



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ ДЕТСТВА

**Формирование умственной работоспособности у детей дошкольного
возраста посредством подвижных развивающих игр**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психология и педагогика развития детей дошкольного возраста»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

71,08 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

10. февраля 2022 г.

Зав. кафедрой ПиПД

 О. Г. Филиппова

Выполнила: Елисеичева Екатерина Игоревна

Студент группы

ЗФ 302-137-2-1

Научный руководитель:

д. п. н., доцент, профессор кафедры ПиПД

Емельянова Ирина Евгеньевна

Челябинск

2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И ЕЕ СТАНОВЛЕНИЕ	10
1.1. Анализ психолого-педагогических исследований по проблеме умственной работоспособности у детей дошкольного возраста	10
1.2 Развитие умственной работоспособности в онтогенезе	24
1.3. Развивающие подвижные игры как средство развития умственной работоспособности.....	35
Выводы по главе 1:	50
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПОДВИЖНЫХ РАЗВИВАЮЩИХ ИГР С ЦЕЛЮ РАЗВИТИЯ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ.....	52
2.1. Изучение умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет.....	52
2.2. Реализация психолого-педагогических условий использования подвижных развивающих игр в формировании умственной работоспособности детей 5-7 лет	59
2.3. Анализ итогов исследования	67
Выводы по главе 2:	69
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	71
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	74
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	83

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современном российском обществе возрастает потребность в людях, способных сохранять высокую умственную работоспособность, заключающуюся в возможности получать, перерабатывать и удерживать получаемую информацию. И формировать умственную работоспособность необходимо начиная с дошкольной ступени образования.

Современной медициной и педагогикой обоснована необходимость учитывать взаимосвязь физической и умственной активности детей при проведении всех форм организованной работы с дошкольниками, в силу того, что современные дети растут в период непростой социально-экономической обстановки, а также свой «отпечаток» накладывает и повышенная информатизация, благодаря чему у ребенка происходит своеобразная расфокусировка когнитивной сферы, повышается его тревожность. Кроме того, современные дети стали очень мало двигаться и подвижной игре предпочитают современные гаджеты, что оказывает также негативное влияние не только на физическое развитие, но и на умственную работоспособность.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) – нормативный документ, отражающий государственные требования к дошкольному образованию. Особое внимание ФГОС ДО уделяет становлению личностных характеристик ребенка как планируемый итоговый результат дошкольного образования, а не только формированию у него знаний, умений и навыков. Данный акцент предполагает системное развитие ребенка как физическое (включая созревание нервной системы), так и психическое (личностное и интеллектуальное) через разные виды детской деятельности.

Умственная работоспособность детей дошкольного возраста проявляется в желании работать самостоятельно, умении сохранять

внимание и не отвлекаться в течение занятий, в высокой активности и хорошем усвоении материала, в отсутствии выраженного утомления после занятий.

Реформирование системы образования требует нового подхода к организации образовательного процесса в ДОО посредством организации различных видов деятельности с использованием разнообразных технологий. В связи с этим актуальными стали вопросы поиска этих форм, т.е. в какой форме целесообразно более эффективно вести образовательную работу с детьми дошкольного возраста.

Умственную работоспособность изучали: М. В. Антропова, Л. О. Бадалян, Р. М. Баевский, Г. А. Берулава, О. И. Дорогина, И. П. Подласый, А. М. Столяренко, Н. В. Ткачёва, Д. В. Колесова и др. Многие из них пришли к выводу о том, что систематическая физическая нагрузка повышает уровень эмоциональной, психической и умственной деятельности. Физические упражнения влияют не только на силовые аппараты человека, но и на его умственную деятельность. Умеренные физические упражнения являются мощным фактором для улучшения нейропластичности, памяти, внимания, исполнительных функций человека, а также снижения риска развития болезни Альцгеймера и Паркинсона за счёт более быстрого транспорта крови к головному мозгу, насыщенной кислородом, гормонами, нейро-медиаторами и питательными веществами.

Важно понимать, что влияние физических нагрузок в разных возрастных периодах всегда будет актуальным вопросом. Поэтому стоит уделить внимание физической активности еще в дошкольном возрасте, когда ребенок проходит все сензитивные периоды и развивается. Также хотелось бы отметить, что для полноценного развития ребенка нужно учиться, а задача взрослых – помочь своим воспитанникам быстрее познать мир, поэтому важно поддерживать достаточный уровень двигательной активности и умственных нагрузок. Принято считать, что

движение никак не связано с обучением. Но если сделать движение одной из методических составляющих занятия, как ресурс познавательного развития детей, вероятнее всего дети будут намного быстрее запоминать, радостнее заниматься, намного лучше и комфортнее себя чувствовать на занятии. Добавить движение в занятие – это позволит сделать образовательный процесс не только более эффективным, но и интересным, увлекательным для детей и педагогов.

Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования, изучение опыта работы педагогов-практиков позволили выявить **противоречия:**

– между необходимостью формирования умственной работоспособности у детей посредством подвижных игр и недостаточным теоретико-методическим обеспечением этого процесса;

– большими возможностями развивающих современных подвижных игр и недостаточной практикой их использования для стимуляции умственной работоспособности дошкольников.

На основании вышеизложенных противоречий была сформулирована **проблема исследования:** каковы психолого-педагогические условия для формирования умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных развивающих игр?

В рамках указанной проблемы определена **тема исследования:** «Формирование умственной работоспособности у детей дошкольного возраста посредством подвижных развивающих игр».

Целью исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогических условий формирования умственной работоспособности у детей посредством подвижных развивающих игр.

Объектом исследования является процесс формирования умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия формирования умственной работоспособности у детей посредством подвижных игр.

Гипотеза процесс формирования умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста будет эффективен, если:

- дополнить подвижные игры упражнениями на межполушарное взаимодействие (нейрогимнастика);
- активизировать акупунктурные точки перед началом подвижных игр;
- использовать положительное эмоциональное подкрепление и упражнения на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психолого-педагогическую и научно-методическую литературу по теме исследования;
2. Определить этапы развития умственной работоспособности в онтогенезе;
3. Определить и разработать критерии и показатели эффективности формирования умственной работоспособности у детей посредством подвижных развивающих игр;
4. Разработать дополнительный комплекс упражнений для улучшения результатов в совместном использовании с подвижными играми и проверить его эффективность.

В исследовании для решения задач и проверки гипотезы использовались такие **методы**, как: общетеоретические (анализ психолого-педагогической и научно-методической литературы, нормативных документов, энциклопедических источников, проектирование процесса формирования умственной работоспособности; эмпирические (изучение и анализ опыта, наблюдение, обобщение опыта практической деятельности, применение диагностических методик); методы математической

статистики (критерий согласия χ^2 Пирсона); метод качественной и количественной обработки данных.

Теоретико-методологическую базу исследования составляют:

– научные труды отечественных ученых по проблеме умственной работоспособности и ее развития у детей старшего дошкольного возраста (Н. А. Агаджанян [1], М. В. Антропова [3], Л. О. Бадалян [4], В. А. Бодров [13], Г. А. Берулава [11], Л. В. Буравлёва [17], О. И. Дорогина [23], Ю. В. Евсигнеева [32], А. С. Егоров и В.П. Загрядский [25], А. С. Калмыкова [32], Н. К. Корсакова [33], Т. Л. Кумелева [35], Л. В. Макарова [48], В. Т. Никоноров и Д. В. Никоноров [44], Т. М. Параничева [48], И. П. Подласый [50], Н. А. Садвакасова [53], В. Д. Сонькин [60], А. М. Столяренко [64], Н. В. Ткачёва [32], Е. В. Тюрина [48] и др.);

– вопросы развития умственной работоспособности в онтогенезе (М. В. Антроповой [3], Е. А. Балабанова [5], Л. В. Марищук [40], Т. Ю. Медузова [5], Р. С. Немов [41], А. Н. Сударик [65], С. Н. Федотов [65], Т. М. Параничевой [48], С. А. Рыжовой [48], Н. И. Смирновой [59], И. В. Стародубцева [63], Е. В. Тюриной [48] и др.).

– применения развивающих подвижных игр как средство развития умственной работоспособности (О. В. Бабыниной [52], А. Белова [10], С. Ю. Бондарь [15], Л. С. Выготский [18], А. А. Дозорова [10], Ю. С. Кострюкова [15], Е. Е. Николаева [43], В. Т. Никоноров и Д. В. Никоноров [44], И. П. Подласый [50], А. С. Рябова [52], Г. Г. Храмцова [71], О. В. Шорникова [74], Т. В. Чиркова [10] и др.).

Этапы исследования. Исследование проводилось в три этапа:

I этап (май 2021) – констатирующий: проведен анализ теоретических источников по проблеме исследования, определены главные направления решения проблемы, выбор объекта и предмета; сформулирована цель; выдвинута гипотеза и поставлены задачи исследования, подобраны диагностические методики изучения уровня сформированности умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста.

II этап (июнь 2021 – январь 2021) – разработка плана формирующей работы, помогающей выявить и определить эффективность реализации организационно-педагогических условий формирования и активизации умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста посредством развивающих предметных игр.

III этап (февраль 2021) – контрольный: анализ полученных в ходе теоретического и экспериментального исследования результатов, их обобщение и систематизация.

База исследования: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 147 г. Челябинска».

Научная новизна заключается в получении данных об умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста и разработке психолого-педагогических условий формирования умственной работоспособности детей посредством подвижных игр.

Теоретическая значимость исследования: теоретическое обоснование целесообразности применения подвижных игр формирования умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста.

Практическая значимость исследования состоит в возможности использования материалов исследования в педагогической практике дошкольных образовательных организаций.

Обоснованность результатов исследования обусловлена анализом научно-методической литературы, подбором диагностического инструментария, эффективностью внедрения психолого-педагогических условий в практику дошкольной образовательной организации.

Апробация и внедрение результатов проводилась посредством реализации экспериментальной деятельности в дошкольной образовательной организации.

Положения на защиту:

1. Обоснована необходимость применения подвижных игр для формирования умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста.

2. Доказана эффективность формирования умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста при соблюдении психолого-педагогических условий: дополнить подвижные игры упражнениями на межполушарное взаимодействие (нейрогимнастика); активизировать акупунктурные точки перед началом подвижных игр; активно использовать положительное эмоциональное подкрепление и упражнения на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы и приложений.

В первой главе рассматривается теоретическое обоснование проблемы умственной работоспособности и ее развития у детей старшего дошкольного возраста.

Во второй главе представлены экспериментальные данные, подтверждающие эффективность внедрения развивающих подвижных игр при формировании умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста.

В заключении представлены выводы, обобщающие результаты эксперимента.

Приложения содержат описание диагностических методик, полученных продуктов деятельности.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ И ЕЕ СТАНОВЛЕНИЕ

1.1. Анализ психолого-педагогических исследований по проблеме умственной работоспособности у детей дошкольного возраста

В условиях научно-технического процесса нашего времени, непрерывно нарастающего потока информации, значительно увеличивается объем умственной нагрузки не только на взрослого, но и на ребенка. Повышение уровня умственного воспитания детей дошкольного возраста является одним из ведущих направлений дошкольной педагогики и психологии [26, с. 65]. Решение этой проблемы тесно связано не только с усложнением задач, но и увеличением объема умственных нагрузок в различных видах деятельности дошкольников. Особый интерес представляет определение допустимых умственных нагрузок в процессе обучения детей в непосредственно образовательной деятельности в дошкольных образовательных организациях, в условиях нарастающего объема и усложнения заданий. Перегрузка в процессе обучения в дошкольном возрасте не допустима, так как это период интенсивного роста и формирования жизненно важных психофизиологических функций [16, с. 12].

