

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ,  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

УДК 37.025.7

**ВЛИЯНИЕ ДЕТСКОГО ФИТНЕСА  
НА РАЗВИТИЕ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА****Е.А. БЕСЕДИНА***(Представлено: О.Ю. ЛУТКОВСКАЯ)*

*В этой статье освещены вопросы и методы эффективного коммуникативного развития детей дошкольного возраста при помощи воздействия физических упражнений на детском фитнесе.*

Мы живем в интересную эпоху, когда живое общение сменяется электронными коммуникациями. Многие малыши осваивают планшеты и родительские смартфоны, не достигнув и двухлетнего возраста. Правда, при этом у многих детей имеются социально-психологические проблемы в общении с окружающими: они не только не умеют, но и, как может показаться, не хотят общаться. Недостаточное развитие коммуникативных навыков у дошкольников вызывает серьезное беспокойство у психологов и преподавателей, ведь общение — обязательный атрибут развития любой человеческой личности.

Общаться в той или иной форме умеет каждый человек с самого раннего возраста. Когда малыш плачет, стараясь обратить на себя внимание мамы, он уже вступает в коммуникацию и социально взаимодействует с другими людьми. Однако для того чтобы достигнуть успеха этого недостаточно. Важно, чтобы ребенок умел эффективно выстраивать общение с другими людьми.

Психологи утверждают, что успешное общение складывается из нескольких факторов: Желание общаться. Без мотивации эффективное общение невозможно. Например, все знают о таком заболевании, как аутизм. У многих аутистов отсутствуют интеллектуальные проблемы: у них просто нет мотивации впускать в свой внутренний мир других людей. Развитые психологически, они не развиты социально. Способность слышать и слушать собеседника. [1]

Существуют определенные неписанные нормы коммуникации, которые могут отличаться в разных обществах. Ребенок должен овладеть этими нормами, иначе в будущем у него возникнут неминуемые сложности. Доказано, что дети, которые слишком часто играют в компьютерные игры с раннего детства, хуже разговаривают и испытывают сложности с пониманием эмоциональных реакций окружающих. Так же не стоит стремиться выполнять «невербальные» просьбы ребенка. Дайте ему возможность объяснить, чего он хочет. Многие родители пытаются предугадать потребности ребенка прежде, чем он успеет вымолвить хотя бы слово. Это сильно тормозит коммуникативное развитие: пусть малыш сам скажет вам, чего он хочет.

Поэтому следует поощрять общение ребенка со сверстниками. Развивающие группы, игровые площадки и детские клубы способствуют быстрому развитию коммуникативных навыков. Изоляция же малыша может стать причиной серьезных проблем с адаптацией в коллективе в будущем. Коммуникативному развитию у детей дошкольного возраста способствует занятия детским фитнесом в группах, коллективах. Осуществляется командная работа или работа в парах, которая заставляет детей взаимодействовать друг с другом при помощи речевых навыков.

Достаточно эффективно коммуникативное развитие у дошкольников осуществляется в процессе игры. Очень важно, чтобы игровой процесс приносил пользу, способствовал отработке необходимых навыков. В ходе игры ребенок учится понимать глубинные мотивы поведения и осваивает базовые навыки человеческой коммуникации. Игры должны быть разнообразными и разноплановыми: это способствует развитию гармоничной личности, которая будет успешно ориентироваться в социальном взаимодействии.

Система упражнений и игр по формированию речевой культуры - необходимое средство образовательной и воспитательной работы в физическом воспитании. Помимо развития речи они способствуют развитию координации движений, внимания, общей и мелкой моторики, памяти. Данные игры и упражнения можно использовать как на физкультурных занятиях, так и на зарядке, как в досугах, праздниках, так и свободной деятельности детей, в том числе на прогулке, в подвижных играх.

Дошкольник познает мир, осваивает речь, пространственно-временные связи предметов и явлений при помощи движений. Роль подвижных упражнений для формирования мелкой моторики, быстроты реакции, координации движений, памяти, восприятия, деятельности слухового и зрительного анализаторов неопределима [2].

