсуждайте чувства, которые он испытывает, помогайте ему находить способы управления ими. Становитесь эмоционально доступными: будьте готовы выслушать ребенка и поддержать его в трудные моменты.
- *Способствуйте социальному развитию.* Поощряйте общение со сверстниками: организуйте встречи и игры с друзьями, участвуйте в совместных мероприятиях. Учите навыкам сотрудничества: объясняйте, как важно делиться, помогать и работать в команде.
- *Формируйте ответственность и самостоятельность.* Давайте ребенку задания по дому: привлекайте его к выполнению простых обязанностей, чтобы он учился ответственности. Поощряйте самостоятельность в учебе: позвольте ребенку самому принимать решения о том, как организовать учебный процесс.
- *Поддерживайте физическое развитие.* Стимулируйте активный образ жизни: занимайтесь спортом вместе, поощряйте участие в спортивных секциях и активных играх на свежем воздухе. Обеспечьте разнообразие физической активности: чередуйте различные виды спорта и активности, чтобы ребенок мог найти то, что ему нравится.
- *Формируйте здоровые привычки.* Обеспечьте сбалансированное питание: объясняйте ребенку важность здорового питания и предлагайте полезные продукты. Следите за режимом сна: убедитесь, что ребенок получает достаточно сна для восстановления сил.
- *Развивайте творческие способности.* Поощряйте творчество: предлагайте ребенку различные виды творчества, такие как рисование, лепка, музыка. Создавайте условия для самовыражения: дайте ребенку возможность выражать свои идеи и фантазии через творчество.
- *Устанавливайте правила и границы.* Будьте последовательны в требованиях: определите четкие правила поведения и следите за их соблюдением. Объясняйте причины правил: обсуждайте с ребенком, почему важно следовать установленным правилам.
- *Создавайте поддерживающую семейную атмосферу.* Проводите время вместе: уделяйте время совместным занятиям, разговорам и играм. Выражайте любовь и поддержку: дайте ребенку понять, что он важен и любим, независимо от его успехов и неудач.

Следуя этим рекомендациям, вы поможете своему ребенку младшего школьного возраста успешно адаптироваться к школьной жизни, развить важные навыки и уверенность в себе, а также создать крепкую основу для дальнейшего личностного и учебного роста.

5.4. Психодиагностика характерологических особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста

Цели проведения психодиагностики характерологических особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в спорте:

1. *Определение индивидуальных особенностей и склонностей*
 - Выявление психологических характеристик: психодиагностика помогает понять темперамент, эмоциональные реакции, мотивацию и личностные особенности ребенка.
 - Учет индивидуальных различий: это позволяет тренерам и педагогам адаптировать подход к каждому ребенку, учитывая его уникальные особенности и потребности.
2. *Оптимизация тренировочного процесса*
 - Разработка индивидуальных программ: на основе результатов психодиагностики можно создать тренировочные программы, которые соответствуют психологическим и физическим возможностям детей.
 - Повышение эффективности тренировок: адаптация тренировочного процесса к психологическим особенностям детей способствует более быстрому и устойчивому развитию спортивных навыков.
3. *Поддержка эмоционального благополучия*
 - Снижение уровня стресса: понимание эмоциональных реакций детей позволяет создать условия, снижающие стресс и тревожность, связанные с тренировками и соревнованиями.
 - Развитие позитивного отношения к спорту: создание поддерживающей и благоприятной атмосферы способствует формированию позитивного отношения к занятиям спортом.
4. *Развитие мотивации и целеустремленности*
 - Установление мотивационных факторов: психодиагностика помогает выявить, что именно мотивирует ребенка заниматься спортом, будь то желание достигать успехов, получать удовольствие от процесса или общение со сверстниками.
 - Усиление внутренней мотивации: на основе полученных данных можно разработать стратегии для укрепления внутренней мотивации ребенка.

5. *Ранняя диагностика возможных проблем*

- Выявление потенциальных трудностей: психодиагностика позволяет на ранних стадиях выявить возможные психологические проблемы, такие как низкая самооценка, повышенная тревожность или проблемы с социализацией.

- Превентивные меры: это позволяет своевременно принять меры для коррекции и поддержки, чтобы предотвратить развитие серьезных проблем.

6. *Поддержка социального развития*

- Развитие командного духа: понимание характерологических особенностей детей помогает тренерам работать над развитием навыков сотрудничества и взаимодействия в команде.

- Улучшение межличностных отношений: это способствует созданию благоприятного микроклимата в группе, что улучшает общую атмосферу и повышает эффективность тренировочного процесса.

7. *Обратная связь для родителей и тренеров*

- Информирование родителей: результаты психодиагностики предоставляют родителям информацию о психологическом состоянии и особенностях их ребенка, что помогает им лучше понимать и поддерживать его.

- Корректировка тренерского подхода: тренеры могут использовать эти данные для корректировки своих методов и подходов, чтобы обеспечить максимальную эффективность и комфорт для детей.

Психодиагностика характерологических особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в спорте играет ключевую роль в создании условий для гармоничного развития, улучшения спортивных результатов и поддержания эмоционального благополучия детей.

Методы диагностики мотивации к спорту у детей дошкольного и младшего школьного возраста

1. *Наблюдение*

- Систематическое наблюдение: тренеры и педагоги могут наблюдать за поведением детей во время занятий, отмечая их интерес, участие и реакции на разные виды активности.

