

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА –
ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ»**

Все взрослые сначала были детьми,
только мало кто из них об этом помнит.

Антуан де - Сент Экзюпери

Известно, что многие проблемы взрослого человека уходят корнями в детские годы. Более того, по утверждению некоторых ученых, «...трагедия детства заключается в том, что его возможные катастрофы вечны».

Значимость и уникальность детского возраста признаются многими деятелями науки: А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, А. П. Усова, Л. С. Рубинштейн, К. К. Платонов, Ю. В. Змановский, Н.Н. Ефименко.

Так в чем же больше всего нуждается ребенок? – Прежде всего, в достаточной двигательной активности.

Ребенку в дошкольном возрасте жизненно необходима физическая активность. Потребность в движении – одна из витальных потребностей: от движения дети получают удовольствие. Оно рассматривается как средство роста и развития организма, сохранения и укрепления здоровья, способ взаимодействия с миром, развития способностей и черт характера, как форма освоения социального опыта и организации жизни и деятельности ребенка.

Двигательная активность, являясь жизненной необходимостью ребенка - дошкольника, становится неременным условием формирования и развития его личности, его Я.

Если учесть, что двигательная активность является ведущей деятельностью ребенка на протяжении всего дошкольного детства и позволяет ему реализовать свои желания, ресурсы и возможности, самовыразиться, применить и переработать личный и личностный опыт, то следует считать, что физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности, становления Я - ребенка.

Очень большое влияние на формирование личности ребенка – дошкольника оказывают подвижные игры, особенно те, где ребенок исполняет определенную роль или является ведущим. Благодаря идентификации себя с той, или иной ролью, ребенок может осознанно использовать метаумения.

Метаумения – это умения – способности, умения высшего порядка - умения над умениями, которые позволяют производить преобразования личного опыта, а это содействует тому, что ребенок учится рефлексировать в игре, находить свои ошибки и недостатки, обнаруживать у себя дефицит умений и навыков, находить пути преодоления, улучшения.

С точки зрения И. С. Якиманской развитие ребенка как личности, идет через постоянное обогащение, преобразование субъективного опыта, как важного источника собственного развития. Поэтому педагогу необходимо

постоянно уделять внимание формированию у детей важнейших умений, обеспечивающих развитие «Я». К ним относятся умения, связанные с преобразованием собственного опыта. Это умение рефлексировать, оценивать свой опыт, свои поступки, находить ошибки и их причины, оценивать собственную двигательную деятельность.

Важно подчеркнуть, что позитивные качества ребенок проявляет не только в игре, они присущи ему и в жизни. Умение рефлексировать, над которым целенаправленно работает педагог, позволяет дошкольнику осознавать имеющийся двигательный опыт, приобретать новый и встраивать его в смысловое поле своей деятельности т.е. формировать, развивать и укреплять «Я» ребенка.

Педагогу необходимо помнить, что подвижные игры развивают у дошколят ловкость и силу, быстроту и выносливость. Учат детей действовать смело и активно, проявлять самостоятельность и инициативу. Навыки, приобретенные сегодня в детских играх, завтра пригодятся человеку в самых разных жизненных ситуациях.

Игра, являясь уникальным средством формирования «Я» ребенка, позволяет повышать детскую самооценку, осознавать имеющийся опыт, преобразовывать его. В игре ребенок учится сопоставлять и оценивать себя, свои достижения, особенности своего социального взаимодействия.

Ефим Аронович Аркин считал, что «специально подобранные игры могут развивать личностные качества, при этом ребенок должен чаще выигрывать, чем проигрывать. Это повышает его самооценку, укрепляет веру в свои силы, дает мощный заряд положительных эмоций». Утверждение

Е. А. Аркина о том, что «подвижная игра – первая школа социального опыта, дружбы, являются актуальными и в настоящее время». В своей работе «Дошкольный возраст» он пишет: «Положительные эмоции – эмоции жизнерадостности, мужества, веры в свои силы – мобилизуют силы организма, формируют личностные качества».

Большую роль в формировании личности ребенка в детском саду играет национально-региональный компонент. Воспитывая детей патриотами, мы знакомим их с культурой, традициями, бытом народов России. Особое значение придаем традиционным движениям – это имитационно-игровые движения, связанные с повадками птиц, зверей, рыб; с образом жизни местных народов (рыбная ловля, охота, сельскохозяйственные работы, промышленное производство). Игры помогают сформировать у детей правильные понятия о нормах поведения в обществе, в природной среде: «Мальчики, девочки», «Рыбак и рыбки», «Охотник», «Прилет птиц», «Ястреб и цыплята» и мн. др.. В играх «Перетягивание каната», «Соколиный бой» дети учатся ловкости, силе, быстроте, взаимовыручке, сопереживанию товарищу.

Воспитателю необходимо помнить о большом воспитательном потенциале народных игр. Народные игры позволяют расширять круг знаний и представлений о своем народе, развивать нравственно-волевые качества, прививать культуру общения, воспитывать

ответственность, трудолюбие и целеустремленность, способствуют формированию любви к Родине.

Физическая культура через игры позволяет развивать важнейшее качество личности – справедливость. На уровне межличностных отношений справедливость выступает как нравственное качество, сутью которого является признание за другим равных с собой прав и обязанностей. Справедливость важна для становления и развития таких качеств, как гражданская позиция, правовая культура, толерантное отношение к представителям разных рас и национальностей, развитие стремления к сотрудничеству, эмпатии, умение взаимодействовать.

В своей работе «Справедливость как социально-философская категория» Бербешкина З.А. пишет: «Справедливость – это интегративное качество, базирующееся на доброжелательности, бескорыстии, правдивости, беспристрастности, самокритичности, объективности».