Соответствующие условия можно создавать на занятиях детским фитнесом. В процессе выполнения общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр детям предлагаются задания для закрепления и активизации звуков на основе хорошо знакомых стихов, песенок, потешек, считалок, закличек, подобранных с учетом сюжета занятия. При выполнении упражнений дети одновременно проговаривают речитатив. Взаимосвязь процессов физического воспитания и развития речи приводят к развитию памяти, внимания, координации движений, мелкой моторики и связной речи детей дошкольного возраста.

Упражнения и игры по формированию речевой культуры - необходимое средство образовательной и воспитательной работы в любых видах физического воспитания. Помимо развития речи они способствуют развитию координации движений, внимания, общей и мелкой моторики, памяти. Их можно использовать как на физкультурных занятиях, так и на зарядке, как в досугах, праздниках, так и свободной деятельности детей, в том числе на прогулке, в подвижных играх [3].

Подвижные игры нередко сопровождаются песнями, стихами, считалками, игровыми зачинами. Такие игры пополняют словарный запас, обогащают речь детей. Упражнения по развитию речи, проводимые в игровой форме, могут широко использоваться на совместной деятельности по физкультуре, на утренней гимнастике, во время физкультминуток, гимнастики после дневного сна, в подвижных играх, во время прогулок, а также на физкультурных праздниках и конечно на занятиях детским фитнесом. Включение в разные виды занятий по физической культуре считалок, поговорок, пословиц, способствует формированию звуковой культуры речи и развитию интереса детей к разным движениям. Все это создает положительный эмоциональный настрой, а творческий подход к проведению занятий будет способствовать быстрому усвоению материала и своевременному формированию навыков речи дошкольников [4].

Примеры формы физкультурно-речевой работы.

1. Вид: Считалки.

Пример: Народные: «Заяц белый, куда бегал, в лес дубовый, что там делал...»

Современные: «1,2,3,4, кто не спит у нас в квартире. Всем на свете нужен сон, кто не спит, тот выйдет вон».

Цель использования, в каких случаях используется: практически во всех подвижных играх и игровых упражнениях необходим выбор водящего.

2. Вид: Слова-заклички в подвижных играх.

Пример: Игра «Совушка – сова».

«Совушка-сова, большая голова, на суку сидит, во все стороны глядит...».

Игра «Два Мороза».

«Мы два брата молодые, два Мороза удалые...».

Цель использования, в каких случаях используется: слова – заклички помогают детям не только восстановить силы и дыхание, но и совершенствуют память и речь.

3. Вид: Различные виды расчета при построении.

Пример:

«На 1,2 – рассчитайсь!».

«По – порядку рассчитайсь!».

Цель использования, в каких случаях используется: развитие речевого аппарата, улучшение звукопроизношения, использование для старших дошкольников.

4. Вид: Упражнения на развитие мелкой моторики

Пример: Эстафеты:

«Звуковая поляна», «Волк и заяц».

Игры с мячом: «Хватайка», «Горячая картошка».

Цель использования, в каких случаях используется: развитие мелкой моторики, ловкости, быстроты реакции.

5. Вид: Дыхательная гимнастика

Пример: «Насос», «Ветер», «Травушка» колышется», «Ёжик», «Каша кипит».

Цель использования, в каких случаях используется: координация движений рук с дыхательными движениями грудной клетки, тренировка правильного носового дыхания, укрепление круговой мышцы рта.



Рисунок. – Развитие коммуникативных навыков при помощи физических упражнений

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Учебно-методический материал (развитие речи) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/razvitie-rechi/2013/10/12/vliyanie-fizichesky-kultury-na-razvitie-kommunikativnykh>. Дата: 15.09.2019
2. Развитие коммуникативных навыков у детей младшего возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://detki.guru/razvitie-rebenka/zanyatiya-s-rebenkom/razvitie-kommunikativnyh-navukov.html>. Дата доступа: 05.09.2019.
3. "Детская психология: Учебник для вузов. 3-е изд., перераб." Смирнова Е.О. — СПб.: Питер, 2009. — 304 с: ил. — (Серия «Учебник для вузов»).
4. Психология дошкольного возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://studfiles.net/preview/2143129/page/8/>. Дата доступа: 04.09.2019