- Анализ игрового поведения: наблюдение за тем, как дети ведут себя в играх и соревнованиях, может дать представление об их мотивации и увлеченности спортом.

2. *Беседы и интервью*

- Беседы с детьми: прямое общение с детьми, задавая им вопросы о том, что им нравится в спорте, что мотивирует их участвовать в занятиях и соревнованиях.

- Интервью с родителями: сбор информации от родителей о том, как их дети относятся к спорту, что их мотивирует, какие у них интересы и предпочтения.

3. Анкетирование и опросники

Специальные анкеты для детей: использование опросников, адаптированных для детей младшего возраста, с простыми и понятными вопросами об их отношении к спорту и мотивации.

Опросники для родителей и тренеров: включение вопросов о наблюдениях и мнениях взрослых, которые работают с детьми, чтобы получить полную картину мотивации ребенка.

4. Игровые методы

- Проективные игры: игры и задания, в которых дети могут выразить свои предпочтения и интересы в непрямой форме, например, через ролевые игры или рисунки.

- Мотивирующие игры: игры, направленные на выявление предпочтений детей в спортивной деятельности и их отношение к разным видам спорта.

5. Тестирование

- Мотивационные тесты: специально разработанные тесты для определения уровня и характера мотивации у детей, такие как тесты на выявление внутренней и внешней мотивации.

- Тесты на предпочтения: тесты, которые помогают выявить, какие виды спорта и активности больше всего интересуют детей.

6. Анализ продуктов деятельности

- Анализ рисунков и поделок: изучение рисунков, поделок и других продуктов творческой деятельности детей, связанных со спортом, может дать представление о их мотивации и интересах.

- Дневники наблюдений: ведение дневников, в которых дети могут записывать свои мысли, чувства и впечатления о спортивных занятиях.

7. Социометрия

- Социометрические методики: исследование социальных предпочтений детей в группе, чтобы понять, как межличностные отношения влияют на их мотивацию к занятиям спортом.

8. Метод анализа ситуаций

- Разбор конкретных ситуаций: обсуждение с детьми различных ситуаций, связанных со спортом, например, как они реагируют на победы и поражения, что им больше всего нравится на тренировках.

9. Метод экспертных оценок

- Оценки тренеров и педагогов: экспертные оценки профессионалов, работающих с детьми, о мотивации и интересах детей на основе их наблюдений и опыта.

Эти методы позволяют получить разностороннюю информацию о мотивации детей к спорту, что помогает создать индивидуализированные подходы к их обучению и тренировкам, а также поддерживать высокий уровень интереса и вовлеченности в спортивные занятия.



5.5. Психодиагностические методики

Диагностика темперамента

Диагностика темперамента ребенка проводится в форме наблюдения.

Инструкция. Наблюдение за каждым ребенком ведите 1-2 месяца в удобной для вас форме.

Цель наблюдения — выяснить, как будет вести себя ребенок в различных ситуациях, объединенных в 4 группы (представлены в табличке ниже).

Отмечайте ежедневно характер этих проявлений цифрами в табличке так:

М черты меланхолика 0

Ф черты флегматика 1

С черты сангвиника 2

Х черты холерика 3

Поведенческие реакции		Отметки каждый день				
<i>I. Поведение в ситуациях, когда НЕОБХОДИМО ДЕЙСТВОВАТЬ</i>		1	2	3	4	...
М	Действует робко, неуверенно					
Ф	Действует спокойно, без слов					
С	Легко включается в действие					
Х	Активно действует					
<i>II. Как реагирует НА ЗАМЕЧАНИЕ</i>						
М	Молчит, обижается, переживает					
Ф	Выслушивает молча					
С	Обещает клятвенно, что больше не будет, и через небольшое время все повторяется					
Х	Не слушает, бурно реагирует, возмущается					
<i>III. Как разговаривает с другими ребятами в ЗНАЧИМЫХ СИТУАЦИЯХ</i>						
М	С большой неуверенностью					
Ф	Медленно, спокойно, но при этом — уверенно					
С	Быстро, с жаром, но прислушивается к мнению других					
Х	Быстро, со страстью, других мнений не слушает					
<i>IV. Поведение в НЕЗНАКОМОЙ обстановке</i>						
М	Растерян					
Ф	Спокоен, рассматривает окружающее					
С	Довольно легко находит выход из положения, проявляет активность					
Х	Активен, повышенно возбудим					

Обратите внимание, каких проявлений будет больше в процентном соотношении. Это и будет доминирующий темперамент.

Кроме того, диагностику темперамента дошкольника можно проводить с помощью **опросника**.

Предложите ребёнку ответить на 12 вопросов. Отвечать нужно либо «да», либо «нет».

Сначала анализируются ответы на вопросы № 1-6, затем — № 7-12. Если ребёнок затрудняется ответить на вопрос, или его ответ не соответствует действительности, взрослые могут отвечать на вопросы вместо ребёнка, основываясь на своих наблюдениях за его поведением.

1. Ты больше любишь ходить в гости, чем сидеть дома?
2. Тебе больше нравится играть с ребятами, чем одному?
3. Тебе больше нравится играть на улице, чем дома?
4. Тебе нравится ходить в садик?
5. Ты можешь заговорить первым с незнакомыми тебе детьми?
6. Тебе больше нравятся игры, где можно побегать, чем спокойные?



