

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №653 с углубленным изучением иностранных
языков (хинди и английского) Калининского района Санкт-Петербурга
имени Рабиндраната Тагора

Ю.В. Филиппов

**УЧЕТ ОСОБЕННОСТЕЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ, ОТНОСЯЩИХСЯ К РАЗЛИЧНЫМ
ТИПАМ ПОЛОРОЛЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Методическая разработка

Санкт-Петербург
2018

Учет половых особенностей младших школьников в процессе занятий физическими упражнениями может вестись по нескольким направлениям: нормирование физической нагрузки, методика обучения сложным двигательным действиям, педагогическое руководство двигательной деятельностью детей, участие детей в играх и соревнованиях, двигательные предпочтения детей, взаимодействие детей в процессе выполнения физических упражнений, система поощрений и наказаний, требования к качеству выполнения заданий, инвентарь и оборудование, расстановка и уборка снарядов, диагностика физического состояния.

Нормирование физической нагрузки

Нормирование физической нагрузки в большей степени должно основываться на индивидуальных особенностях детей: состоянии здоровья, физической подготовленности, типе конституции. В этой связи в группе, как правило, всегда можно выделить несколько мальчиков (низкого уровня физической подготовленности), которым повышать физическую нагрузку следует постепенно.

В то же время, требования полоролевого воспитания предполагают формирования у детей установки, что мужчина должен быть сильным, чтобы защищать слабых, уметь брать на себя ответственность.

В этих условиях учитель должен так сконструировать урок, чтобы, постоянно акцентируя внимание детей на том, что мальчики выполняют более трудные упражнения, тем не менее, не нанести вред здоровью детей.

Этого можно добиться разными требованиями к выполнению заданий, как в группе мальчиков, так и в группе девочек. Например, упражнение «поднимание туловища в сед из положения лежа» значительно усложняется если руки ребенка не «помогают», а находятся за головой. Педагог громко объявляет, что девочки выполняют это упражнение 8 раз, а мальчики, так как они будущие мужчины – 10. А потом, не привлекая внимание детей, предлагает физически неподготовленным мальчикам выполнять поднимание с махом рук, а девочкам, для которых это упражнение не представляет сложности, в положении «руки за головой».

Учитывая уровень физической подготовленности детей, не следует забывать и о половых отличиях в реакции организма младших школьников на физическую нагрузку. Как отмечает Б.А. Никитюк в условиях дополнительных двигательных нагрузок (например, фигурное катание) телосложение у девочек подвергается большим изменениям, чем у мальчиков.

У девочек наблюдается задержка ростовых процессов, тогда как у мальчиков – фигуристов они усиливаются.

Наследственная обусловленность роста и развития выше у девочек. Приспособиться к повышенному объему физических нагрузок в младшем школьном возрасте организму девочки сложнее, чем мальчика.

Ссылаясь на данные Т.В. Панасюк, автор указывает, что дополнительные физические нагрузки у девочек, снижая массу тела, задерживают сроки полового созревания, для начала которого масса должна достичь определенного «критического» уровня. Тем самым они препятствуют своевременному формированию двигательных качеств силы и выносливости.

В этой связи, учитель должен помнить, что упражнения, требующие проявления силы должны очень осторожно использоваться в физическом воспитании младших школьников вообще, и особенно у девочек.

Методика обучения сложным двигательным действиям

Существует ряд упражнений, которыми мальчики овладевают легко, в то время как у девочек они вызывают значительные трудности и требуют большего времени для овладения ими (например, метания на дальность и в цель). И наоборот, есть упражнения легкие для овладения для девочек, и требующие много времени и усилий у мальчиков (например, прыжки на скакалке).

Это требует от учителя изменения методических подходов, что приводит к необходимости построения различных «технологических схем» овладения данными видами движений мальчиками и девочками (разное число повторений, выбор подводящих и подготовительных упражнений, использование вспомогательного оборудования и т.п.).

Педагогическое руководство двигательной деятельностью детей

Педагог, организуя двигательную деятельность младших школьников, должен помнить, что ее во многом зависит от учета половых особенностей девочек и мальчиков.

Для мальчиков младшего школьного возраста наиболее благоприятен режим большой двигательной активности, в то время как для девочек этого возраста оптимален режим средней двигательной активности.

Кроме того, для нормального развития мальчикам требуется освоение большого пространства. Поэтому, при занятиях в малом зале, необходимо чаще планировать занятия на улице.

Следует помнить, что девочки в большей степени нуждаются в побуждении к двигательной деятельности. Именно на них следует обращать больше внимания при организации подвижных игр. Мальчики, как правило, либо сами находят развлечения большой двигательной

активности, либо сразу присоединяются к организованной двигательной деятельности.

Педагог на уроке должен учитывать различия эмоциональности детей. Девочки очень эмоционально реагируют на все оценки: и на положительные, и на отрицательные. Мальчики реагируют избирательно и только на значимые для них оценки.