Полноценное физическое развитие человека, с позиции О. И. Дорогиной, предполагает совершенствование всех функций организма, в том числе и его работоспособности – как физической, так и умственной. При этом вопрос оптимального соотношения состояния здоровья, двигательной подготовленности, уровня физической и умственной работоспособности являются достаточно сложными в возрастном аспекте [23, с. 32].

Первоначально необходимо рассмотреть понятие «работоспособность».

Отметим, что данное понятия является междисциплинарным и общеупотребимым не только в педагогике и психологии, но и в биологии, медицине, физиологии, теории физической культуры и спорта.

Далее рассмотрим, что же понимают под понятием «работоспособность» отечественные ученые и исследователи (таблица 1).

Таблица 1 – Трактовка понятия «работоспособность» в научной литературе

Автор	Определение
М. В. Антропова	это способность учащихся достичь максимума энергии и, экономно расходуя ее, достичь поставленной цели при качественном выполнении умственной или физической работы
С. Ю. Головин	это объем умственной (мозговой, психической, нервной) работы, которая связана с обработкой информации, который должен быть выполнен без снижения заданного или установленного на максимальном, оптимальном для данного индивидуума уровне функционирования организма
В. П. Загрядский, А. С. Егоров	это способность к выполнению конкретной деятельности в рамках заданных временных лимитов и параметров эффективности
Е. П. Ильин	это состояние систем организма, их готовность проявлять максимум своих возможностей. Здесь работоспособность трактуется как характеристика резервов организма, обуславливающих работоспособность
Л. А. Карпенко, А. В. Петровский	потенциальная возможность индивида выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени.
С. А. Косилов	это способность человека более или менее длительно и продуктивно выполнять определенную работу
В. П. Мещеряков, Б. Г. Зинченко	характеристика наличных или потенциальных возможностей индивида выполнять целесообразную деятельность на заданном уровне эффективности в течение определенного времени
Г. С. Никифоров	то состояние системы «человек-техника», при котором в данный момент она способна выполнить заданные функции с параметрами, соответствующими требованиям решаемой задачи
М. Г. Ярошевский	основной показатель трудовой деятельности человека

Таким образом, под общей работоспособностью организма понимается способность к какому-либо психофизиологическому действию.

Агаджанян Н. А. считает, что работоспособность можно оценивать по показателям психофизиологической активности и состоянию психики человека [1, с. 14].

Работоспособность не стабильна и зависит от многих условий. Исследование колебаний работоспособности позволили ученым определить основные периоды работоспособности.

Рассмотрим типологию В. А. Бодрова, включающую большее количество периодов и фаз работоспособности [13]:

1. Мобилизация. Эта фаза аналогична периоду вработывания, и здесь для выполнения задачи подключаются многие ресурсы организма. При этом мобилизация может привести к двум типам состояния по степени их целесообразности выполняемой деятельности: адекватное и неадекватное. Последнее может быть различным, как с недостаточной мобилизацией ресурсов для выполнения деятельности, так и чрезмерной. Эти состояния носят названия предстартовой апатии и предстартовой лихорадки.

2. Первичная реакция. Отмечается кратковременное снижение различных психофизиологических функций. Возникает не всегда, вероятность возникновения выше, если у специалиста недостаточно квалификации, поступает разрозненная информация и высокий уровень тревоги [40, с. 56].

3. Гиперкомпенсация. Данная стадия характерна также для начала работы и заключается в поиске такого режима работы, при котором бы соблюдался баланс между затрачиваемыми ресурсами и результатами деятельности. То есть организм должен затрачивать столько ресурсов, сколько необходимо для выполнения задач без ущерба для своего состояния. Данная фаза всегда представлена в цикле работоспособности, но ее продолжительность зависит от квалификации человека. Эта фаза является завершающим этапом в фазе вработывания (по предыдущей классификации) [13].

4. Компенсация. Соответствует периоду оптимального уровня работоспособности. Продуктивность деятельности выходит на стабильные показатели благодаря балансу между затратами и экономией ресурсов. При этом продуктивность также достаточна для выполнения поставленных задач. Длительность этой фазы прямо пропорциональна квалификационной подготовке работника. Также ее продолжительность зависит от степени соответствия типа нервной системы человека и характера выполняемых задач.

5. Субкомпенсация. Возникает, если меняется сложность и интенсивность выполняемой работы – как в сторону увеличения, так и в сторону снижения интенсивности. Тогда включаются резервные возможности организма, зачастую это происходит за счет направления энергии на наиболее важные функции и снижение энергетических затрат на менее важные функции. При продолжительном нахождении в таком режиме у человека нарастает утомление. Со временем функционируют только наиболее важные для выполнения конкретной деятельности функции, а второстепенные практически не поддерживаются на должном уровне [40, с. 57].

6. Конечный порыв. Возникает при завершении работы либо в четвертой, либо в пятой фазе. Данная фаза характеризуется повышением работоспособности, что происходит за счет очередной мобилизации ресурсов, притуплению чувства утомления благодаря мотивационно-эмоциональной сфере. Продолжительность этой фазы тем длиннее, чем существеннее для человека материальные и общественные стимулы. При продолжении работы в данной фазе наступает истощение оставшихся ресурсов [53, с. 34].

7. Декомпенсация. Данный этап характеризуется недостаточностью ресурсов для осуществления деятельности на необходимом уровне. Происходит снижение всех функций. Данное состояние возможно, во-первых, при высокой степени эмоционального возбуждения и снижении

психологической устойчивости, во-вторых, при затянувшейся фазе конечного порыва. Здесь ухудшаются как физиологические функции, так и наступают изменения в точности работы. Это связано с ухудшением когнитивных функций человека из-за чрезмерного утомления.

8. Срыв. Данная фаза наступает после продолжительной фазы декомпенсации. Характеризуется сбоями в регуляции резервов работоспособности и неадекватными реакциями на внешние раздражители. Происходит резкий спад работоспособности, в серьезных случаях может наступить потеря сознания и нарушения механизмов адаптации. После данной фазы требуется продолжительный восстановительный период [13].

Таким образом, несмотря на интуитивно понятный смысл, однозначного определения этого термина не существует. В данной работе мы будем придерживаться понимания работоспособности как интегрального показателя функционального состояния организма и его изменений на протяжении дня, недели и учебного года

Работоспособность разделяется на: физиологическую и умственную. В контексте нашего исследования будет рассмотрена непосредственно умственная работоспособность [1, с. 16].

В педагогической психологии умственная работоспособность рассматривалась как способность учащегося к эффективному выполнению учебных задач в течение заданного времени [65, с. 38].

По аналогии с анализируемым выше общим понятием «работоспособность» перейдем к анализу и описанию частного понятия «умственная работоспособность». Приведем часть определений, понятия «умственная работоспособность» в научной литературе (таблица 2).

Таблица 2 – Трактовка понятия «умственная работоспособность» в научной литературе

Автор	Определение
М. В. Антропова	это самый сложный непрерывный процесс усилия центральной нервной системы и переработка полученной информации через ощущение, восприятие внешнего мира, овладение различными способами обобщения, сравнения и рассуждения
Большой энциклопедический словарь (гл. ред. А. М. Прохоров)	это способность воспринимать и перерабатывать информацию, потенциальная способность человека выполнить в течение заданного времени с максимальной эффективностью определенное количество работы, требующей значительной активации нервно-психической сферы субъекта
Р. М. Баевский	это определенное количество умственной работы, которое выполняется без снижения оптимального уровня функционирования организма, установившегося для данного индивида
Г. Спенсер	это количество умственной (мозговой, психической, нервной) работы, которая связана с обработкой информации, которое должно быть выполнено без снижения заданного или установленного на максимальном, оптимальном для данного индивидуума уровне функционирования организма
Н. М. Попова	способности человека воспринимать и перерабатывать информацию, принимать решения и действовать. Параметрами умственной работоспособности являются память, внимание, скорость передачи информации
С. Л. Рубинштейн	сложный показатель, от которого зависит успешность человека в учебной деятельности и умственном труде
Н. С. Лейтес	умственные способности, характеризующие возможности теоретического познания и практической деятельности ребенка

Сторонники физиологического подхода под работоспособностью понимают потенциальную возможность человека на протяжении заданного времени и с определенной эффективностью выполнять максимальное количество задач. Умственная работоспособность зависит от биологических сезонных ритмов и определяется физиологическими особенностями ребенка.

Сторонники второго (психолого-педагогического) подхода под умственной работоспособностью понимают характеристику наличных или потенциальных возможностей ребенка осуществлять умственную

деятельность на заданном уровне в течение определённого времени. Умственная работоспособность интегрирует основные состояния психики ребёнка: восприятие, внимание, память, мышление. Высокий уровень умственной работоспособности является одним из показателей психологического здоровья ребёнка. Приверженцы данного подхода нередко занимаются изучением какого-либо одного фактора, характеризующего умственную работоспособность.

Если рассматривать умственную работоспособность как один из феноменов психики человека, в частности в аспекте педагогики, можно отметить тот факт, что, как правило, умственная работоспособность рассматривается как проявление специфической умственной активности личности, способности к умственному труду [59, с. 44]. Данного подхода придерживались следующие ученые и исследователи (О. И. Дорогина [23], Т. Л. Кумелева [35], Л. В. Макарова [48], Т. М. Параничева [48], И. П. Подласый [50], Е. В. Тюрина [48] и др.). Иными словами, данные авторы придерживаются позиции о том, что умственная работоспособность является одним из первостепенных качеств человеческой психики, особенно – ее функционального состояния и функциональных возможностей. Кроме того, данные авторы считают, что состояние и уровень умственной работоспособности оказывает непосредственное влияние на уровень адаптивности личности к условиям действительности, следовательно – формирует личностные качества человека [35, с. 95].

Так, Г. А. Берулава отмечает, что при оценке умственного развития ребёнка следует учитывать как уровень его актуального, так и уровень его возможного развития [11, с. 11].

Антропова М. В. рассматривает внимание как наиболее значимый показатель умственной работоспособности младших школьников [3, с. 17].

Корсакова Н. К., утверждает о необходимости исследовать умственную работоспособность, опираясь на рассмотрение особенностей

их слуховой, зрительной и речевой памяти и наглядно-образного мышления [33, с. 24].

Как правило, умственная работоспособность характеризуется незначительной мышечной активностью и высоким уровнем нервно-эмоционального напряжения, что, конечно же, отрицательно сказывается на физическом развитии и здоровье организма в целом [32, с. 10].

Бекмансуров Х. А., Бильданова В. Р. справедливо отмечает, что непосредственно с умственной работоспособностью связан умственный труд. Это такая работа, которая ведется в определенном направлении, по определенному плану для решения задач, с целью получения результата, имеющего общественное значение. Умственный труд протекает в условиях малой двигательной интенсивности, что способствует развитию процессов торможения в коре больших полушарий, возникают условия для повышенной утомляемости и, как следствие, снижается умственная работоспособность и ухудшается общее самочувствие человека [8, с. 36].

Таким образом, под умственной работоспособностью подразумевается способность воспринимать информацию и перерабатывать её. Умственная работоспособность рассматривается как потенциальная возможность человека на протяжении заданного времени и с определённой эффективностью выполнять максимальное количество задач. Это понятие также может определяться, как способность мышления работать в заданном режиме [27, с. 97].

В научной литературе принято выделять внешние и внутренние факторы, оказывающие непосредственное влияние на умственную работоспособность человека.

Как правило, к внутренним факторам А.С. Егоров и В.П. Загрядский относят: психофизиологические особенности конкретной личности, уровень развития когнитивной системы и процессов, в частности – внимания (и его основных характеристик), память, скорость переработки информации и пр.; особенности физиологического состояния основных

функциональных систем организма (нервная, дыхательная, эндокринная, сердечнососудистая системы); возраст человека, а также предыдущий опыт обучения [25].