Через игру каждый ребенок должен осознать свои права и обязанности и признавать за другими такие же права и обязанности (гуманная сторона справедливости). Следует объяснять детям, что такое правило справедливости действует при условии равных стартовых потребностей и возможностей. Если имеет место ограниченность возможностей, тогда справедливость рассматривается в нравственном союзе с толерантностью и эмпатией.

Эмпатия – процесс эмоционального проникновения в состояние другого. Наличие подобных качеств говорит об эмоциональном интеллекте, то есть «способности осознавать смысл эмоций и использовать эти знания, чтобы выяснить причины возникновения проблем и решать эти проблемы.

Согласно новейшим исследованиям российских и зарубежных ученых – успешность человека зависит от коэффициента умственного развития лишь на 20%, а от коэффициента эмоционального развития – почти на 80%.

Так вот физическая культура с её огромными двигательными-эмоциональными возможностями, активной индивидуальной и коллективной деятельностью дошкольников, дает большие возможности для развития их эмоционального интеллекта. **Эмоциональный интеллект** и связанные с ним качества (способность понимать свои эмоции и эмоции других людей, правильно оценивать реакцию окружающих, умение регулировать собственные эмоции при принятии решений) способствуют не только нравственному развитию детей, но и их академическим и социально-личностным успехам.

Доброжелательность, сочувствие, сопереживание, тактичность, умение оценить ситуацию и нужным образом реагировать на нее – все это проявления эмоционального интеллекта.

Не менее важной является идея воспитания социальной компетенции, отражающей достижения личности в развитии отношений с другими людьми на основе инициативы и независимости ребенка, уверенности в себе, способности делать собственные наблюдения, самостоятельно думать и успешно достигать своих целей, иметь активную жизненную позицию.

В настоящее время в детской среде все чаще встречается детская нетерпимость. Педагогу следует четко различать понятия «толерантность» и «терпимость».

«Толерантность» - это такое отношение к миру в целом, отдельным объектам, другим людям и их взглядам, к самому себе, которое актуализируется в ситуациях несовпадения взглядов, мнений, оценок, верований, поведения людей и проявляется в пониженной сензитивности к объекту за счет терпения, выдержки, самообладания, самоконтроля.

«Терпимость» – такое отношение личности к миру в целом, отдельным объектам, другим людям, их взглядам и к самому себе, которое также актуализируется в ситуациях несовпадения, но проявляется в повышении сензитивности к объекту за счет приятия, понимания, эмпатии, терпения.

Толерантность является промежуточным этапом между терпимостью и нетерпимостью. Терпимое отношение неотделимо от внутренней мотивации, является важной составляющей личностного развития детей, особенно в процессе физического воспитания.

В. А. Аркин – один из первых исследователей начала XX столетия, кто ставил вопрос об оздоровительной и воспитательной функциях физической культуры, рассматривая её как основное средство оздоровления, развития и воспитания, становления ребенка как личности. Важнейшими условиями правильно организованного физического воспитания он считал:

- обязательный учет психофизических и индивид. особенностей ребенка;
- особая значимость режима дня и его соблюдения для здоровья и личностного развития дошкольника;
- учет психического, эмоционального фактора, создание здоровой жизнерадостной атмосферы;
- закаливание, бережное отношение к здоровью детей, чтобы не нанести вреда ребенку;
- формирование культурно-гигиенических навыков.

Е. А. Аркин писал, что в дошкольном воспитании вопросам гигиены и здорового телесного развития должно отводиться особое место и уделяться наибольшее внимание. Он считал недопустимым противопоставление духа и тела. Отмечал справедливость изречения «В здоровом теле здоровый дух», но утверждал и обратное: только при здоровом духе возможно здоровое тело.

Удивительно современно звучат слова Е. А. Аркина «Воспитать здоровое, крепкое, закаленное поколение... способное выносить перемены и невзгоды ... укрепить и усилить мощь государства – такова огромная и ответственнейшая задача, которую правильно поставленное физическое воспитание призвано и в состоянии разрешить имеющимися в его распоряжении научно обоснованными средствами и методами».

В современной ситуации это утверждение звучит как: «целенаправленное формирование у дошкольников ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни в процессе физического воспитания. Именно физическое воспитание призвано формировать у ребенка правильное и осознанное отношение к себе и своему здоровью. Посредством физической

культуры необходимо формировать личностные проявления детей, ориентированные на овладение знаниями и навыками сохранения собственного здоровья. Целенаправленное формирование культуры самосохранения и ответственности за собственное здоровье и здоровье близких является определяющим в физическом воспитании – «Помоги себе и тому, кто рядом». Личностные показатели: эмоционально положительное отношение к физической культуре, интерес, потребность, позитивные эмоции, активная включенность ребенка в деятельность по организации ЗОЖ, реальное поведение ребенка в виде определенных форм деятельности, чувств, переживаний, положительных реакций, поступков; социализация ребенка, ориентация на успех; наличие качеств, способных обеспечить его успешность во взрослой жизни – активность, коммуникабельность, самостоятельность и ответственность, нравственность, умение видеть и решать проблемы автономно и сообща, развитие начал жизненного самоопределения, эмоциональная стабильность, положительная самооценка».

Воспитатели, помните, ребенок, пусть даже самый маленький – это вполне полноправная личность, имеющая свои права и потребности, которые должны стать главным ориентиром в процессе воспитания подрастающего поколения.

Дошкольный возраст – наиболее ответственный период в жизни каждого ребенка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного развития ребенка, формируется личность человека. Физическое развитие и здоровье ребенка – основа формирования личности.

Осознание своих личных способностей и возможностей, своего «Я», которое приходит к ребенку – дошкольнику к моменту перехода в школу необходимо для дальнейшего полноценного развития личности.