Известно, что мальчики больше подвержены стрессу, например, вследствие разрыва с семьей (положили в больницу, ушел из семьи отец, отдали в круглосуточный детский сад и т.д.). Адаптация к новой ситуации для мальчиков проходит сложнее. В то же время, физические упражнения (особенно подвижные игры) служат эффективным средством преодоления стрессового состояния.

Для фемининных мальчиков очень важно, чтобы взрослый показывал веру в их силы и возможности.

Нужно помнить, что мальчики чаще задают взрослым вопросы ради получения какой-то информации, поэтому и ответ педагога должен быть очень конкретным, а девочки задают вопросы для установления контакта с взрослым, и поэтому в общении с ними педагогу следует больше обращать внимание на дружелюбный тон высказывания.

Участие детей в играх и соревнованиях

На уроке следует подбирать игры, задания, эстафеты нейтрального содержания, интересные и для девочек и для мальчиков.

Следует учитывать, что уровень трудности выбираемого ребенком двигательного задания во многом зависит от сформированного у него типа полоролевого поведения.

У маскулинных детей самые высокие показатели уровня притязаний. Маскулинными детьми отвергается ситуация неудачи, они стремятся к самоутверждению, часто через самовосхваление.

У феминных детей отсутствуют такие качества как упорство, нацеленность на преодоление трудностей. Они часто снижают притязания, боясь неудачи. В поражении обвиняют себя.

У андрогинных детей результат выполнения задания связывается с наличием или отсутствием у себя необходимых усилий и терпения.

Недифференцированные дети с появлением опыта выполняемой деятельности неадекватно повышаются притязания. Они склонны к самообвинению.

Фемининные дети поддерживают высокую самооценку с помощью низких притязаний, позволяющих избежать неудачи, маскулинные дети - исключительно с помощью высоких притязаний. Маскулинные дети высокими достижениями считают только результат, для достижения которого прилагается много усилий, дети фемининной группы успешным

считают такое выполнение задания, которое не вызывает у них никаких затруднений.

Мускулинные дети (и девочки, и мальчики) предпочитают лидирующие позиции (в играх выполняют главные доминантные роли, предполагающие активные действия). Часто сами предлагают себя в роли капитана команды, но самостоятельно организовать игру или руководить ею не способны. Роль организатора лучше всего получается у андрогинных детей.

В эстафетах первыми и последними следует ставить андрогинных детей. Феминных и мускулильных детей – в середине. Поставленные в конце, феминные дети в случае проигрыша, могут стать объектом претензий партнеров. Мускулинные дети, поставленные в конце, в случае проигрыша вообще могут отказаться выполнять задание, обидевшись на всех.

Двигательные предпочтения детей

Дети предпочитают те упражнения, которые у них лучше получаются. Мальчики любят спортивные игры. Например, при предоставлении детям свободы выбора двигательной деятельности они берут мяч, пытаясь играть в футбол, но, как правило, это проявляется в сильных ударах по мячу. Наблюдения показывают, что девочки практически никогда так не поступают. Если им в руки попал мяч, чаще всего они начинают повторять упражнения из «школы мяча». Ленты, скакалки, обручи – предметы девочек. Центр тяжести у девочек находится ниже, они легче справляются с упражнениями на равновесие. Если в зале есть бревно, можно наблюдать, как по разному относятся к этому снаряду девочки и мальчики. Мальчики быстро пробегают и соскакивают с него, в то время как девочки идут по бревну медленно, с приседаниями и поворотами, получая от этого явное удовольствие, любуясь собой. Мальчикам же лучше в это время ползать по гимнастической стенке.

В то же время, это усредненный подход к двигательным предпочтениям мальчиков и девочек. Как справедливо отмечает Н. Бочарова, необходимо учитывать не только половые, но и индивидуальные особенности, склонности и интересы детей, так как иногда девочки проявляют способности к упражнениям с видимой «мальчишеской» направленностью, и наоборот. Поэтому педагог не должен подавлять стремление детей заниматься определенным видом двигательной деятельности (если только это не вредит здоровью). Половая принадлежность не должна использоваться в качестве довода против какой-либо двигательной деятельности.

В то же время стойкий интерес детей к несвойственной двигательной деятельности должен стать поводом для размышлений педагогов и родителей.

Взаимодействие детей в процессе выполнения физических упражнений

В процессе занятий физическими упражнениями педагогу периодически необходимо делить детей на группы, подгруппы, пары. Часто при делении на команды используется методический прием, когда капитаны сами выбирают себе партнеров. С одной стороны, этот прием эффективен, когда моделируется воспитательная ситуация – дети не хотят выбирать тех, кто не умеет играть в команде, нарушает дисциплину и т.п. С другой стороны, в группе «нежелательных» партнеров часто оказываются дети, по разным причинам чувствующие себя некомфортно на уроке физической культуры. В этом случае использование такого приема только еще больше усугубит сложившееся положение.