После того как ребёнок ответил на эти вопросы, посчитайте количество положительных ответов. За каждый положительный ответ дается 1 балл. Чем больше положительных ответов в тесте ребёнка, тем более этот ребёнок открыт окружающему миру, новой информации, тем больше его интересуют внешние обстоятельства, тем он общительнее (экстраверсия). Чем меньше положительных ответов, тем в большей степени ребёнок сконцентрирован на себе, своих чувствах, ощущениях, переживаниях. Он не испытывает особой потребности в частом и активном общении (интроверсия).

Итак, наименьшее количество положительных ответов говорит о том, что человек ближе к интроверсии, наибольшее — к экстраверсии.

Интерпретация результатов

1 балл — интроверсия выражена ярко.

Ребёнок имеет очень узкий круг общения, не стремится обзаводиться новыми друзьями. В свой внутренний мир впускает только близких людей. Он малоэнергичен, медлителен в своих действиях.

2-3 балла — умеренная интроверсия.

Этот ребёнок тоже не испытывает особой потребности в общении (круг друзей ограничен), но может пообщаться, если в какой-то ситуации это необходимо. Он не участвует в коллективных мероприятиях. Отличается ровным настроением, эмоции проявляет сдержанно.

4-5 баллов — умеренная экстраверсия.

Ребёнок не испытывает затруднений в общении, легко устанавливает контакты с незнакомыми людьми. Охотно участвует в коллективных мероприятиях. Слишком сильные эмоциональные реакции может сдерживать, тормозить.

6 баллов — экстраверсия значительная.

Ребёнок общителен, имеет большой круг друзей. Сам стремится к контактам, в том числе и с новыми людьми. Любит играть, гулять со сверстниками. Ребёнок активен, стремится к новым впечатлениям, может дать волю чувствам.

Приступаем к следующим вопросам.

7. Когда ты рисуешь, а на тебя кто-то смотрит, тебе это мешает?
8. Когда тебя дразнят, ты сильно обижаешься?
9. Ты часто просыпаешься по ночам?
10. Ты часто болеешь?
11. Ты боишься оставаться один дома?
12. Когда тебя толкают, ты тоже толкаешься?

За каждый положительный ответ дается 1 балл. Чем больше положительных ответов в тесте ребёнка, тем он чувствительнее, тем более склонен к переживаниям (эмоциональная неустойчивость). Чем меньше положительных ответов, тем его нервная система устойчивее к нагрузкам (эмоциональная устойчивость). Эмоциональная нестабильность может сопровождаться еще и плохим самочувствием.

Итак, наименьшее количество положительных ответов говорит о том, что человек ближе к эмоциональной стабильности, наибольшее — к эмоциональной нестабильности.

Интерпретация результатов

1 балл — высокая эмоциональная устойчивость.

Ребёнок отличается невозмутимостью, из-за пустяков не расстраивается. Он сдержан в общении, в поведении, контролирует свои поступки.

2-3 балла — средняя эмоциональная устойчивость.

Ребёнок эмоционально устойчив, поведение спокойное, непринужденное. Он хорошо понимает действительность, охотно подчиняется правилам, групповым нормам.

4-5 баллов — эмоциональная неустойчивость.

Поведение ребёнка в значительной степени зависит от текущего состояния: в спокойном состоянии он уравновешен, в возбужденном может реагировать бурно. Возможны импульсивность, вспыльчивость, агрессия.

6 баллов — очень высокая эмоциональная неустойчивость.

Ребёнок тревожен, эмоционально возбудим. В поведении и поступках часто руководствуется импульсами. Реакции на события могут быть неадекватными: сила реагирования часто не соответствует силе раздражителя. В состоянии утомления, обиды реагирует бурно, гневно. Для определения типа темперамента ребёнка можно воспользоваться «кругом Айзенка».



Методика «Несуществующее животное»

Цель: Диагностика эмоциональных особенностей личности, агрессивности, сферы общения.

Возрастной диапазон: методика применяется, начиная со старшего дошкольного возраста.

Материал для тестирования: лист бумаги А4 (либо близкий по размеру к формату); цветные карандаши.

Инструкция. Лист бумаги предлагают использовать целиком (а не сгибают пополам), дают его в руки испытуемому (чтобы он сам выбрал, в какой плоскости рисовать) и не делают на нем никаких надписей. Комментарий к заданию: «Придумай и нарисуй несуществующее животное или любое другое существо, которого нет в природе. Это существо не должно быть персонажем из сказки или мультфильма, ты его должен придумать сам. Придумай для него несуществующее имя». После окончания рисования ребенку задают вопросы:

- Где живет это существо (какое у него жилище)?
- Чем оно питается?
- С кем оно живет (семьей, стадом, в одиночку)?
- Как оно себя ведет при опасности, например, если на него нападают?
- Кто его враги?
- Кто (из живущих на Земле) его друзья?
- Что ему нужно для полного счастья?



Пример рисунка

Показатели и интерпретация

Положение на рисунке

В норме рисунок расположен по средней линии вертикально поставленного листа. Лист бумаги лучше всего взять белый или слегка кремовый, не глянцевый. Пользоваться карандашом средней мягкости; ручкой и фломастером рисовать нельзя.

Положение рисунка ближе к верхнему краю листа (чем ближе, тем более выражено) трактуется как высокая самооценка, как недовольство своим положением в социуме, недостаточностью признания со стороны окружающих, как претензия на продвижение и признание, тенденция к самоутверждению.

