

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОЦЕНКЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Петренкина Н. Л.¹, Филиппова С. О.²

¹Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена», Санкт-Петербург, Россия (191186, Санкт-Петербург, Набережная реки Мойки, д.48), e-mail: petrenkin@mail.ru

²Федеральное государственное бюджетное учреждение «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры», Санкт-Петербург, Россия (191040 Санкт-Петербург, Лиговский пр. 56, литера «Е»), e-mail: filiso@mail.ru

В статье обсуждается проблема повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения в контексте сохранения и укрепления здоровья детей. Рассматривается вопрос реализации индивидуального подхода в процессе занятий физическими упражнениями с детьми на основе учета показателей их физического состояния. В работе обращается внимание на проведение мониторинга как обязательного условия выполнения федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования. Основной акцент в данном исследовании сделан на оценке уровня физической подготовленности детей. В статье представлены результаты анализа различных систем тестирования, описанных в научно-методической литературе, на основе которого выделены проблемы их применения в образовательном процессе. Предложена методика определения уровня физической подготовленности старших дошкольников, включающая оценку развития у них физических качеств и сформированности двигательных навыков. Обоснована идея выделения: «зоны риска», «зоны возрастной нормы» и «зоны способностей», учитывающего допустимый разброс показателей, обусловленный индивидуальными возможностями дошкольников. Показана целесообразность использования мониторов сердечного ритма для повышения объективности оценки реакции организма детей на физическую нагрузку. На основе проведенного исследования сформулированы подходы к оценке физического состояния дошкольников, учитывающие современные требования к реализации педагогами содержания области «Физическая культура», в рамках программы дошкольного образования.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, физическая подготовленность, функциональные возможности, состояние здоровья, мониторинг.

MODERN APPROACHES TO THE ASSESSMENT OF THE PHYSICAL CONDITION OF PRESCHOOL CHILDREN

Petrenkina N. L.¹, Filippova S. O.²

¹Federal public budgetary educational institution of higher education «The Herzen state pedagogical university of Russian», St. Petersburg, Russia (191186, St. Petersburg, Moyka River Embankment, 48), e-mail: petrenkin@mail.ru

²Federal state budgetary establishment «St.-Petersburg scientific research institute of physical culture», St.-Petersburg, Russia (191040 St.-Petersburg, Ligovsky avenue 56, a letter «E»), an e-mail: filiso@mail.ru

The article discusses the problem of increasing the effectiveness of sports and recreation activities preschool in the context of preserving and strengthening the health of children. The question of the implementation of an individual approach to the process of exercise with the children on the basis of calculation of indicators of their physical condition. The paper draws attention to the monitoring as a prerequisite to federal government requirements for the structure of the basic educational program of preschool education. The main focus of this study is on assessing the level of physical fitness of children. The results of the analysis of various test systems described in the scientific and methodological literature, on the basis of which highlighted the problems of their use in the educational process. The methods of determining the level of physical fitness of older preschoolers, including an assessment of their physical characteristics and the formation of motor skills. Substantiated idea identify "risk area", "zone age norm" and "zones ability," taking into account the allowable variation is due to the individual abilities of preschool children. The expediency of the use of heart rate monitors to increase the objectivity of the evaluation reactions of children to exercise. On the basis of the research are presented approaches to the assessment of the physical condition of school age children, taking into account modern requirements for the implementation of the content area teachers "Physical Culture" as part of pre-school education.

Keywords: children of preschool age, physical readiness, functionality, state of health, monitoring.

Введение. В последние годы наблюдается тенденция к ухудшению здоровья детей дошкольного возраста. Только за прошедшее десятилетие уровень общей заболеваемости детского населения увеличился в 1,5 раза [2]. Данные официальной статистической отчетности профилактических медицинских осмотров, проводимых среди выпускников дошкольных образовательных учреждений, свидетельствуют о том, что здоровых детей только 20–25 %, имеющих функциональные отклонения – свыше 50 % и страдающих хроническими заболеваниями – почти 30 %. Среди детей в возрасте до 7 лет в 13,5 % случаев выявляются отклонения в физическом развитии (дефицит массы тела или ее избыточность, низкорослость).

Сложившаяся ситуация указывает на необходимость определения условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья детей. Огромную роль в решении этой проблемы играет грамотная организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении. Реализация этого положения должна базироваться как на знании анатомо-физиологических и психологических особенностей развития детей дошкольного возраста, так и на учете индивидуальных характеристик каждого ребенка.

Проблема индивидуализации физического воспитания детей на основе оценки их физического состояния изучалась авторами статьи более десяти лет [6, 10]. Однако изменения, происходящие в системе дошкольного образования, требуют продолжения исследований для определения современных подходов к ее решению.