Следует помнить, что в игре мальчиков больше интересует результат, поэтому в выборе они чаще ориентируются на физические качества партнера, его умения («С Сережкой мы обязательно победим, знаете, как он быстро бегает?»). Девочек же в выборе больше интересуют отношения с партнерами («Я выбираю Алену, потому что она моя подруга, а ее мама подруга моей мамы»).

У младших школьников преобладают игровые объединения однородные в отношении пола входящих в них детей, поэтому при стихийном образовании команд, они чаще всего бывают однополыми. Однако бывают исключения. Девочкам мускулиного типа больше нравится общество мальчишек. Феминные мальчики избегают контактов со сверстниками своего пола, а также маскулиными девочками. Поэтому при распределении в пары нецелесообразно ставить феминного мальчика и маскулиную девочку. Феминная девочка, так же как и феминный мальчик, обычно не берет на себя инициативу и взаимодействия может не получиться. Поэтому для феминного мальчика в паре больше всего подойдет андрогинная девочка.

Система поощрений и наказаний

Поощряя или наказывая младших школьников, необходимо учитывать различие в реакции детей разного пола на оценку их деятельности. Для мальчиков очень важно, что конкретно оценивается в их деятельности, а для девочек – кто их оценивает и как.

Для мальчика важно знать хорошо ли он выполнил задание, и не очень важно как оценивается взрослым его поведение. Для девочки важнее понравилась ли она.

Однако и для мальчиков и для девочек важно, чтобы с начала педагог похвалил за старание, тогда ребенок готов обсуждать свой даже неудачный результат.

Недовольство действиями мальчика следует выражать в нотации короткой, но емкой по смыслу.

Положительную оценку деятельности мальчика и девочки следует давать разными словами. Для мальчика более значимо слово «молодец», а у девочки оно не вызывает такого эмоционального отклика. Девочку лучше оценивать другими словами, например «умница» и т.п.

Требование к качеству выполнения заданий

Девочкам и мальчикам должны предъявляться разные требования к выполнению одних и тех же движений; четкости, ритмичности, затраты дополнительных усилий (для мальчиков); пластичности, выразительности, грациозности (для девочек). Не одинаковая эффективность овладения мальчиками и девочками отдельными движениями предполагает, что требования к их результативности должны быть разными. Например, в прыжках на скакалке для мальчиков хорошим результатом можно считать безостановочные прыжки, в то время как для девочек хороший результат – усложненные варианты прыжков (прыжки с вращением скакалки назад, прыжки ноги скрестно, прыжки руки скрестно, прыжки вдвоем и т.д.)

Расстановка и уборка снарядов

Действия детей по расстановке и уборке снарядов должны носить выраженный дифференцированный по полу характер. Независимо от уровня физической подготовленности детей, девочки всегда расставляют и убирают только мелкий легкий инвентарь (обручи, мячи, палки, кегли и т.п.), а мальчики группой в несколько человек – тяжелое оборудование (гимнастические скамейки, гимнастические маты и т.п.). Педагогу следует постоянно акцентировать внимание детей на различиях в функциях мальчиков и девочек.

Диагностика физического состояния

Значительные индивидуальные различия в проявлении двигательных способностей дошкольников подтверждает необходимость учета типа конституции в оценивании их двигательных возможностей.

В каждой группе младших школьников, относящихся к одному типу конституции (астеноидному, торакальному, мышечному, дегестивному)

результаты мальчиков как правило, лучше результатов девочек. Однако эта тенденция не прослеживается когда речь идет о результатах детей разных типов конституции.

Поэтому при оценке физического состояния дошкольников следует ориентироваться на конституциональный тип ребенка, а не на его пол. Определенную информацию о физической подготовленности ребенка можно получить из расчета прироста результатов тестирования. В то же время, не стоит забывать, что чем лучше результат, тем меньше может быть прирост.

Использованная литература

Бочарова Н. Некоторые вопросы дифференцированного подхода в физическом воспитании мальчиков и девочек / Дошкольное воспитание. - 1997. - № 12. - с. 72 - 75.

Еремеева В.Д., Хризман Т.П. Мальчики и девочки - два разных мира. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1998. - 184 с.

Изаак С.И. Статистические модели дифференцированной оценки двигательных возможностей детей и молодежи: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1997. – 23 с.

Никитюк Б.А. Принципы и приоритеты физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры. - 1994. - № 7. - с. 5 - 7.

Никитюк Б.А. Принципы и приоритеты физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры. - 1994. - № 7. - с. 5 - 7.

Сексуальное развитие и половое воспитание детей: Спецкурс. / Сост. Э.К.Сулова. – М.: АПО, 1994. – 80 с.

Семенова Л.Е. Полоролевые отношения, самооценка, притязания в личностном становлении детей старшего дошкольного возраста: Автореф. дис... канд. псих. наук. - Нижний Новгород, 1999. - 25 с.

Филиппова С.О. Мир движений мальчиков и девочек: метод. пособие. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2001. - 96 с.