Внешние факторы, как считает А. А. Гройсман, обусловлены состоянием внешней среды: социально-бытовые параметры, психологически комфортный климат; оптимальные условия пребывания (развивающая предметно-пространственная среда); режим дня; особенности организации образовательно-воспитательного процесса; стиль семейного воспитания, семейная обстановка и пр. [20, с. 9].

Безусловно, внутренние факторы, которые обуславливают функциональные особенности организма дошкольника оказывают первостепенное влияние на уровень умственной работоспособности старшего дошкольника. Многочисленными учеными (Л. О. Бадалян [4], В. Д. Сонькин [60], А. М. Столяренко [64] и др.) отмечено, что для детей, как нормотипичных, так и для детей с ограниченными возможностями здоровья свойственная низкая умственная работоспособность, которая может быть обусловлена как первичным, так и вторичными дефектами развития. Следовательно, говоря об умственной работоспособности детей дошкольного возраста необходимо рассматривать и медицинскую составляющую, в частности анамнез ребенка, для выявления первопричины нарушений умственной работоспособности [60, с. 43].

Безусловно, велико и влияние ближайшего к ребенку окружения. В дошкольном возрасте ближайшим окружением для ребенка является его семья. Неблагополучие в семье, деструктивные формы детско-родительских отношений также способны оказывать негативное влияние на состояние умственной работоспособности ребенка [4].

Также отметим и взаимосвязь мотивации и познавательного интереса ребенка старшего дошкольного возраста на его умственную работоспособность, так, если ребенку занятие не интересно, то и прилагать усилия к умственной деятельности он не будет.

Все выше рассмотренные факторы, как правило, воздействуют комплексно, следовательно, могут взаимно обуславливать друг друга. Именно поэтому, говоря об изучении умственной работоспособности ребенка старшего дошкольного возраста необходимо рассматривать его с психофизиологической основы совместно с педагогическими методами. Иными словами, умственная работоспособность, как феномен психики ребенка дошкольного возраста – это комплексная система, основанная на достижениях в области физиологии, психологии и педагогики [14].

Установка также влияет на эффективность работоспособности.

Павлова В. И., Камскова Ю. Г. полагают, что головной мозг будет более длительное время сохранять работоспособность, а нервная система будет находиться в тонусе долгое время, если будет происходить чередование нескольких видов деятельности. Например, при любом умственном труде наиболее эффективной будет смена на активный отдых (любой умеренный физический труд, зарядка или физические упражнения). Для хорошей умственной работы необходимо тренировать как мозг, так и все тело, а в особенности мышцы, которые помогают нервной системе справляться с умственными нагрузками. Правильно организованная двигательная активность и физические нагрузки (во время, до и после умственной деятельности) благотворно влияют на повышение умственной работоспособности и, следовательно, занятия физической культурой положительно сказываются не только на физической форме, но и на умственной [47, с. 168].

Как было сказано выше, умственная работоспособность во время умственного труда не остается на постоянном уровне, она подвержена колебаниям. В связи с этим С.А. Косилов, Л.А. Леонова различают четыре типа изменения умственной работоспособности (рисунок 1).

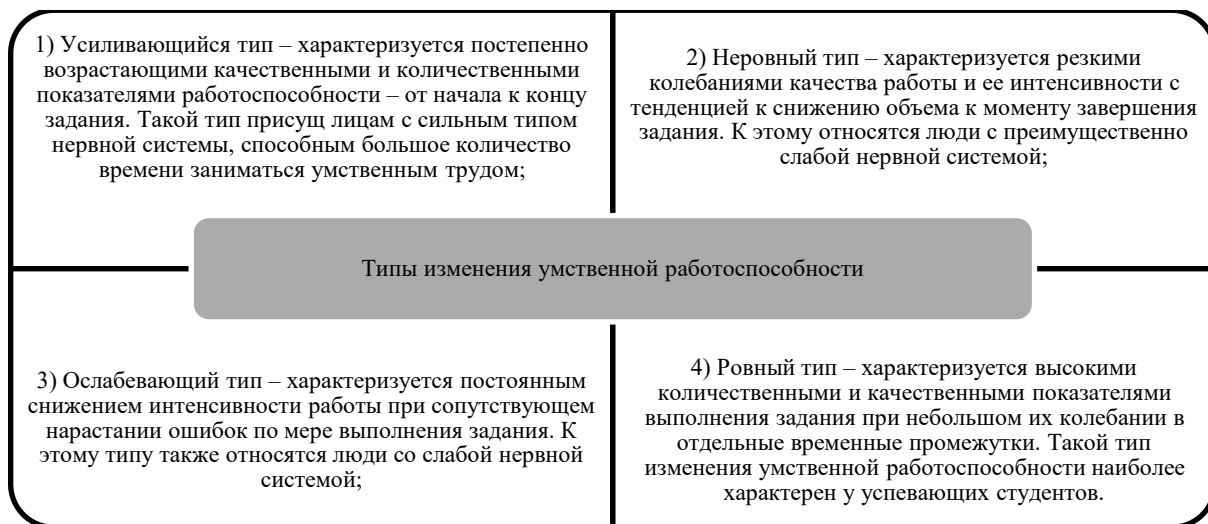


Рисунок 1 – Типы изменения умственной работоспособности [33]

В данной работе были введены ограничения по возрасту испытуемых. Было решено исследовать умственную работоспособность у детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет.

Далее перейдем непосредственно к рассмотрению особенностей умственной работоспособности с период старшего дошкольного возраста.

Как уже было выше отмечено, как правило, дошкольный возраст не рассматривается в аспекте непосредственно умственной работоспособности, данный показатель развития психики рассматривается в большинстве исследователей в более старшем школьном возрасте [52, с. 34]. При этом умственная работоспособность и ее формирование и развитие является немаловажным показателем общей готовности к обучению в школе, что выражается в сохранении устойчивой работоспособности и усидчивости во время образовательной деятельности в ДОО, во время выполнения трудовых поручений, физкультурных занятий, различного рода развлечений и пр. [45].

Далее, основываясь на трудах (Л. В. Буравлёва [17], Ю. В. Евсигнеева [32], А. С. Калмыкова [32], Т. Л. Кумелева [35], Н. А. Садвакасова [53], Н. В. Ткачёва [32], В. Т. Никоноров и Д. В.

Никоноров [44] и др.) перейдем к характеристике особенностей работоспособности у детей старшего дошкольного возраста.

Безусловно, в силу возраста умственная работоспособность детей дошкольного возраста имеет свои качественные и количественные характеристики, существенно отличающиеся от детей младшего школьного возраста и тем более взрослых. Данный факт обусловлен функционированием физиологических базовых основ организма: центральной нервной системы, процессами торможения и возбуждения, эндокринными особенностями и т.д. [32].

Чем младше ребенок, тем менее у него сформирована умственная работоспособность. При этом, с точки зрения многих педиатров и физиологов, у детей дошкольного возраста (особенно до возраста трех лет) достаточно тяжело проследить признаки утомления. В ситуации утомления дошкольники, как правило, просто прерывают свою деятельность, наблюдаются признаки незаинтересованности, рассеянности и потери интереса. При этом физиологических показателей проявления переутомления может и не наблюдаться вовсе. В силу психолого-педагогической, в частности волевых процессов, в старшем дошкольном возрасте наблюдается тенденция, что ребенок стремится завершить начатое до конца, даже при наступлении первых признаков переутомления, при этом может наблюдаться снижение темпа работы, ответы на вопросы могут носить более простой (односложный) характер, могут отвлекаться, терять материал [53, с. 33].

Отметим, что дошкольники, обладающие низким уровнем умственной работоспособности, испытывают существенный дискомфорт в образовательном процессе, что является немаловажным именно в период старшего дошкольного возраста, когда формируется готовность к последующему школьному обучению.

Дошкольники с низким уровнем работоспособности недостаточно активны на занятиях, требующих напряженной умственной работы. Они

редко поднимают руку и редко отвечают на вопросы, быстро и часто отвлекаются. Кроме того отметим, что, как правило, в течение учебного года умственная работоспособность, без специальной и целенаправленной психолого-педагогической, а зачастую и медикаментозной поддержки, не имеет тенденцию и положительную динамику (либо крайне незначительную), т.е. не способна развиваться самостоятельно, без вмешательства из внешней среды [35, с. 95].

У большинства старших дошкольников с низким уровнем работоспособности также можно отметить наличие такого синдрома, имеющего в педагогике название «интеллектуальная пассивность». Другими словами, дошкольник не способен проявлять самостоятельности к решению каких-либо интеллектуальных задач, основанных на когнитивных процессах [53, с. 34].

Безусловно, все выше сказанное снижает качество образовательного процесса ребенка при проведении непосредственно образовательной деятельности, а также всего педагогического процесса в целом. Дошкольники с низким уровнем умственной работоспособности с большим трудом способны усвоить необходимый программный материал, в силу повышенной утомляемости. Детям трудно справиться с необходимыми заданиями, например: составить рассказ, пересказать текст, решить задачу, ответить на вопросы, добиться нужного результата, спланировать свою деятельность, оценить работу свою и товарищей и др. Вследствие этого возникают пробелы в знаниях, навыках и умениях детей [32].

Лубовским В. И. доказано, что недостаточная работоспособность и повышенная утомляемость вместе с низким уровнем познавательной активности ребенка вызывают трудности при любом новом виде работы, либо необходимостью изменения образа действия. В состоянии утомления работоспособность и внимание резко снижаются, возникают импульсивные необдуманные действия [61, с. 32].

Безусловно, низкий уровень умственной работоспособности оказывает негативное влияние и на личностное развитие ребенка старшего дошкольного возраста, так у дошкольников могут наблюдаться: низкая самооценка, неуверенность в своих силах, апатия или раздражительность.

Главная особенность умственной работоспособности в старшем дошкольном возрасте заключается в слабости произвольного внимания, низкой его устойчивости, концентрации, объема и ограничениях возможностей волевого регулирования. Умственная работоспособность детей данного возраста требует так называемых близких мотиваций. Если умственная работоспособность, в волевом аспекте, у учащихся поддерживается при существовании далекой мотивации, то дети дошкольного возраста часто себя заставляют работать сосредоточенно только в присутствии близких мотиваций, что в свою очередь связано с тем, что намного лучше в рассматриваемом возрасте развито непроизвольное внимание, которое опирается на ориентировочный рефлекс [32].

Таким образом, под общей работоспособностью организма понимается способность к какому-либо психофизиологическому действию. Основой работоспособности являются уровень специальных знаний, умений, навыков, а также психофизиологических качеств (память, внимание, восприятие и др.), физиологические функции (особенности сердечно-сосудистой, эндокринной, мышечной систем), психологические особенности (сообразительность, добросовестность и т.д.).

Умственная работоспособность – способность к выполнению определенного количества работы в течение заданного времени с максимальной эффективностью.

Умственная работоспособность отличается колебаниями продуктивности работы. И на основе выявленных колебаний В.А. Бодровым были выделены периоды работоспособности, последовательно

сменяющие друг друга и представляющие динамику умственной работоспособности.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по данной проблеме, мы пришли к выводу, что умственная работоспособность, по мнению сторонников психолого-педагогического подхода, интегрирует основные состояния психики ребенка: восприятие, память, внимание, мышление. Мы будем придерживаться определения, данного Р.М. Баевским. Он говорил, что **умственная работоспособность** – это тот объем работы, который выполняется без снижения оптимального для индивидуума уровня функционирования организма [4].

Работоспособность зависит от многих факторов, как внешних, так и внутренних. Многие факторы действуют совместно, например, негативные внешние условия ухудшают психологическое состояние, то есть приводят к изменению внутренних факторов.

1.2 Развитие умственной работоспособности в онтогенезе

Показатель работоспособности зависит непосредственно от уровня развития головного мозга и прежде всего, коры больших полушарий. Развитие головного мозга в онтогенезе происходит неравномерно.