Положение рисунка в нижней части — обратная тенденция: неуверенность в себе, низкая самооценка, подавленность, нерешительность, незаинтересованность в своем положении в социуме, в признании, отсутствие тенденции к самоутверждению.

Центральная смысловая часть фигуры (голова или замещающая ее деталь)

Голова повернута вправо — устойчивая тенденция к деятельности, действенности: почти все, что обдумывается, планируется — осуществляется или, по крайней мере, начинает осуществляться (если даже и не доводится до конца). Испытуемый активно переходит к реализации своих планов, наклонностей.

Голова повернута влево — тенденция к рефлексии, к размышлениям. Это не человек действия: лишь незначительная часть замыслов реализуется или хотя бы начинает реализовываться. Нередко также боязнь перед активным действием и нерешительность. (Вариант: отсутствие тенденции к действию или боязнь активности — следует решить дополнительно.)

Положение «анфас», т.е. голова направлена на рисующего (на себя), трактуется как эгоцентризм. Повышенная тревожность часто отражается в избыточном количестве органов чувств. Тревожный человек сам повышенно чувствителен к возможным опасностям и поэтому наделяет повышенной чувствительностью свои создания.

На голове расположены детали, соответствующие органам чувств — уши, рот, глаза. Значение детали «уши» — прямое: заинтересованность в информации, значимость мнения окружающих о себе. Дополнительно по другим показателям и их сочетанию определяется, предпринимает ли испытуемый что-либо для завоевания положительной оценки или только продуцирует на оценки окружающих соответствующие эмоциональные реакции (радость, гордость, обида, огорчение), не изменяя своего поведения.

Приоткрытый рот в сочетании с языком при отсутствии прорисовки губ трактуется как большая речевая активность (болтливость), в сочетании с прорисовкой губ — как чувственность; иногда и то, и другое вместе. Открытый рот без прорисовки языка и губ, особенно зачерченный, трактуется как легкость возникновения опасений и страхов, недоверия.

Рот с зубами — вербальная агрессия, в большинстве случаев — защитная (огрызается, задирается, грубит в ответ на обращение к нему отрицательного свойства, осуждение, порицание). Для детей и подростков характерен рисунок зачерченного рта округлой формы (боязливость, тревожность).

Особое значение придают глазам. Это символ присущего человеку переживания страха — подчеркивается резкой прорисовкой радужки.

Обратить внимание на наличие или отсутствие ресниц. Ресницы — истероидно-демонстративные манеры поведения; для мужчин: женственные черты характера с прорисовкой зрачка и радужки совпадают редко. Ресницы — также заинтересованность в восхищении окружающих внешней красотой и манерой одеваться, придание этому большого значения.

Увеличенный (в соответствии с фигурой в целом) размер головы говорит о том, что испытуемый ценит рациональное начало (возможно, и эрудицию) в себе и окружающих.

На голове также бывают расположены дополнительные детали: например, рога — защита, агрессия. Определить по сочетанию с другими признаками — когтями, щетиной, иглами — характер этой агрессии: спонтанная или защитно-ответная.

Несущая, опорная часть фигуры (ноги, лапы, иногда — постамент)

Рассматривается основательность этой части по отношению к размерам всей фигуры и по форме:

а) основательность, обдуманность, рациональность принятия решения, пути к выводам, формирование суждения, опора на существенные положения и значимую информацию;

б) поверхностность суждений, легкомыслие в выводах и неосновательность суждений, иногда импульсивность принятия решения (особенно при отсутствии или почти отсутствии ног).

Необходимо обратить внимание на характер соединения ног с корпусом: соединение точно, тщательно или небрежно, слабо соединены или не соединены вовсе — это характер контроля за своими рассуждениями, выводами, решениями. Однотипность и однонаправленность формы ног, лап, любых элементов опорной части — конформность суждений и установок в принятии решений, их стандартность, банальность. Разнообразие в форме и положении этих

деталей — своеобразие установок и суждений, самостоятельность и небанальность; иногда даже творческое начало (соответственно необычности формы) или инакомыслие (ближе к патологии).

Части, поднимающиеся над уровнем фигуры, могут быть функциональными или украшающими: крылья, дополнительные ноги, щупальца, панцирь, перья, бантики, цветково-функциональные детали — энергия охвата разных областей человеческой деятельности, уверенность в себе, «самораспространение» с неделикатным и неразборчивым притеснением окружающих, любознательность, желание участвовать как можно в большем числе дел окружающих, завоевание себе места под солнцем, увлеченность своей деятельностью, смелость предприятий.

Украшающие детали — демонстративность, склонность обращать на себя внимание окружающих, манерность (например, лошадь или ее несуществующее подобие в султане из павлиньих перьев).

Хвосты. Выражают отношение к собственным действиям, решениям, выводам, к своей вербальной продукции. Хвосты повернуты вправо — отношение к своим действиям и поведению. Влево — отношение к своим мыслям, решениям; к упущенным возможностям, к собственной нерешительности. Положительная или отрицательная окраска этого отношения выражена направлением хвостов вверх (уверенно, положительно, бодро) или падающим движением вниз (недовольство собой, сомнение в собственной правоте, сожаление о сделанном, сказанном, раскаяние и т. п.). Обратить внимание на хвосты, состоящие из нескольких, иногда повторяющихся, звеньев, на особенно пышные хвосты, особенно длинные и иногда разветвленные.