Необходимость устранения несоответствия существующей системы дошкольного образования требованиям современного общества привело к введению федеральных государственных требований (ФГОТ) к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования [9]. Введение ФГОТ – это попытка стандартизации в образовании, то есть деятельность, направленная на установление норм, правил и требований в целях обеспечения безопасности жизни и здоровья непосредственных участников образовательного процесса, повышения качества образования, экономии всех видов ресурсов, единства измерения результатов образовательного процесса [4]. Следует отметить, что процесс стандартизации образовательных систем – общемировая тенденция.

Согласно приказу Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования», вступившему в силу 16 марта 2010 г., общеобразовательные программы состоят из двух частей: 1) обязательной части и 2) части, формируемой участниками образовательного процесса.

Обязательная часть программы должна содержать разделы, отражающие организацию, содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми

образовательных областей «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность», «Социализация», «Труд», «Познание», «Коммуникация», «Чтение художественной литературы», «Художественное творчество», «Музыка», а также планируемые результаты и систему мониторинга достижений детьми этих результатов.

Мониторинг как способ научного исследования широко применяется в различных науках. Перенос этого понятия в сферу образования изменил его смысл, и в современных условиях образовательный мониторинг может быть определен как система организации сбора, хранения, обработки и распространения информации о деятельности педагогической системы, обеспечивающая непрерывное слежение за ее состоянием и прогнозирование развития [3].

В рамках образовательного мониторинга в дошкольном образовательном учреждении проводится отслеживание качества: во-первых, результатов деятельности дошкольного образовательного учреждения; во-вторых, педагогического процесса, реализуемого в дошкольном образовательном учреждении; в-третьих, условий деятельности дошкольного образовательного учреждения. Инструментарий образовательного мониторинга предполагает разработку измерительного инструментария: критериев и методов проведения диагностических процедур в рамках мониторинга.

Содержание области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение таких задач как: а) развитие физических качеств; б) накопление и обогащение двигательного опыта детей; в) формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Основное содержание исследования. Оценка физического состояния дошкольников предусматривает изучение четырех показателей: группы здоровья, физического развития, физической подготовленности, функционального состояния. Первые два показателя в дошкольном учреждении оцениваются медицинскими работниками. Физическая подготовленность детей определяется специалистом по физической культуре или воспитателем. Оценка функционального состояния детей предполагает совместную деятельность педагогов и медицинских работников.

Определение группы здоровья проводится в соответствии с принятой в педиатрии системой. Группа здоровья дает более широкое представление о состоянии здоровья каждого ребенка и контингента детей в целом, чем диагноз. Показателями физического развития, которые используются в практике работы дошкольных учреждений, являются рост, масса тела и окружность грудной клетки. По сочетанию этих величин и на основе соматоскопии (наружного осмотра) судят о типе телосложения.

Определение физической подготовленности дошкольников складывается из определения уровня развития физических качеств и степени сформированности двигательных навыков. Определение функционального состояния организма детей обычно включает характеристику состояния опорно-двигательного аппарата и оценку деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Следует отметить, что оценка физического состояния дошкольников на современном этапе невозможна без учета региональных особенностей, отражающих разнообразие этнического состава населения, особенностей уклада жизни, климатических условий, о чем свидетельствуют результаты многих исследований [6, 7].

В настоящее время дошкольные учреждения работают по различным образовательным программам, соответствующим ФГОТ. Каждая из них предусматривает необходимость контроля физической подготовленности детей для определения их индивидуального образовательного маршрута.

Однако многие из предлагаемых систем тестирования не позволяют объективно оценить готовность детей к освоению программного материала по физической культуре, так как не учитывают их индивидуальные особенности и специфичность организации физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения. Авторы многих методик, заимствуя ряд тестов из других программ, зачастую не подвергают их более или менее тщательному анализу. Такое положение приводит к тому, что принципы личностно-ориентированного подхода в образовании ребенка оказываются оторванными от практической оценки его двигательных возможностей.

Проведенный анализ позволил выделить основные проблемы предлагаемых систем оценки физической подготовленности дошкольников:

- часть тестов заимствована исследователями из системы диагностики школьников и, даже при кажущемся их адаптировании к особенностям развития детей дошкольного возраста, не может объективно характеризовать физическое качество, для определения которого они используются;
- на результат отдельных тестов оказывает влияние соматотип ребенка, однако это, как правило, не принимается во внимание;
- габариты физкультурных залов и стандартное оборудование дошкольных учреждений не позволяют использовать ряд тестов, предлагаемых в литературе;
- некоторые тесты могут быть проведены только на улице, что затрудняет их использование в зимнее время;