В пренатальном периоде сначала происходит формирование отделов (продолговатый мозг, ядра среднего и промежуточного мозга), которые отвечают за функционирование жизненно важных органов. К моменту рождения эти структуры позволяют осуществлять такие функции, как дыхание, глотание, жевание и простейшие реакции на внешние раздражители. Таким образом, осуществляется принцип минимального и достаточного обеспечения функций. В постнатальном периоде продолжается интенсивное развитие мозга, в особенности коры больших полушарий [2].

К рождению относительно зрелыми являются структуры ствола мозга, бледное ядро, зрительный бугор. Наиболее интенсивное развитие

головного мозга происходит в период с 6 месяцев до 5 лет (в этот период вес мозга увеличивается на 40%). Примерно к возрасту двух лет пирамидные клетки коры формируются окончательно. Исследователями установлено, что в первые 2-3 года жизни ребенка закладывается основа морфологического и функционального становления мозга ребенка. Уже в первый год жизни формируется психическая деятельность. Ребенок готовится к речевой деятельности. Ученые называют данный этап развития «первичным обучением», когда формируются нейронные ансамбли, становящиеся фундаментом для дальнейшего обучения ребенка [3].

Возраст 7 лет считается переломным, затем головной мозг по структуре соответствует взрослому. У детей к семи годам в большинстве областей коры клетки по строению приближаются к клеткам коры взрослого человека. Окончательно анатомическая разница между мозгом ребенка и взрослого человека практически исчезает в 12 лет (Aicardi J, 1998) [46].

Функциональное состояние диэнцефальных структур определяет развитие различных отделов ЦНС, прежде всего конечного мозга. (Карамян А.И., 1970, 1976; Соллертинская Т.Н., 1970) Большинство ядер гипоталамуса закладывается в антенатальный период. В течение 1 года жизни абсолютный объём гипоталамуса увеличивается в несколько раз [3].

Изменения структуры гипоталамуса продолжаются в основном в течение первых 4 лет. Диэнцефальные структуры завершают своё структурно-морфологическое развитие в возрасте 5-7 лет. С 4-5 лет регуляция гомеостатических процессов становится устойчивее.

Говоря об онтогенезе умственной работоспособности, следует рассмотреть более детально и онтогенез памяти и внимания, как основных составляющих умственной работоспособности в период дошкольного детства [2, с.139].

Советские психологи А. А. Смирнов, П. И. Зинченко, А. Р. Лурия считали, что память состоит из ряда блоков где, поступающая информация

обрабатывается и попадает в долговременное хранилище. На основе временной последовательности Н.В. Дубровинская, Д.А. Фарбер, М.М. Безруких выделяют следующие виды памяти: сенсорную, кратковременную, долговременную и оперативную. Сенсорная (перцептивная) – это не что иное, как след от возбуждения в сенсорной системе от непосредственно действующего стимула [38]. Он служит первичному анализу, а также первичной обработке информации, полученной от органов чувств. Длительность сохранения информации в данном блоке – десятые доли секунды. Далее информация поступает в кратковременную память, которая обеспечивает обработку информации процессами восприятия, а также запоминание её на короткое время. После этого информация может забыться или перейти в долговременную память [41].

В процессе онтогенеза все виды памяти формируются у ребёнка в определённой последовательности. Поэтому эти виды памяти часто описываются, как этапы развития. Моторная (двигательная) память – это сложный психофизиологический процесс, высшая психическая функция, в основе которого лежит деятельность центральной нервной системы [46].

Ребёнок с самого раннего возраста обладает памятью и развивается она «каким-то скрытым образом». Л. С. Выготский отмечал, что исходя из целого ряда наблюдений память бывает чрезвычайно развита в раннем возрасте, но по мере взросления она становится всё слабее и слабее. Вместе с тем маленький ребёнок, который легко запоминает огромные объёмы информации не в состоянии усваивать систематизированные знания [18, с. 153]. В исследованиях А. Н. Леонтьева и Л. В. Занкова дан экспериментальный материал, подтверждающий существование двух линий развития детской памяти. Первая – непосредственное запоминание, вторая – запоминание с помощью вспомогательных средств [12, с. 57].

Первыми по времени возникновения начинают проявляться моторная (двигательная) и эмоциональная память. Появление образной

памяти тесно связано со вторым годом жизни ребёнка. Начиная с 3-4 лет начинает формироваться словесно-логическая. Полное развитие всех видов памяти достигается только к подростковому и юношескому возрасту (Н. В. Дубровинская, Д. А. Фарбер, М. М. Безруких). Важным этапом в формировании психических процессов ребёнка является возраст от 3 до 6-7 лет. В этом возрасте постепенно начинают формироваться механизмы мозгового обеспечения познавательной деятельности [7].

Начиная с 3-4 лет задние ассоциативные зоны коры головного мозга, с которыми связан процесс запечатления зрительной сенсорной информации, начинают дублировать сенсорные операции, характерные для проекционной коры. При нормативном развитии способность узнавания развивается у ребёнка в возрасте до 1 года.

Начиная с 2 до 5 лет начинает развиваться способность воспроизведения информации по памяти. При этом необходимо отметить, что в дошкольном возрасте способность узнавания у детей развита значительно лучше, чем способность воспроизведения. Трудности, возникающие при воспроизведении информации у детей данной возрастной группы обусловлены неумением пользоваться приёмами поиска и кодирования информации.

Егоров А. С. и Загрядский В. П. пишут, что у детей 3-4 – летнего возраста преобладает образная память, которая носит произвольный характер. Поскольку в этом возрасте преобладает предметно-действенный мышление, то качество произвольного запоминания напрямую зависит от активности ребёнка по отношению к объекту запоминания, возможности его детального восприятия, обдумывания и группировки в процессе действия. Например, если ребёнку предложить разложить картинки в определённой структурной последовательности, то он запомнит их гораздо лучше, чем давая возможность просто рассмотреть картинки [25, с. 54].

В среднем дошкольном возрасте, как считают Е. А. Балабанова, Т. Ю. Медузова, начинает развиваться произвольность запоминания, тем не

менее, даже в старшем дошкольном возрасте запоминание носит по большей части механический характер, а преобладающим видом памяти остаётся память образная. В этом возрасте повышается способность детей запоминать и перечислять предметы по памяти. Они уже могут сознательно давать себе установку на запоминание определённой информации, группировать материал по категориям, а в более позднем возрасте создавать зрительные образы и небольшие рассказы, способствующие лучшему запоминанию [5, с. 27].

Немов Р. С. считает, что большинство шестилетних детей уже могут припоминать слова без опоры на изображение. Несмотря на это ведущей и наиболее продуктивной остаётся произвольная память, хотя при необходимости дети старшего дошкольного возраста могут использовать произвольное запоминание и воспроизведение, при котором ребёнок осваивает начальные формы управления своей памятью [41].

Далее рассмотрим онтогенез внимания, как составляющей умственной работоспособности.

На сегодняшний день в психологии такой психический процесс, как внимание понимается исследователями, как один из наиболее значимых познавательных способностей индивида. Необходимо отметить, что, несмотря на достаточную разработанность и актуальность исследования феномена внимания, до сих пор нет единого мнения относительно сущности данного процесса [65, с. 19]. По мнению современных отечественных исследователей М. В. Буняевой и Е. А. Проненко, которыми был проведен комплексный историографический анализ становления данного термина в психологической науке, одна группа ученых считает, что внимание не является самостоятельным психическим процессом, а выступает в качестве отдельного элемента, аспекта познавательных способностей и деятельности человека; другая группа ученых, в свою очередь, рассматривают внимание, как самостоятельный психический процесс, состояние, которое обладает специфическими

свойствами, характеристиками, способно изменяться и совершенствоваться вне зависимости от остальных процессов (память, восприятие, воображение и т.д.) [14].

По определению, представленному в работе Л. В. Марищук и Б. В. Потапова, термин «внимание» можно трактовать, как психофизиологический процесс, который отражает и характеризует специфику познавательной деятельности человека, выражающуюся в способности длительное время сосредотачиваться на отдельных аспектах внутренней или внешней действительности [40].

Анализ позиции исследователей позволяет нам сделать вывод о том, что внимание является сквозным психическим явлением и его можно определить, как процесс (сенсорное, интеллектуальное, перцептивное внимание), как состояние (концентрация) и как свойство личности (сосредоточенность, внимательность/невнимательность) индивида [14].

Обобщив подходы к пониманию изучаемого феномена, можно сделать вывод, что внимание, с одной стороны, считается познавательным процессом, близко сопряженным с такими психическими процессами, как восприятие, память и мышление. С другой стороны, полагают ученые, внимание – это психическое состояние, которое призвано улучшить эффективность познавательной деятельности. Внимание позволяет выбрать нужную в данный момент информацию для других психических процессов: какие образы восприятия обработать в первую очередь, какая информация должна быть наиболее четко воспринята для сохранения в памяти и в дальнейшем использована в мышлении, воображении, речи. Таким образом, внимание обеспечивает направленность психической активности, чтобы наилучшим образом распределить ресурсы и произвести глубокую и целенаправленную обработку выбранной информации [40].

Сударик А. Н. и Федотов С. Н. полагают, что «внимание, как психическое явление не только возникает в процессе человеческой

деятельности, но, в большей степени, сопутствует ей, так как обусловлено мотивами, потребностями и интересами и, в целом, сознанием человека [65, с. 16].

Одно из самых кратких и емких определений внимания содержится в Большом психологическом словаре под редакцией Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко, и звучит так: «внимание (англ. attention) – процесс и состояние настройки субъекта на восприятие приоритетной информации и выполнение поставленных задач» [12, с. 34]

Целесообразно кратко охарактеризовать этапы развития внимания ребёнка по Л. С. Выготскому:

- на 1-ом этапе (первые недели и месяцы жизни ребёнка) появляется ориентировочный рефлекс как объективный, врождённый признак произвольного внимания ребёнка;

- на 2-ом этапе (1-ый год) появляются задатки ориентировочно-исследовательской деятельности, как средства дальнейшего развития произвольного внимания;

- 3-й этап (начало второго года жизни) характеризуется наличием задатков произвольного внимания, которые обуславливаются речевыми инструкциями взрослого и направлением фиксированного взгляда на называемый взрослым предмет;

- 4-й этап (2-ой – 3-й год жизни) знаменуется достаточно хорошим развитием произвольного внимания;

- на 5-ом этапе (4-ый – 4,5 года) возникает способность направлять внимание посредством сложной инструкции взрослого;

- 6-ой этап (5 – 6 лет) характеризуется появлением элементарной формы произвольного внимания посредством самоинструкции через внешние вспомогательные средства;

– на 7-ом этапе (школьный возраст) отмечается дальнейшее развитие и совершенствование произвольного внимания, включая волевое [18].

В возрасте 4-5 лет у ребенка появляется способность распределять внимание: на короткое время он может удерживать внимание одновременно на двух объектах или действиях. Например, рисовать и параллельно слушать сказку. Примерно тогда же, внимание ребенка становится не только произвольным, но и опосредованным (до 5 лет опосредовано речью взрослого, а после – своей собственной речью, которая к этому возрасту приобретает функцию планирования действий) [46].

В период старшего дошкольного периода у детей отмечается неустойчивость внимания, они неоднократно переключаются с одного вида деятельности на другой. Ребенок может быть сосредоточенным на одной деятельности в течение 15-20 минут. В период дошкольного возраста повышается устойчивость внимания. Ребенок способен сохранять в памяти при исполнении каких-нибудь действий нетрудное условие. У детей выявляется способность к произвольному сосредоточению, что является предпосылкой к обучению в школе. Внимание и память понемногу утрачивают черты непроизвольности, что выражается в действиях – у малыша возникает формирование собственной воли. По мнению российских психологов и педагогов, мышление ребенка дошкольного возраста имеет свое особое последовательное развитие [59].