Контур фигуры

Анализируются по наличию или отсутствию выступов (типа щитов, панцирей, игл), прорисовки и затемнения линии контура. Это защита от окружающих, агрессивная — если она выполнена в острых углах; со страхом и тревогой — если имеет место затемнение, «запачкивание» контурной линии; с опасением, подозрительностью — если поставлены щиты, «заслоны», линия удвоена. Направленность такой защиты — соответственно пространственному расположению:

- верхний контур фигуры — против вышестоящих, против лиц, имеющих возможность наложить запрет, ограничение, осуществить принуждение, т. е. против старших по возрасту, родителей, учителей, начальников, руководителей;

- нижний контур — защита против насмешек, непризнания, отсутствия авторитета у нижестоящих подчиненных, младших, боязнь осуждения; боковые контуры — недифференцированная опасливость и готовность к самозащите любого порядка и в разных ситуациях;

- то же самое — элементы «защиты», расположенные не по контуру, а внутри контура, на самом корпусе животного. Справа — больше в процессе деятельности (реальной). Слева — больше защита своих мнений, убеждений, вкусов.

Характер линий

Характер линий рисунка — самый главный критерий, по которому выявляются тревожные или состояние тревоги. В случае, если для рисования используется не единая линия, а линия, состоящая из множества маленьких, коротеньких пунктирчиков, можно говорить о высоком уровне тревожности.

Многократное обведение — это тоже тревожность — испытуемый не уверен, хорошо ли он нарисовал и пытается исправить. Это может быть также навязчивое состояние, когда он не может успокоиться и все время обводит.

Слабый нажим или паутинная, еле видная линия — либо человек очень уставший, астеничный, утомленный и это одно. Или это может быть проявление закрытости — он хочет, чтобы его животное было минимально видно. А еще это неуверенность в собственном «Я» и это отражается в слабой линии животного — он точно не знает, какой он и расплывается в тумане. То есть он может быть больной, неуверенный в собственном «Я» и закрытым.

Целостность контура — если контур очень хорошо обведен и подчеркнут, это означает, что человек защищает свое внутреннее пространство. Если разрывы в контуре животного существуют, то предполагается, что в некоторых аспектах есть слияние, смешение внешнего и внутреннего или нарушение границ — человек может быть очень сильно зависим от средовых воздействий, либо человек полностью сливается с социумом и не чувствует собственного «Я». Если присутствует «волосатость», то мы понимаем, что нет границ между внешним и внутренним.

Следует обратить внимание на резко продавленные линии, видимые даже на обратной стороне листа (судорожный, высокий тонус мышц рисующей руки) — резкая тревожность. Обратить внимание также на то, какая деталь, какой символ выполнен таким образом (т. е. к чему привязана тревога).

Наличие штриховки, закрашивания: показатель субъективной трудности выполнения отдельного элемента рисунка.

Тематически животные делятся на угрожаемых, угрожающих, нейтральных (подобия льва, бегемота, волка или птицы, улитки, муравья, либо белки, собаки, кошки). Это отношение к собственной персоне и к своему «Я», представление о своем положении в мире, как бы

идентификация себя по значимости (с зайцем, букашкой, слоном, собакой и т. д.). В данном случае рисуемое животное — представитель самого рисующего.

Степень агрессивности выражена количеством, расположением и характером углов в рисунке. Особенно весомы в этом отношении прямые символы агрессии — когти, зубы, клювы.

Фигура круга (особенно ничем не заполненного) символизирует и выражает тенденцию к скрытности, замкнутость, закрытость своего внутреннего мира, нежелание давать сведения о себе окружающим, наконец, нежелание подвергаться тестированию. Такие рисунки обычно дают очень ограниченное количество данных для анализа.

Обратить внимание на случаи вмонтирования механических частей в тело «животного» — постановка животного на постамент, тракторные или танковые гусеницы, треножник; прикрепление к голове пропеллера, винта; вмонтирование в глаз электролампы, в тело и конечности животного — рукояток, клавиш и антенн. Это наблюдается чаще у больных шизофренией и глубоких шизоидов.

Низкий уровень агрессивности

Показателем отсутствия тенденций к агрессивности служит отсутствие агрессивной символики (орудий нападения) в основном рисунке.

Повышенная агрессивность

Один из наиболее распространенных признаков повышенной агрессивности в рисунке несуществующего животного — это наличие острых выступов и выростов, независимо от того, что они изображают (рога, уши, щупальца, клешни).

Склонность к вербальной агрессии.

В рисунке несуществующего животного склонность к вербальной агрессии, как и в рисунке человека, выражается в подчеркивании зубов. Часто зубы сочетаются с преувеличенным размером рта.

Боязнь агрессии и защитная агрессия

Помимо уровня собственной агрессивности в рисунке несуществующего животного проявляется отношение к возможной агрессии со стороны окружающих. Боязнь нападения приводит к стремлению защитить придуманное животное. В качестве защиты может быть изображен панцирь. Очень широко распространено изображение игл, как у дикобраза, или колючек.

Боязнь агрессии отражается в широко расставленных руках с очень большими кистями (высокая неудовлетворенная потребность в общении),

пустых глазах. Для боязни агрессии характерны описание гигантских размеров животного и желание стать еще больше.

Стремление к повышению чувствительности — характерный признак тревоги, опасений. Защитная агрессия не всегда оказывается столь безобидной. Нередки случаи, когда она активно проявляется на поведенческом уровне. Несмотря на то, что сам человек воспринимает ее как защитную, в действительности она может становиться опережающей: ожидая нападения (возможно, безо всяких оснований), человек спешит заранее напасть первым.