- разработчики систем тестирования предлагают большое количество тестов; значительный объем работы и затраченное время приводят к тому, что тестирование становится неприятной обязанностью и проводится только для отчетности;
- многие тесты дублируют друг друга; более того, сумма результатов данных тестов приблизительно (часто однобоко) характеризует физическую подготовленность дошкольников;
- ряд тестов предполагает использование сложного оборудования или специального обучения персонала дошкольного учреждения технологии тестирования;
- результаты части тестов в значительной степени зависят от уровня владения техникой предлагаемого упражнения, а не от уровня проявления тестируемого физического качества;
- в некоторых тестах, предлагаемых в методической литературе, существуют значительные разночтения в исходных положениях при их выполнении, что не позволяет объективно сравнивать показатели детей;
- узкая «специализация» теста, разработанного для конкретного исследования, не позволяет педагогу использовать его результаты в образовательном процессе.

Предлагаемый нами мониторинг освоения детьми области «Физическая культура» посредством определения уровня их физической подготовленности основывается на следующих положениях:

1. Определение физической подготовленности старших дошкольников носит количественный характер и проводится по двум блокам: определение уровня развития физических качеств, который осуществляется с помощью тестов: «челночный бег 5х6 м», «прыжок в длину с места», «поднимание туловища из положения лежа за 30 сек», и определение уровня сформированности двигательных навыков, который осуществляется с помощью тестов: метание малого мяча в вертикальную цель удобной рукой (с расстояния 3 метра, высота до центра мишени 1,5 м), прыжки через короткую скакалку за 30 сек., отбивание мяча от пола удобной рукой за 30 сек.

2. Для определения уровня физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста используется комплексная оценка, составляющая сумму баллов, набранных отдельно в каждом блоке, в соответствии с 6-ти балльной шкалой. Результаты детей, полученные в ходе тестирования, делятся на 3 зоны, которые условно обозначены как «зона риска», «зона возрастной нормы», «зона способностей»; «зона риска» соответствует сумме набранных баллов при выполнении всех упражнений – от 0 до 2; «зона возрастной нормы» соответствует сумма баллов от 3 до 12; «зона способностей» соответствует сумме баллов от 13 до 15.

3. Дошкольники одной половозрастной группы, независимо от типа конституции, к которой они относятся, показывающие результаты в «зоне возрастной нормы» и «зоне способностей», относятся к детям, развивающимся в соответствии с возрастной нормой, и могут быть допущены к занятиям физическими упражнениями по любой программе, разрешенной в дошкольных учреждениях; дети, чьи результаты ниже нижней границы диапазона возрастной нормы, отнесены к «зоне риска» и должны пройти дополнительное обследование у различных специалистов, с целью выявления у них психологических, анатомо-физиологических и других нарушений, влияющих на их физическую подготовленность и развитие.

Проведенные исследования свидетельствуют о том, что результаты большинства детей, как мальчиков, так и девочек, в первом блоке тестов (развитие физических качеств) имеют сходные суммы баллов, соответствующие «возрастной норме». Детей, имеющих результаты выше и ниже границ «возрастной нормы», немного (около 2,5–5 %). Этот факт подтверждает наше мнение о том, что дети со значительными нарушениями, влияющими на их развитие, встречается редко. Однако знание педагогом того, что в группе есть такой ребенок, дает возможность педагогу скорректировать программу физического воспитания в соответствии с рекомендациями других специалистов дошкольного учреждения. Дети, имеющие показатели, превышающие границу «возрастной нормы», встречаются во всех возрастных группах (3–5 %). Высокие результаты детей в одном упражнении, как правило, сочетаются с высокими результатами в других упражнениях.

В то же время, специалист по физической культуре не должен стремиться к тому, чтобы все дети показывали результаты «зоны способностей», так как это показатель индивидуальной двигательной одаренности ребенка. Нарушение этого принципа может привести к различным негативным проявлениям как в состоянии здоровья детей, так и в снижении у них интереса к занятиям физическими упражнениями. Знание педагога о возможностях ребенка показывать результаты (как в отдельных тестах, так и суммарно), соответствующие его индивидуальным особенностям развития, является основой для реализации индивидуального подхода.

Анализ данных, показанных детьми при выполнении второго блока тестов, оценивающих степень сформированности двигательных навыков, показал, что результаты имеют тенденцию к улучшению с возрастом детей как у мальчиков, так и у девочек. Однако высокие результаты в овладении двигательными навыками встречаются крайне редко, а вот показатели ниже «возрастной нормы» встречаются часто. Большая часть детей имеет результаты, характеризующие их как соответствующие «возрастной норме», хотя набранная ими сумма баллов невелика.