Кабыльницкая С. Л., Лисина М. И. и Лурия А. Р. вслед за Выготским Л. С., утверждали, что в том, что именно в результате совместной деятельности со взрослым происходит становление речи и психики ребенка, развивается его внимание и способность к самоконтролю. Вначале, взрослый с помощью словесных инструкций осуществляет внешний контроль за деятельностью детей, затем под его строгим

контролем закладываются первые предпосылки к последовательному овладению ребенком навыками психологического самоконтроля [38].

Отметим, что научных исследований по вопросам онтогенеза умственной работоспособности у детей дошкольного возраста не обнаружено.

Рассмотрим данные, представленные М. В. Антроповой [3], Т.М. Параничевой [48], С. А. Рыжовой [48], Н. И. Смирновой [59], И. В. Стародубцева [63], Е.В. Тюриной [48] и др.

С 4-летнего возраста в развитии детей начинается период первого детства. В силу особенностей развития высшей нервной деятельности, сигнальных систем и возрастной биоэлектрической активности мозга выражено развитие речи, движений, анализаторов [3, с. 18].

Изучение умственной работоспособности возможно только тогда, когда ребенок в своем развитии достиг III и IV степени интеграции слова, сигнальное значение которого удалено от конкретных образов и предметов, а это присуще детям 3,5-5 лет – второй младшей и средней группе детского сада [48].

Путем использования фигурных таблиц у девочек и мальчиков 5-6 лет (старшая группа детского сада) были выявлены некоторые особенности умственной работоспособности. Авторы утверждают, что у мальчиков умственной работоспособности оказалась ниже, чем у их сверстниц, как до занятий, так и после их окончания. Это свидетельствовало о более высокой подвижности основных нервных процессов и меньшей устойчивости внимания у мальчиков.

Сопоставления различных показателей умственной работоспособности у дошкольников старшей (5 лет) и подготовительной групп показали ее более высокий уровень и устойчивость у 6-7-летних детей. У детей 5 лет ниже не только уровень умственной работоспособности, но и ее устойчивость: уже через 15-20 минут развивающих занятий в результате умственной и статической нагрузок

даже в старшей группе воспитанников число отвлечений возрастало до 89%, а двигательное беспокойство – до 872 движений [5, с. 27].

Уровень умственной работоспособности повышается с возрастом у детей первого детства. Так, коэффициент продуктивности от 2,74 усл. ед. в 4 года увеличивается у детей 5 и 6 лет соответственно до 4,36-5,83 усл. ед., то есть на 59-113%. У здоровых детей 6-7 лет, готовых к обучению в школе по своим морфофункциональным и психофизиологическим показателям, уровень умственной работоспособности довольно высок. За 2 минуты они просматривают в среднем 72 фигуры и, выполняя сложное задание по специальным таблицам, допускают в среднем две ошибки [48].

В ряде исследований у дошкольников 4-7 лет было установлено, что уровень и динамика их умственной работоспособности в течение развивающих занятий зависит от качества ведения педагогического процесса воспитателями и учителями. При проведении занятий по математике, окружающему миру и развитию речи со специальной направленностью и повышением двигательной активности коллектива, а также соблюдения требований гигиены, умственной работоспособности детей, их активность были выше в группах сверстников в условиях традиционного проведения занятий [62, с. 55]. Один из показателей умственной работоспособности – коэффициент продуктивности (производительности работы) в группах с хорошо поставленной педагогической работой возрастал у детей до 50-70%, тогда как в группах, где занятия проводились на низком уровне, – только на 15-25%.

Интенсивность изменений функциональных показателей от начала ко второму-третьему занятию у детей – воспитанников детского сада четко связана с исходным (до занятия) уровнем умственной работоспособности. Наиболее часто (в 58% случаев) ЧСС возрастала к концу занятий у детей с высокой, устойчивой умственной работоспособности. У этих же детей, по сравнению со сверстниками, которым была присуща средняя и низкая умственная работоспособность, регистрировалась меньшая частота

отрицательных сдвигов условно-рефлекторных реакций – увеличение латентного периода в 46% случаев. Благоприятные изменения артериального давления и условно-рефлекторных реакций у детей с высокой и устойчивой умственной работоспособности объясняются их заинтересованностью, положительным эмоциональным настроением, желанием наилучшим образом выполнить задание [48].

Функциональное состояние ЦНС детей довольно высокое, причем у девочек 5-6,5 лет оно выше, чем у сверстников-мальчиков. Примечательно, что к 5 годам в 46,2% случаев оказывается утренний биоритмальный тип, а в 53,8% – дневной тип. В 6 лет у дошкольников были обнаружены: утренний тип в 37% случаев, дневной – в 42% и вечерний – в 31% случаев. На фоне указанных особенностей в понедельник наблюдались более низкий уровень умственной работоспособности и увеличение латентного периода зрительно-моторных реакций. Режим детского сада благоприятно воздействует на функциональное состояние ЦНС и умственной работоспособности в течение и особенно в конце недели [48].

Динамика умственной работоспособности, как считает А.С. Сидоров и А.А. Рудая, отражает изменения, происходящие в организме, под воздействием умственной деятельности и связанных с ней статического и динамического компонентов. Из всех этих нагрузок наиболее утомительной для детей является статическое напряжение, обусловленное необходимостью длительное время сохранять рабочую позу.

Так, изучение влияния у детей 6-7 лет каждого из указанных компонентов деятельности показало, что статическая нагрузка (вынужденное 30-минутное сидение) вызывает наибольшее увеличение латентного периода зрительно-моторной реакции, уменьшение силы двигательной реакции [55, с. 85].

Таким образом, проанализировав онтогенез головного мозга, памяти и внимания можно утверждать, что в период старшего дошкольного

возраста умственная работоспособность только начинает формироваться и зависит от внешних и внутренних факторов.

У здоровых детей 6-7 лет, готовых к обучению в школе по своим морфофункциональным и психофизиологическим показателям, уровень умственной работоспособности довольно высок, но при этом наблюдается низкая ее устойчивость, отвлекаемость.

Динамика умственной работоспособности представляет собой особенности изменений работоспособности во времени, свойственные человеку и его виду деятельности. Общей закономерностью динамики является низкий исходный её уровень с постепенным возрастанием работоспособности в процессе вработывания на первом периоде, дальнейшая её стабилизация и последующее развитие утомления в последние периоды работоспособности.

1.3.Развивающие подвижные игры как средство развития умственной работоспособности

Игровая деятельность, игра имеет глубокие исторические корни, и не представляется возможным установить дату возникновения игры в качестве занятия человека в свободное время. Но известно, что в мире живой природы среди животного мира обучение молодого поколения идет через игру, основанную на врожденном инстинкте. По своей сути игра является имитацией, моделированием различных жизненных ситуаций. Со временем игра стала использоваться для проведения свободного времени людей. Изучению игры и игровой деятельности посвящено немало работ, как психологов, так и педагогов [18, с. 37].

Подласый И. П. и Хайдаров Ж. С. в своих работах, дали наиболее точное и полное определение сущности игры: «Человеческая игра есть изначально мотивированная, первоначально установленная, генетически и специально запрограммированная, осмысленная и ответственная

деятельность, которая включает в себя и предметную (видимую), и теоретическую (мыслительную), и душевную деятельность» [50, с. 408].

Игра, как метод воспитания различных качеств у детей, существует у всех народов мира. Это не случайность, так как ведущей деятельностью детей в дошкольный период является игровая деятельность, а при переходе в школу она отодвигается на второй план, но не уходит из жизни ребенка. Игра является природной потребностью ребенка любого возраста, одним из видов самостоятельной деятельности. Кроме того, что занимает время, она веселит, создает настроение, поднимает жизненный тонус, что особенно необходимо для нормального физического и психического развития [51, с.97].

Ушинский К. Д., русский педагог, выявил значение детских игр для развития психических функций ребенка, для становления личности ребенка, определил место игры в жизни детей, способы влияния взрослых на игры детей [68, с. 169].

Игра есть мыслительная деятельность. Любой мыслительный процесс направляется на решение определенной задачи. В детской игре с такой задачей справляется тема, которая составляет сюжет игры. Неплохая игра должна иметь интенсивный, проблемный характер.

Шорникова О. В. считает, что игра оказывает разностороннее воздействие на психическое развитие ребенка. В процессе игры дети получают новые навыки, знания и умения. Именно в игре постигаются основные правила человеческого общения. Вне игры не получится достигнуть настоящего нравственного и волевого развития ребенка, вне игры нет полноценного развития личности [74, с. 121].

В процессе игры, как считает Г.Г. Храмцова, наряду с физическими качествами, развиваются наблюдательность, воображение, память, мышление, речь, сенсорные ориентации детей в размерах, формах, цветах, максимально задействуется интеллектуальный потенциал в познании мира и себя. Логическое мышление ребенка формируется на основе образных

представлений, а игра дает не только возможность мысленно выстроить логическую цепочку своих действий в игре, но и проверить правильность построенной логической цепочки [71, с. 433].

Макаренко А. С. большое значение придавал играм, в частности, подвижным. Ученый считал, что нужно удовлетворить желание ребенка играть, и не просто поиграть, а необходимо заполнить игрой всю его жизнь [39, с. 87].

Результаты научных исследований и публикаций (А. С. Макаренко, В. А. Сухомлинский и др.) воспитательные игры показывают, что в детском возрасте – это работа, в которой дети растут, приобретая необходимые умения и навыки. Через игру можно воспитать у ребенка те свойства характера и поведения, которые нужны взрослому человеку. Именно в игре проявляются способности и наклонности ребенка.

Рассмотрим, многообразии трактовок понятие «подвижная игра» в психолого-педагогической литературе (таблица 3).

Таблица 3 – Трактовка понятия «подвижная игра» в психолого-педагогической литературе

Автор	Определение
Н. В. Андрианова	это один из самостоятельных видов деятельности дошкольников, посредством которых ребенок способен удовлетворить свои потребности в развлечении, отдыхе, познании и эмоциональных впечатлениях
Е. А. Аркин	это мощное и незаменимое средство воспитания ребёнка, основной рычаг дошкольного воспитания
О. А. Горбачева	это незаменимое средство физического воспитания пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развитии мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств
В.С. Кузнецов	это один из самостоятельных видов деятельности дошкольников, посредством которых ребенок способен удовлетворить свои потребности в развлечении, отдыхе, познании и эмоциональных впечатлениях
Ф. Лесгаф	это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами

Э. Я Степаненкова. М. Н. Жукова	это относительно самостоятельная деятельность детей, которая удовлетворяет потребность в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил
В. Л.Страковской	это средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, ценных морально-волевых качеств

Таким образом, под подвижной игрой следует понимать сознательную активную деятельность ребенка, характеризующуюся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. Подвижная игра может являться одним из средств познавательного развития посредством активной деятельности, в результате чего ребенок получает знания об окружающем мире, формируется и развивается мышление и иные когнитивные процессы, волевые качества.

Рассмотрим структуру подвижной игры (рисунок 2).