Невротическая агрессия

Невротическая агрессия, как и защитная, представляет собой ответную реакцию на неблагоприятную внешнюю ситуацию. Однако это значительно более обобщенная реакция, чем защитная агрессия: она направлена не непосредственно на источник потенциальной угрозы, а на все окружение. В таких случаях говорят, что человек из-за своих неудач зол на весь мир. Признаком невротической агрессии в тесте «Несуществующее животное» служит сочетание невротических и агрессивных проявлений.

Штриховка с сильным нажимом говорит о высокой тревожности и эмоциональной напряженности. Особая тщательность штриховки позволяет предположить, что человек отличается высоким уровнем ригидности. Тщательно подчеркнутый контур — свидетельство высокого уровня контроля. Показателем хорошего контроля принято считать также изображение длинной шеи. Следовательно, невротическая симптоматика не должна быть особенно заметна в поведении человека, так как на уровне внешних проявлений она тормозится, благодаря повышенному самоконтролю.

Показатели типично невротической тематики: эмоционально неприятное место жизни — болото (также трактуется указание на то, что животное живет в грязи, в тине). Упоминание неприятной пищи — червей (аналогично трактуется питание слизняками, мусором и т. п.).

И, наконец, для невротического состояния типичны определенные виды страхов — невротические страхи. К ним относятся, в частности, страх перед мелкими животными (насекомыми, мышами и т. п.) и боязнь змей. Наличие таких страхов может проявиться при ответе на вопрос, чего животное боится или при описании его врагов. Например, если весь рисунок закрашен ровным серым тоном, а отдельные части рисунка стерты и переделаны, то это признаки высокой тревоги. Наблюдается стремление защититься от возможной угрозы (шпы на теле и на хвосте). Грубое искажение формы глаз — один из показателей невротизации. Описание такого способа питания, как высасывание крови жертв, часто встречается у людей, склонных к невротической агрессии.

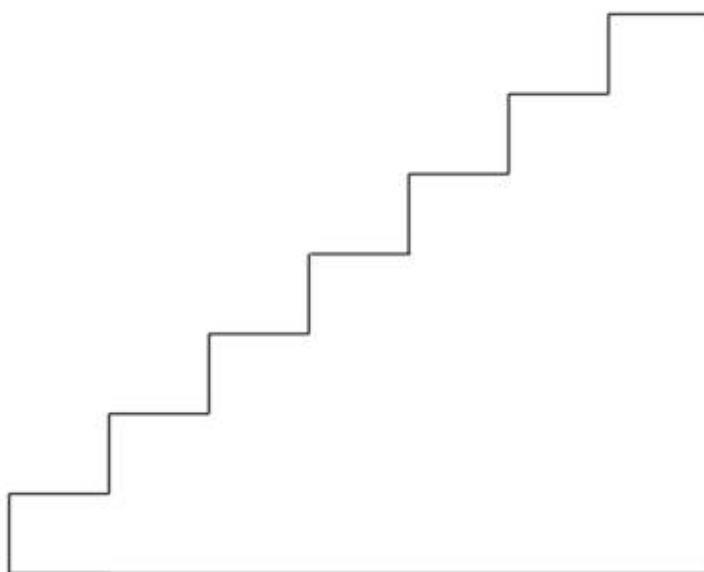
Методика «Лесенка»

Цель: исследование самооценки ребёнка старшего дошкольного возраста.

Возраст применения: с 5 лет.

Процедура проведения: Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, и дают инструкцию.

Инструкция. «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные — чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети — чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?» После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, воспитатель, тренер».



Интерпретация

Благоприятный вариант — если дети считают, что взрослые поставят их на одну из верхних ступенек лестницы, а сами себя ставят на одну ступеньку ниже. Такой результат свидетельствует о том, что дети, чувствуя поддержку и принятие со стороны взрослых, умеют уже достаточно реалистично посмотреть на себя.

Неблагоприятный вариант — дети ставят себя на ступеньках выше, чем, по их мнению, поставили бы взрослые. Такой выбор свидетельствует об осознании ребёнком неприятия со стороны взрослого и негативном противопоставлении оценке взрослого собственной оценке. Однако при ответе на вопрос: «Куда тебя поставит воспитательница?» — помещение на

одну из нижних ступенек нормально и может служить доказательством адекватной самооценки, особенно в том случае, если ребёнок действительно плохо себя ведёт и часто получает замечания от воспитателя.

Положение на любой из нижних ступенек говорит не об адекватной самооценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах.

Если дети ставят себя на ту же ступеньку, на которую, по их мнению, могут поставить их взрослые, то это свидетельствует: об инфантилизме (все ответы — «на верхнюю ступеньку», не может ответить на вопрос «почему?»); о «компенсирующей самооценке» (желаемое выдаётся за действительное).



Методика «Оценки уровня спортивной мотивации младших школьников» Лускановой Н.Г.