Анализ сумм баллов, набранных детьми отдельно в первом и втором блоках, показал, что дети с высокими результатами развития физических качеств не всегда показывают таковые и по уровню сформированности двигательных навыков. Это подтвердило наше предположение о том, что овладение двигательными навыками у детей дошкольного возраста зависит не от уровня развития у них физических качеств, а от профессиональной компетентности педагога, организующего двигательную деятельность детей. В этой связи результаты исследования могут использоваться для оценки инновационных программ, предлагающих изменение содержания занятий физическими упражнениями.

Повышение уровня физической подготовленности детей возможно при грамотной организации физкультурно-оздоровительной работы. Осуществить правильный выбор физических упражнений, а также провести качественную оценку функциональных возможностей организма детей помогают современные технические средства. Одним из наиболее перспективных направлений в решении этой проблемы можно считать использование мониторов сердечного ритма.

В нашей работе использовались мониторы сердечного ритма POLAR S 625X. Полученные данные по оценке реакции сердечно-сосудистой системы детей на различные виды физической нагрузки позволили выделить границы 6-ти «коридоров» показателей ЧСС, на основании которых может быть произведена дифференциация уровня физической подготовленности дошкольников [1, 5]. В системе оценки реакции организма детей на физическую нагрузку были выделены: «зона риска», «зона возрастной нормы» и «зона тренированности».

Проведенные исследования свидетельствуют о том, что результаты детей, превосходящих «зону тренированности», не имеют корреляционной зависимости с их показателями здоровья. Это требует дальнейших исследований рассматриваемой проблемы.

Заключение. На основании вышеизложенного можно сформулировать подходы к оценке физического состояния дошкольников в свете федеральных государственных требований:

а) оценка физического состояния дошкольников должна проводиться совместно с педагогами и медицинскими работниками дошкольного учреждения;

б) оценка физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста должна быть количественной и определять уровень развития физических качеств и уровень сформированности двигательных навыков;

в) у детей младшего и среднего дошкольного возраста должна использоваться качественная оценка, определяющая соответствие уровня овладения движениями возрастной норме;

г) оценка физической подготовленности должна носить комплексный характер, позволяющий нивелировать влияние индивидуальных особенностей детей на конечный результат;

д) показатели сформированности двигательных навыков детей могут использоваться для характеристики качества физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении;

е) для качественной оценки функциональных возможностей организма детей целесообразно использовать высокоточные технические приборы;

ж) в оценке физического состояния необходимо перейти к понятию «коридор результатов», которое учитывает разброс показателей, обусловленных индивидуальными возможностями дошкольников.

Осуществление указанных подходов будет способствовать повышению эффективности физкультурно-оздоровительной работы и успешному освоению детьми программы, реализуемой дошкольным учреждением.

Список литературы

1. Вегера А. И., Соловьева Т. В., Петренкина Н. Л. Исследование реакции сердечно-сосудистой системы старших дошкольников на физическую нагрузку с помощью монитора сердечного ритма POLAR // Современное состояние проблемы подготовки специалистов по физической культуре и перспективы развития: матер. науч.-практ. конф. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2010. – С. 209–212.
2. Молодцова И. А. Факторы риска формирования хронической адено tonsиллярной патологии у дошкольников, проживающих на урбанизированных территориях: эколого-гигиенический аспект: Автореф. дис. ... канд. мед. наук. – Волгоград, 2009. – 22 с.
3. Мониторинг в детском саду: научно-методическое пособие / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, З. А. Михайлова и др. – СПб.: Детство-пресс, 2011. – 592 с.
4. Муртазина Г. Р. Федеральные государственные требования в дошкольном образовании: трудности и перспективы // Социосфера. – 2011. – № 19. – С. 107–109.
5. Оценка двигательной активности дошкольников при помощи мониторов сердечного ритма «Polar»: метод. рекомендации / Под ред. С. О. Филипповой. – СПб.: Белл, 2010. – 35 с.
6. Петренкина Н. Л. Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – СПб., 2004. – 18 с.
7. Петросян Г. Г. Физическое развитие и мониторинг состояния здоровья сельских дошкольников Ставропольского края: Дис. ... канд. мед. наук. – Ставрополь, 2009. – 115 с.

8. Фараджева Н. А. Физическое развитие и физическая подготовленность детей 5–7 лет, проживающих в восточном Забайкалье // Гуманитарный вектор. – 2008. – № 4. – С. 98–102.
9. Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования. – М.: Перспектива, 2011. – 52 с.
10. Филиппова С. О. Физическая культура в системе образования дошкольников: монография. – СПб., 2002. – 336 с.

Рецензенты:

Зюкин А. В., д.п.н., профессор, профессор кафедры гимнастики Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, г. Санкт-Петербург.

Чурганов О. А., д.п.н., профессор, заведующий отделом медико-биологических технологий спорта Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, г. Санкт-Петербург.