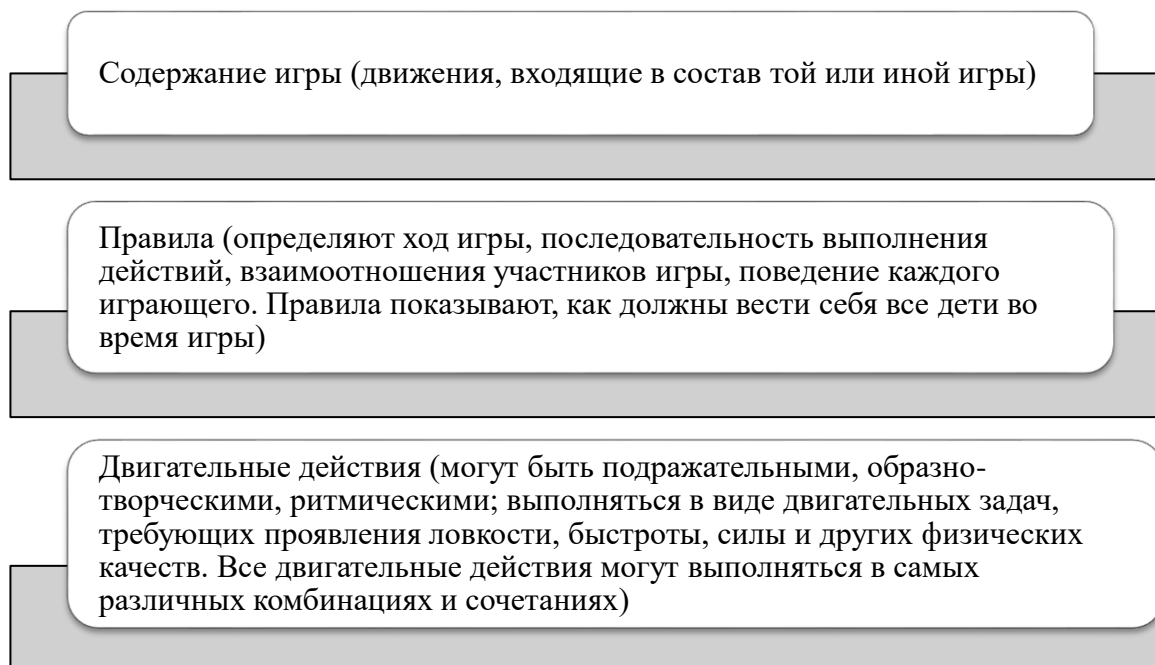


Рисунок 2 – Структура подвижной игры (по Е. Е. Николаевой) [43]

Таким образом, структура подвижной игры включает в себя содержание, двигательные действия и правила.

Вопрос о роли игры, в частности подвижной, как вида и метода обучения, раскрыты во многих трудах педагогов: Л. С. Выготский [18], О. В. Шорникова [74], Г. Г. Храмцова [71] и др. В педагогике игра рассматривается как исторически сложившееся социальное явление, особый вид деятельности человека, где творчески прямо или косвенно отражаются явления окружающей действительности (труд и быт людей, имитация движений животных и др.) [18, с. 139].

Доказано положительное влияние активной двигательной деятельности, в особенности – подвижных игр, на умственную работоспособность (Е. Е. Николаева [43], В. Т. Никоноров и Д. В. Никоноров [44] и др.).

Одной из разновидностей современных подвижных игр, используемых в педагогической практике, с точки зрения К. А. Жуковой, О. А. Валуйской, А. С. Максименко, являются игры VAY TOY, которые разработаны в рамках концепции «Играю, двигаюсь, учусь». Пособия данной фирмы позволяют детям не только двигаться, но и несут образовательный характер. С помощью этих игр можно изучать эталоны цвета, формы, размера, учиться считать, выполнять счетные операции и многое другое. Безусловным положительным моментом в использовании напольных игр является обучение детей в игровой форме. Причем заниматься можно как индивидуально, так и со всей группой, преобразуя традиционное сидение на коврик или за столом в динамический поиск нужных решений и уделяя больше времени развитию сенсомоторного интеллекта. При этом игровые задачи очень разнообразны. И, что особенно важно для педагогов, занятия с развивающими напольными играми затрагивают все образовательные области и способствуют комплексному развитию дошкольников

Бондарь С. Ю., Кострюкова Ю. С. рассматривая потенциал данных развивающих подвижных игр считают, что одной из основных игр VAY TOY является игра «Форма, цвет, размер», которая позволяет соотнести и

связать данные факторы. Игра «VAY TOY» «Форма. Цвет, Размер» позволяет заменить однообразные занятия за столом, подвижными играми. Сначала можно предложить детям разложить фигуры в мешочки соответствующего цвета. Далее задание усложняется. Из предложенного варианта исключаются фигуры определенной формы – «Твой мешочек – не любит квадраты», Игровые поля позволяют ограничить задание, как формой, размером, так и цветом, позволяя воспитателю варьировать задание. В финальной стадии игры происходит интеграция по всем наработанным знаниям, и дети легко отличают геометрию, цвет и размерный ряд [15, с. 18].

Вслед за А. С. Рябовой и О. В. Бабыниной выделим основные достоинства подвижных игр VAY TOY:

- простота исполнения (в сфере дошкольного образования слишком много сложных технологий, а дети любят простые игры);
- динамичность (движение – естественное состояние здорового ребенка);
- социальность (важно, чтобы дети увлекались не только современными гаджетами, но и умели играть со сверстниками и своими родителями);
- многофункциональность (этой игрой можно играть каждый день на разных занятиях с детьми разного возраста; игра подходит как для организации целого занятия, двигательных пауз, так и для разминок; придумывать игры можно не только с геометрическими фигурами, а еще и с игровым полем).

Последующая работа, проводимая нами в экспериментальной части нашего исследования будет основываться непосредственно на подвижных играх VAY TOY.

В соответствии с гипотезой исследования, процесс формирования умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста будет эффективен, если:

- дополнить подвижные игры упражнениями на межполушарное взаимодействие (нейрогимнастика);
- активизировать акупунктурные точки перед началом подвижных игр;
- активно использовать положительное эмоциональное подкрепление и упражнения на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

Далее рассмотрим данные условия более подробно.

Первым условием является дополнение подвижных игр упражнениями на межполушарное взаимодействие и на растяжку.

Так, можно предполагать, что введение нейрогимнастики перед проведением подвижных игр будет способствовать повышению уровня умственной работоспособности.

В современных психолого-педагогических исследованиях А. В. Цветкова нейрогимнастика трактуется как:

- эффективная методика нейропсихологической (сенсомоторной коррекции) по активизации развития всех высших психических функций (ВПФ);
- немедикаментозный вид помощи детям с ОВЗ, имеющим различную неврологическую симптоматику с целью восстановления нормального функционирования мозга;
- нейрогимнастика полезна нейротипичным детям для общего психофизического развития [72].

Таким образом, нейрогимнастика направлена на развитие межполушарной специализации; развитие межполушарного взаимодействия; развитие комиссур (межполушарных связей); синхронизацию работы полушарий; координацию работы мозга и тела;

развитие нейродинамических процессов головного мозга, отвечающих за речь ребенка; развитие ручной моторики; развития оптико и квазипространственных представлений; развитие когнитивных способностей; развития произвольного контроля; развитие сенсорных каналов органов чувств; укрепление психосоматического и эмоционального статуса; стабилизации общего тонуса организма; коррекции поведенческих проблем.

Успешность обучения детей во многом зависит от своевременного развития межполушарных связей. Межполушарное взаимодействие необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Нарушенная связь между мозжечком и лобными долями мозга приводит к замедлению формирования речи, интеллектуальных и психических процессов. Чем лучше будут развиты межполушарные связи, тем выше у ребёнка будет интеллектуальное развитие, память, внимание, речь, воображение, мышление и восприятие.

Специалисты по нейропедагогике (Е. А. Белова, А. А. Дозорова, Т. В. Чиркова) называют отсутствие согласованной работы и синхронного взаимодействия полушарий головного мозга основной причиной трудностей в развитии познавательных процессов младших школьников (Т. П. Хризман, Н. Н. Таугот, А. Л. Сиротюк и др.) [10, с. 29].

Сензитивный период для развития межполушарного взаимодействия приходится на дошкольный возраст, когда кора полушарий головного мозга еще не окончательно сформирована (М. М. Кольцова, А. Р. Лурия, Л. С. Цветкова, и др.). Таким образом, если в дошкольном возрасте осуществлять двуполушарный подход к образованию, проводить целенаправленную работу по развитию межполушарных связей, это улучшит работу нервной системы детей за счет развития нервных связей между двумя долями мозга, что в свою очередь будет являться

необходимым условием для более успешного освоения воспитанниками целевых ориентиров дошкольного образования [19, с. 68].

На занятиях целесообразно использовать различные игры и упражнения на мозжечковую стимуляцию, что позволяет достигать поставленных целей быстрее, а сам образовательный процесс делать для дошкольников интереснее.

Игры на развитие межполушарного взаимодействия целесообразно использовать в начале каждого занятия, т.к. они позволяют включить внимание и сосредоточенность ребенка для активного познания и дальнейшего взаимодействия с ним на занятии. Комплекс упражнений за счет развития межполушарного взаимодействия, синхронизации работы глаз и рук повышает умственную работоспособность и интеллектуальную готовность детей, а также способствует развитию мелкой моторики, памяти и внимания, мышления и речи, создавая тем самым базу для любой умственной деятельности и, в частности, для овладения графомоторными действиями. Поэтому гимнастику желательно выполнять каждый день (по утрам) [31, с. 36].

Комплекс специально подобранных упражнений позволяет: координировать работу правого и левого полушарий и развивать взаимодействие тела и интеллекта; способствовать возбуждению определенного участка мозга и включать нейродвигательный механизм, помогать развитию координации движений и психофизических функций; стимулировать процессы, которые увеличивают число нейронных связей в головном мозге; совершенствовать регулирующую и координирующую роль нервной системы [57, с. 70].

Следующим условием является активизация акупунктурных точек перед началом подвижных игр.

Точечный массаж – это массаж биологически активных точек организма (по системе профессора А. А. Уманской). Точечный массаж, является простым, эффективным и не имеющим противопоказаний

методом повышения сопротивляемости организма воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды, в частности, бактерий и вирусов. В его основе лежит механическое воздействие пальцем на биологически активные точки (БАТ), имеющие рефлекторную связь с различными органами и функциональными системами организма [66].

Суть метода заключается в воздействии пальцами на 9 биоактивных точечных зон на теле ребёнка. Эти точки (акупунктурные точки) – как кнопки на пульте, управляющем всем организмом. Во время проведения точечного массажа происходит раздражение рецепторов кожи, мышц, сухожилий, пальцев рук, импульсы от которых проходят одновременно в головной и спинной мозг, а оттуда уже поступает команда включиться в работу различным органам и структурам.

Васичкин В. Н. предлагает проводить точечный массаж по следующей методике: в течение 5-6 секунд, производя вращательные движения по часовой стрелке, углубляются, надавливая на эту точку и постепенно наращивая усилие, фиксируют достигнутый уровень на 1-2 секунды, производя противоположное движение, «вывинчивая» палец против часовой стрелки, уменьшают постепенно силу надавливания, выполняя вращение в течение 5-6 секунд. Затем, не отрывая пальца от фиксируемой точки, данный цикл движения повторяют 8 раз. С каждым воздействием усилие надавливания на точку увеличивается в зависимости от предусмотренных ощущений массируемого [66].

Одной из нетрадиционных технологий точечного массажа, используемым в дошкольных образовательных организациях является Су-Джок терапия. В переводе с корейского «Су – кисть, Джок – стопа». Создатель метода Су-Джок – южно-корейский профессор Пак Чжэ Ву. В основе его метода лежит «теория о соответствии биологически активных точек на кистях и стопах всем органам и участкам человеческого тела» [30, с. 195]. Таким образом, с помощью Су-Джок терапии можно повысить умственную работоспособность детей старшего дошкольного возраста.

Достоинствами Су-Джок терапии являются:

- высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект;
- абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто неэффективно;
- универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях [37, с. 347].

Для стимуляции этих точек соответствия в бытовых условиях можно пользоваться как специальными инструментами, так и семенами, мелкими камушками, бусинками, или специальными массажерами или же выполнять простую точечную стимуляцию пальцем.

Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Шариком ребенку воздействуют на пальчики, кисти, ладошки рук, прокатывая его между ними. У ребенка повышается тонус мышц, происходит прилив крови к конечностям. Вследствие этого происходит улучшение мелкой моторики и чувствительности конечностей ребенка.

Массаж эластичным кольцом, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Пружинные кольца надеваются на пальчики ребенка и прокатываются по ним, массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день. С помощью шаров – «ежиков» с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на повышение умственной работоспособности.

Ручной массаж кистей и пальцев рук – полезен и эффективен. Он оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Во время коррекционной деятельности происходит стимулирование

активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики) [30, с. 195].

Массаж стоп. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, массажным коврикам, коврикам с пуговицами и т.д.

Проявляя живой интерес к занятиям с тренажерами, ребенок развивает не только пальчиковую моторику, ловкость и координацию движений, но и активизирует словарь, развивает чувство ритма. Немаловажным является и настрой положительного эмоционального фона занятия. Данный вид работы может быть применен как элемент занятия (фронтального, подгруппового или индивидуального), как пальчиковая игра или в самостоятельной деятельности детей, например самомассаж, пальчиковые дорожки [37, с. 348].

Главные преимущества использования массажеров Су-Джок для самомассажа рук следующие: безопасность использования; самомассаж можно проводить как индивидуально, так и с группой детей; можно использовать многократно в течение дня, включая самомассаж в различные режимные моменты в условиях ДОУ; обеспечивается тактильная стимуляция в определенном ритме, что способствует формированию чувства ритма. [49, с, 107]

Таким образом, Су-Джок акупунктура – это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления и самоисцеления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах, специальными массажными шарами, использование которых в сочетании с упражнениями по коррекции мелкой моторики способствует повышению физической и умственной работоспособности детей, создает функциональную базу для сравнительно быстрого перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной целенаправленной работы с

ребенком, оказывая стимулирующее влияние на мелкую моторику рук. Во время коррекционной деятельности происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики).

Следующим условием является активное использование положительного эмоционального подкрепления и упражнений на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

Эмоции способны сделать восприятие более красочным. Дошкольники с позитивным эмоциональным фоном лучше запоминают информацию, более открыты к новым знаниям. В серии работ Элис Айзен можно проследить, как приемы порождения позитивных эмоциональных явлений способствовали расширению когнитивного контекста и способствовали повышению умственной работоспособности [58].

В хорошем настроении дошкольники способны к проявлению своих творческих способностей, быть более оригинальными и заинтересованными в результатах их деятельности. Положительные эмоции могут улучшать работу памяти, способствовать долгосрочному запоминанию. Поэтому во время деятельности в дошкольной образовательной организации необходимо уделять эмоциональной атмосфере особое внимание, чтобы создать благоприятную среду, посредством использования положительного эмоционального подкрепления.

Безусловно, взрослый должен ориентироваться на позитивное подкрепление работы дошкольника, на то, чтобы вызвать и поддержать у него добрый эмоциональный настрой в процессе деятельности. Для этого используются как вербальные, так и невербальные средства. Педагог может мимикой, жестами, интонацией, позой показать эмоции, оказывать эмоциональное подкрепление воспитанникам [2, с. 241].

Настроение – более или менее устойчивое, продолжительное, без определенной интенции эмоциональное состояние человека, окрашивающее в течение некоторого времени все его переживания [7]. Данный показатель психоэмоционального состояния тоже имеет влияние на показатели умственной работоспособности. Здесь наблюдается зависимость умственной работоспособности от подъема настроения. Когда у человека слишком хорошее или плохое настроение, то эффективность умственной работы снижается, так как он не может полностью сосредоточиться на работе. Поэтому существует оптимальный уровень настроения, при котором умственная работоспособность будет способствовать максимально эффективному решению задач [6].

Эмоциональная насыщенность добавляет подвижным играм привлекательности, мобилизует усилия ребенка, отвлекает его от переживания негативного конфликтного опыта, дарит радость и удовольствие.

Подвижные игры способствуют формированию таких качеств, как наблюдательность, сообразительность, ориентировка в меняющейся ситуации, смелость, ловкость, инициатива, самостоятельность и т.д. При этом движения чередуются с отдыхом. Благодаря тому, что игры насыщены элементами игровой деятельности, это благоприятно воздействует на выработку положительных эмоций у дошкольников при занятиях ими. Игры являются источником радостных эмоций для детей, и формируют в свою очередь положительное отношение к процессу обучения, а также тренировке умственной работоспособности.

Возможность саморегулирования темпа, энергии и продолжительности движений (по желанию и по мере необходимости можно или ускорить или замедлить движение, или сделать перерыв и присесть) придает подвижной игре дополнительную привлекательность. Посредством руководства подвижной игры взрослый способен

отслеживать и регулировать снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному.

Преобладание нервных процессов возбуждения над процессами торможения – возрастная особенность дошкольников. У всех малышей эмоционально-волевая сфера еще только формируется, у всех достаточно сильна ситуативная мотивация поведения и слабый контроль за своим поведением [17, с. 141]. Поэтому для улучшения самоконтроля, коррекции нежелательного поведения, стимуляции мотивационного компонента учебной деятельности, как следствие поддержание положительного эмоционального настроения на занятии возможно использование приемов поведенческой терапии, в частности «жетонную систему», предложенную Т. Айллон и Н. Азрин, базирующуюся на ю модель оперантного обусловливания Б. Ф. Скиннера. В этой модели учитывается психология и особенности коррекции поведения детей. Система жетонов заключается в немедленном подкреплении желаемой реакции ребенка (приемлемого поведения) при помощи наклейки, фишки или «жетона». Дети «собирают» жетоны, чтобы затем обменять их на первичные подкрепления или более существенную награду. В случае неприемлемого поведения предусматривается штраф – лишение заработанных жетонов. При этом ребенок и педагог заключают своеобразный «контракт», в котором указывается, какое конкретно поведение должно быть поддержано, а какое – штрафовать. Ведется активная работа с мотивацией обучающихся.

Таким образом, процесс формирования умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста будет эффективен, если: дополнить подвижные игры упражнениями на межполушарное взаимодействие; активизировать акупунктурные точки перед началом подвижных игр; активно использовать положительное эмоциональное подкрепление и упражнения на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

Выводы по главе 1:

Решая первую задачу данного исследования, была проанализирована психолого-педагогическая литература, рассмотрены труды таких ученых как Н. А. Агаджанян [1], М. В. Антропова [3], Л. О. Бадалян [4], В. А. Бодров [13], Г. А. Берулава [11], Л. В. Буравлёва [17], О. И. Дорогина [23], Ю. В. Евсигнеева [32], А. С. Егоров и В.П. Загрядский [25], А. С. Калмыкова [32], Н. К. Корсакова [33], Т. Л. Кумелева [35], Л. В. Макарова [48], В. Т. Никоноров и Д. В. Никоноров [44], Т. М. Параничева [48], И. П. Подласый [50], Н. А. Садвакасова [53], В. Д. Сонькин [60], А. М. Столяренко [64], Н. В. Ткачёва [32], Е. В. Тюрина [48] и др., которые занимались изучением проблемы умственной работоспособности и ее развития у детей старшего дошкольного возраста. Вслед за ученым Р.М. Баевским было определено, что умственная работоспособность – это тот объем работы, который выполняется без снижения оптимального для индивидуума уровня функционирования организма [4]. Это способность к какому-либо психофизиологическому действию, к выполнению определенного количества работы в течение заданного времени с максимальной эффективностью. Основой работоспособности являются: уровень специальных знаний, умений, навыков, а также психофизиологических качеств (память, внимание, восприятие и др.), физиологические функции (особенности сердечно сосудистой, эндокринной, мышечной систем), психологические особенности (сообразительность, добросовестность и т.д.).

Решая вторую задачу исследования мы определили, что в целом онтогенез умственной работоспособности в научно-исследовательской литературе не рассматривается. Проанализировав онтогенез головного мозга, памяти и внимания можно утверждать, что в период старшего дошкольного возраста умственная работоспособность только начинает формироваться и зависит от внешних и внутренних факторов. У здоровых

детей 6-7 лет, готовых к обучению в школе по своим формофункциональным и психофизиологическим показателям, уровень умственной работоспособности довольно высок, но при этом наблюдается низкая ее устойчивость, отвлекаемость. Динамика умственной работоспособности представляет собой особенности изменений работоспособности во времени, свойственные человеку и его виду деятельности. Общей закономерностью динамики является низкий исходный её уровень с постепенным возрастанием работоспособности в процессе вработывания на первом периоде, дальнейшая её стабилизация и последующее развитие утомления в последние периоды работоспособности.

Решая третью задачу, были рассмотрены основные педагогические условия формирования умственной работоспособности у детей посредством подвижных развивающих игр. В ходе чего было определено, что процесс формирования умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста будет эффективен, если: дополнить подвижные игры упражнениями на межполушарное взаимодействие (нейроигры, игры на межполушарное взаимодействие и мозжечковую активацию); активизировать акупунктурные точки перед началом подвижных игр (самомассаж, массаж су-джок и пр.); активно использовать положительное эмоциональное подкрепление и упражнения на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПОДВИЖНЫХ РАЗВИВАЮЩИХ ИГР С ЦЕЛЮ РАЗВИТИЯ УМСТВЕННОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ

2.1. Изучение умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет

На основе вышеизложенной теоретической главы был сделан вывод, что понятие умственной работоспособности – это сложная система, состоящая из совокупности знаний, умений, навыков, физиологических функций и психофизиологических качеств. Важной составляющей данного понятия являются психические процессы.

Понятие умственной работоспособности является комплексным и междисциплинарным, зависит от многих факторов, как внешних, так и внутренних. На основе анализа психолого-педагогической литературы нами был определен и разработан ряд критериев и показателей изучаемого понятия для проверки гипотезы.

Таблица 4 – Критерии проверки гипотезы

№	Критерии	Показатели	Диагностический метод исследования
1.	Внимание	Объем; устойчивость; возможность распределения и переключение; концентрация; отвлекаемость.	Метод «Корректирующая проба» разной интерпретации авторов, направленный на разную возрастную категорию; методика «Тест Пьерона-Рузера»; методика «Тест Поппельрейтера»; инструментальные методы: КТ (компьютерная томография), МРТ (магнитно-резонансная томография), ЭЭГ (электроэнцефалограмма).
2.	Память	Запоминание; сохранение; воспроизведение информации; слуховая зрительная память.	Метод фиксированного числа предъявлений; методика заучивания 10 слов; методика «Накладывание фигурок на схему»; методика «Тест Пьерона-Рузера»; методика «Тест Поппельрейтера».

3.	Обработка информации	Скорость и точность обработки информации; скорость выполнения работы; приобретение новых навыков; качество работы; пространственный конструктивный праксис.	Метод «Корректирующая проба» разной интерпретации авторов, направленный на разную возрастную категорию; методика «Тест Пьерона-Рузера»; методика «Тест Поппельрейтера».
4.	Мотивация	Уровень заинтересованности процессом.	Наблюдение.

На основе выявленного содержания понятия для диагностики уровня умственной работоспособности нами были выбраны следующие методики диагностики: методика исследования особенностей конструктивного праксиса, возможности целенаправленного приобретения навыков, скорости и точности обработки информации, усвоения нового способа действия, переключаемости внимания и характера работоспособности ребенка коррективная проба «Тест Пьерона-Рузера»; методика «Тест Поппельрейтера», направленная на оценку распределения внимания.

Исследование динамики умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет проводилось на базе муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 147 г. Челябинска». В исследовании принимали участие 61 ребенок старшего дошкольного возраста.