Данная методика состоит из 10 вопросов:

- 1) Тебе нравится в кружке/секции или нет? (Да, нет, не знаю)
- 2) Ты всегда с радостью идешь заниматься? (да, нет, бывает по-разному)
- 3) Если бы тренер сказал, что завтра не обязательно приходить на тренировку, а всем желающим можно остаться дома, ты бы пошел на тренировку? (да, нет, не знаю)
- 4) Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь тренировки? (да, нет, бывает по-разному)
- 5) Ты хотел бы, чтобы не было соревнований, а только тренировки? (да, нет, не знаю)

- 6) Ты бы хотел, чтобы на занятиях были одни игры? (да, нет, не знаю)
- 7) Ты часто рассказываешь о занятиях родителям? (да, нет, бывает по-разному)
- 8) Ты бы хотел, чтобы у тебя был менее строгий тренер (да, нет, не знаю)
- 9) У тебя в группе много друзей? (да, нет, не знаю)
- 10) Тебе нравятся ребята из твоего кружка? (да, нет, бывает по-разному)

Обработка результатов:

- Ответ ребёнка, свидетельствующий о его положительном отношении к занятиям, оценивается в 3 балла
- Нейтральный ответ («не знаю», «бывает по-разному») оценивается в 1 балл
- Ответ ребёнка, свидетельствующий о его отрицательном отношении к занятиям, оценивается в 0 баллов

Интерпретация результатов:

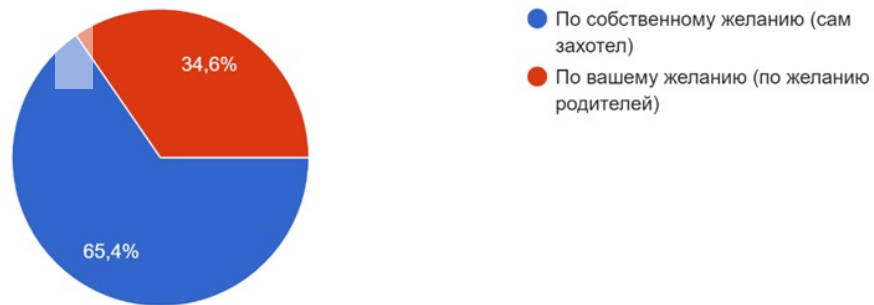
1. 25-30 баллов (очень высокий уровень) — высокий уровень мотивации к занятиям спортом.
2. 20-24 балла — (высокий уровень) хорошая мотивация к занятиям спортом.
3. 15 – 19 баллов — (средний уровень) положительное отношение к спорту, но данная деятельность привлекает больше сторонами совместного времяпрепровождения (спортивные праздники и пр.)
4. 10 – 14 баллов — (низкий уровень) низкая мотивация.
5. Ниже 10 баллов — (очень низкий уровень) негативное отношение к занятиям

5.6. Исследование мотивации к занятиям спортом у дошкольников и младших школьников

На базе клуба детского спортивного развития «Ракета», г. Санкт-Петербург, нами было проведено исследование мотивации к занятиям спортом у дошкольников и младших школьников. В исследовании приняли участие 70 человек — родителей юных спортсменов в возрасте от 4 до 10 лет. Исследование было оформлено в виде анкеты, размещенной на платформе Google Формы, и проходило в условиях полной анонимности.

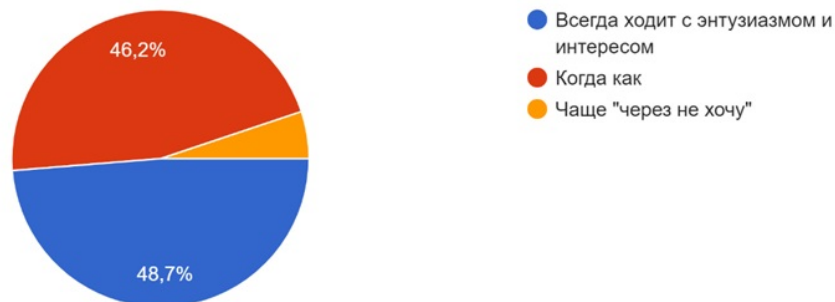
Опрос показал, что большинство детей (65,4%) самостоятельно приняли решение начать заниматься в спортивной секции.

Как ваш ребёнок оказался в спорте?



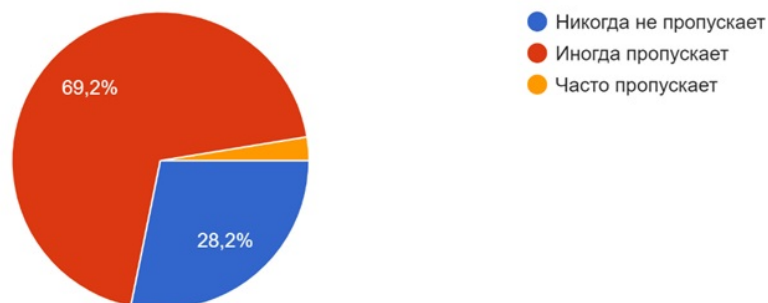
Примерно половина детей (48,7%) посещают занятия с энтузиазмом и интересом, а вторая половина (46,2%) иногда ходит на тренировки «через не хочу».

Ваш ребенок ходит на занятия спортом с энтузиазмом и интересом или "через не хочу"?



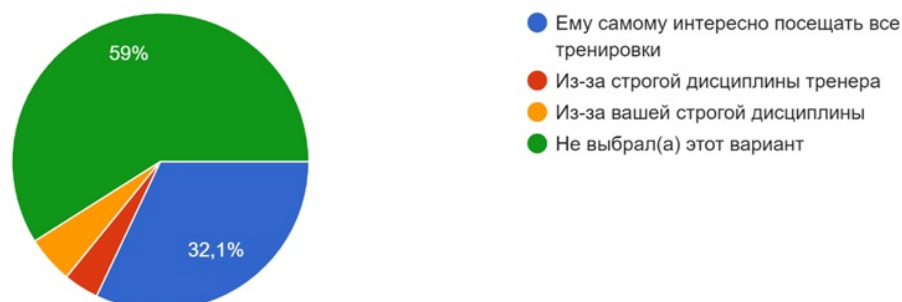
Большинство детей (69,2%) иногда пропускают тренировки, однако 28,2% детей не пропускают тренировки никогда.

Ваш ребёнок пропускает тренировки?



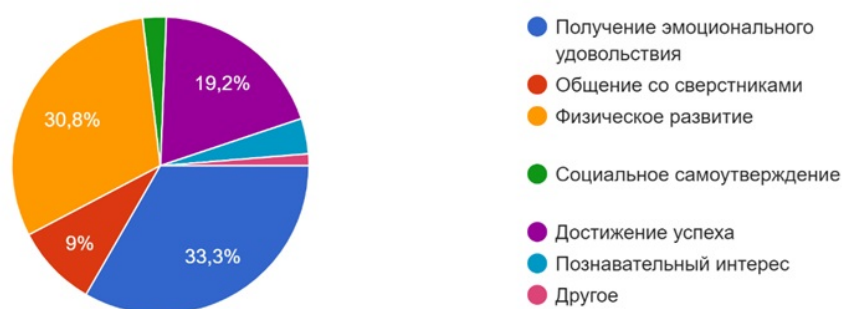
При этом те дети, которые никогда не пропускают тренировки, в большинстве случаев делают это потому, что им самим интересно заниматься спортом.

Если вы выбрали вариант "никогда не пропускает", то почему?



Главными мотивами к занятию спортом были выбраны получение эмоционального удовольствия (33,3%), физическое развитие (30,8%) и достижение успеха (19,2%).

Как вы считаете, что является главным мотивом для занятий спортом у вашего ребенка?



Таким образом, полученные результаты подтверждают тезисы о том, что для поддержания мотивации к занятиям спортом у детей дошкольного и младшего школьного возраста необходимо проводить подвижные, активные и веселые игры, удовлетворяя естественную потребность детей в физической активности и играх (тип ведущей деятельности — игра).

Дополнительные информационные источники:

- 1) Проективный тест детской тревожности (Тест Темпл-Дорки-Амен, «Выбери нужное лицо») - <https://psytests.org/anxiety/ttda.html>
- 2) В. М. Астапов, Е. Е. Малкова. Эмоциональные нарушения в детском и подростковом возрасте. Тревожные расстройства. М.: Юрайт, 2018
- 3) Гильяшева И.Н., Игнатьева Н.Д. Методика исследования межличностных отношений ребенка. Методическое пособие. Серия: Психодиагностика детей и подростков. Выпуск 7. М.: Фолиум, 1994.

- 4) Методика Р. Жия (межличностные отношения) - <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200104108> ;
<https://testoteka.narod.ru/pm/1/05.html>
- 5) Психологические тесты / сост. С. Касьянов. - М. : Эксмо, 2006.
- 6) Обухова Л. Ф. Психология развития. Исследование ребенка от рождения до школы. — М.: Юрайт. 2023.

Обобщение программы клуба детского спортивного развития «Ракета» и её необходимость

Многие исследователи: О.И. Кокорева, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Н.В. Полтавцева, Е.А. Сагайдачная, Э.Я. Степаненкова – констатируют тот факт, что подвижная игра является средством гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния.

Назрела необходимость изменений в организации, содержании и методике использования подвижных игр в системе физического воспитания дошкольников, разработке новых педагогических, здоровьесформирующих технологий на основе подвижных игр.

Методические основы построения технологий первоначального обучения детей спортивным играм и упражнениям раскрываются в исследованиях Усакова В.И. В результате многолетней опытно-экспериментальной работы названным автором разработан алгоритм обучения, выраженный в систематизированном по задачам и этапам обучения, педагогическом процессе применения опорных, подводящих и подготовительных упражнений. В рамках классической теории и методики обучения двигательным действиям детей на основе использования описанной технологии Усаков В.И. разработал схему первоначального разучивания технических элементов спортивных игр, что и легло в основу данной образовательной программы.

Наш проект «Ракета» развивается, и мы стремимся использовать в своей работе самые современные программы подготовки детей дошкольного возраста.

Объединяя все самые сильные и необходимые аспекты из подготовки юных футболистов, хоккеистов, теннисистов, гимнастов, лыжников, мы получаем наиболее продуманную, увлекательную и актуальную методику, позволяющую развивать ребёнка не только физически, но и умственно, а также социально.

Использование психодиагностических инструментов для детей 3-7 лет позволяет создавать условия для гармоничного развития детей,

повышения спортивных результатов и создания благополучной атмосферы в детской команде.



РАКЕТА — ДВИЖЕНИЕ К ЛУЧШЕМУ!

Авторы-составители:

1) Илья Зенкин, директор клуба детского спортивного развития «Ракета», г. Санкт-Петербург

2) Екатерина Смирнова, специалист Центра знаний, клинический психолог, психолог-консультант в психологическом центре «Школа Эмоций Оксаны Палеховой»

Создано при поддержке Фонда Потанина.

#фондпотанина #центрзнаний

https://vk.com/sportiss_spb — группа ВКонтakte СНА «Академия спортивных исследований»

<https://vk.com/sportraketa> — группа ВКонтakte клуба детского спортивного развития «Ракета»