Таблица 5 – Количество детей

Название группы	Количество участников
Экспериментальная	30
Контрольная	31

Исследование проводилось с группой по 4-5 человек. Перед выполнением задания испытуемым была дана инструкция: «На картинке вы видите изображение геометрических фигур: квадратов, треугольников, кругов и ромбов. По сигналу «Начали» расставьте как можно быстрее и

без ошибок следующие знаки в эти геометрические фигуры: в квадрат — плюс, в треугольник — минус, в кружок — ничего не ставьте и в ромб — точку. Образец знаков дан в верхней строчке. Знаки расставляйте подряд. Время на работу ограничено. По моему сигналу «Стоп!» карандаши нужно положить». Время исследования контролируется секундомером. Надежность результатов исследования достигается повторным тестированием, которое проводится через интервал времени. Бланк методики смотреть в Приложении 1.

Результаты исследования производятся по следующим показателям: скорости обработки, вычисляющиеся по формуле $V=N/10$, и точности – по формуле: $K=(N-A)/N$. Где N – количество обработанных знаков, а A – среднее количество ошибок в строке, вычисляющееся из суммы ошибок в строках деленной на количество строк. Объем зрительной информации вычисляем по формуле $V=0,5936*N*3$, где 0,5936 – средний объем на один знак (бит) и 3 – умножающий коэффициент детского варианта теста. Скорость переработки вычисляется по формуле $Q=(V-2,807*(P+O))/t$, где 2,807 – потеря информации на один пропущенный Q знаков в секунду. При времени 3 минуты норма обработки фигур для детей дошкольного возраста от 50 до 80 фигур при 7 ошибках. Высокие показатели – 50 до 80 фигур (1-3 ошибки), средние – 30 до 40 фигур (3 ошибки и более), низкие – меньше 30 фигур при 10 ошибках.

Таблица 6 – Результаты исследования по методике Пьерона-Рузера

Уровень	Констатирующий этап			
	ЭГ		КГ	
	Количество детей	%	Количество детей	%
Очень низкий	6	20	5	16
Низкий	12	40	15	49
Средний	9	30	6	19
Высокий	3	10	5	16

Таким образом, по результатам диагностики 6 воспитанников в экспериментальной группе и 5 воспитанников в контрольной группе

показали очень низкий результат, они сначала не поняли инструкцию, потом сбились со строк, потратили больше времени на выполнение задания, использовали образец на протяжении всей работы, не стремились запомнить его. Кто-то выполнял инструкцию неточно, ставил знаки в избранных им фигурах, тем самым сбился с темпа выполнения задания.

Большинство детей показало низкий уровень концентрации внимания. Это 12 детей в экспериментальной группе и 15 дошкольников в контрольной группе. Дети отвлекались, пропускали фигуры, затем возвращались к заданию, тем самым потратили больше времени на выполнение теста, работали медленно.

Средний уровень показали 9 детей из ЭГ и 6 воспитанников из КГ. Дети заполняли фигуры старательно, аккуратно, старались выполнять по памяти, не смотря на трудности выполнения задания.

Высокий уровень выполнения теста показали 3 ребенка из экспериментальной группы, что составило 10% от всей группы, и 5 детей контрольной группы, что составило 16% от всей группы. Если посчитать общий показатель выполнения задания на высоком уровне, мы получим всего 13% детей с двух групп, которые обладают высокой концентрацией и переключаемостью внимания, высокой скоростью и точностью переработки новой информации. Это достаточно низкий показатель, как для общей массы, так и для каждой группы в частности (см. рисунок 3).

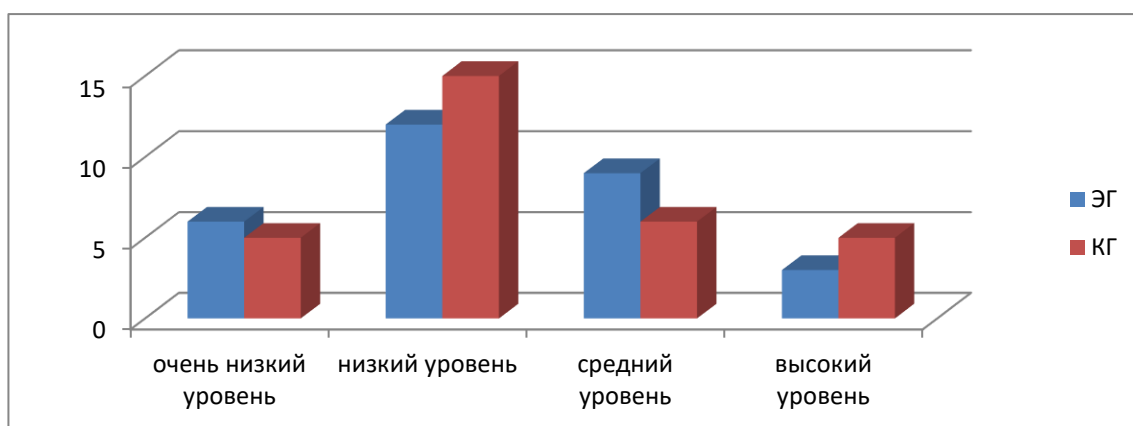


Рисунок 3 – Результаты исследования по методике Пьерона-Рузера

Исследование по методике «Тест Поппельрейтера» проводилось индивидуально. Диагностическая проба направлена на выявление уровня распределения внимания и уровня восприятия. Ребенку предлагают поочередно рассматривать три рисунка. На каждом из рисунков изображены контуры предметов путем наложения друг на друга. На выполнение задания дается 60 секунд. Ребенок должен перечислить предметы, изображенные на каждом рисунке. Результат оценивается в четыре уровня: высокий – ребенок перечислил безошибочно все изображенные предметы, затратив время до 30 секунд. Средний уровень – если ребенок затратил до 40 секунд. Низкий уровень – если ребенок затратил до 50 секунд. Очень низкий – если за время больше чем 60 секунд, ребенок не смог решить задачу в трех частях рисунка. Проводящий диагностику в процессе теста должен следить за ответами ребенка. Если воспитанник начинает спешить и преждевременно, не найдя всех предметов, переходит от одного рисунка к другому, то его важно остановить и попросить поискать еще на предыдущем рисунке. К следующему рисунку можно перейти тогда, когда будут найдены предметы на предыдущем рисунке.

Таблица 7 – Результаты исследования по «тесту Поппельрейтера»

Уровень	Констатирующий этап			
	ЭГ		КГ	
	Количество детей	%	Количество детей	%
Очень низкий	5	17	4	13
Низкий	18	60	20	65
Средний	7	23	6	19
Высокий	0	0	1	3

Анализ результатов показал, что на данном этапе очень низкий уровень показали 5 детей в экспериментальной группе и 4 ребенка в контрольной группе. Дети затратили больше отведенного времени, были дезориентированы, путали название предметов.

Большая часть детей показала низкий уровень. Это 60 % в ЭГ (экспериментальная группа) и 65% в КГ. Скорость выполнения задания у всех была примерно одинаково медленная, затраченное время составило примерно у всех 50 секунд.

Средний уровень показали 7 дошкольников в экспериментальной группе и 6 детей в контрольной группе. Если посчитать какую часть составляет это количество детей от общей массы двух групп, то мы получим 21% от всех испытуемых, что является довольно небольшим показателем успешности. Высокий уровень показал лишь один человек в контрольной группе. Он справился с заданием легко и быстро. Чтобы сравнить результаты двух групп, мы составили график показателей (см. рисунок 4).

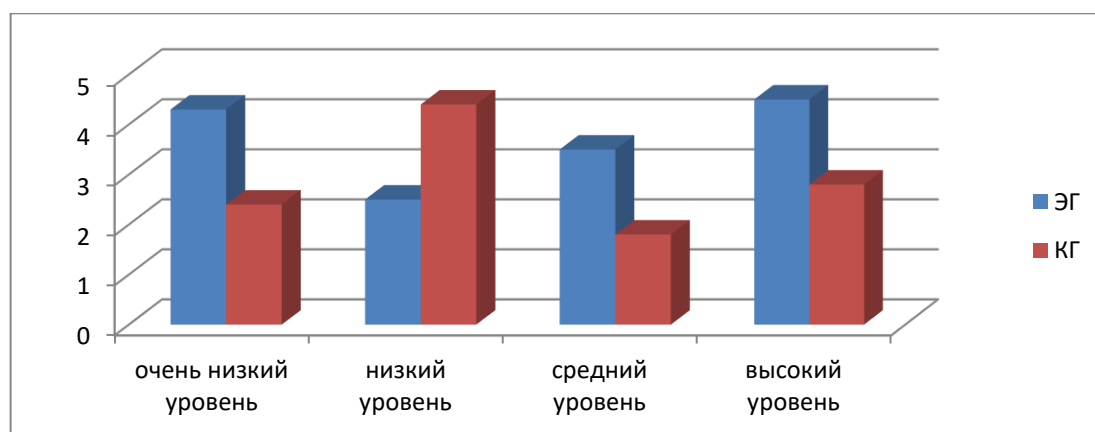


Рисунок 4 – Результаты исследования по «тесту Поппельрейтера»

Так как полученные данные в двух группах экспериментальной и контрольной имеют некоторые расхождения, для определения достоверности полученных результатов был использован Критерий Пирсона χ^2 . Это универсальный метод математической статистики. Он применяется для оценки значимости различий между двумя или несколькими относительными признаками.

Основой использования Критерия согласия Пирсона является анализ таблиц сопряженности, которые содержат сведения о частоте исходов в зависимости от наличия факторов. Он помогает проверить различные

гипотезы, которые основаны на законах распределения случайных величин.

Объемы выборок n_1 и n_2 , число градаций признака g , количество изменений в каждой выборке, попадающих в градацию i , обозначим n_{i1} и n_{i2} (i меняется от 1 до g). Значение χ^2 находится по формуле:

$$\chi_{\text{эксп}}^2 = n_1 n_2 \sum_{i=1}^g \left[\frac{1}{n_{i1} + n_{i2}} \left(\frac{n_{i1}}{n_1} - \frac{n_{i2}}{n_2} \right)^2 \right].$$

Ограничения применимости:

- Объем выборки $n \geq 30$;
- Сумма частот в обеих выборках должна равняться 1;
- Градаций должно быть больше 2;
- Если количество градаций признака g , то объем выборки должен удовлетворять условию $n \geq 5g$.

Сопоставляемые показатели должны быть измерены в количественной шкале. Критерий корреляции Пирсона является параметрическим, в связи с чем условием его применения служит нормальное распределение каждой из сопоставляемых переменных. В случае необходимости корреляционного анализа показателей, распределение которых отличается от нормального, в том числе измеренных в порядковой шкале, следует использовать коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Используется для сравнения двух экспериментальных распределений: Но распределение признака в экспериментальной выборке 1 не отличается от распределения в выборке 2. H_1 распределение признака в экспериментальной выборке 1 достоверно отличается от распределения в выборке 2. При условии $\chi^2_{\text{эксп}} \geq \chi^2_{\text{кр}}$ принимается экспериментальная гипотеза. По результатам проведенной диагностики были получены следующие результаты:

	ЭГ	КГ	f1	f2	1/(ni1+ni2)	(f1-f2) ²		
ОН	6	5	0,2	0,16	0,09	0,0016	0,000144	
Н	12	15	0,4	0,48	0,037	0,0064	0,000237	
С	9	6	0,3	0,2	0,067	0,01	0,00067	
В	3	5	0,1	0,16	0,125	0,0036	0,00045	
	30	31					0,001501	
								$\chi^2_{\text{экс}}=1,81443$
								$\chi^2_{\text{кр}}=7,815$
								$\chi^2_{\text{экс}} < \chi^2_{\text{кр}}$, поэтому H_0
	ЭГ	КГ	f1	f2	1/(ni1+ni2)	(f1-f2) ²		
ОН	5	4	0,17	0,13	0,111	0,0016	0,0001776	
Н	18	20	0,6	0,65	0,026	0,0025	0,000065	
С	7	6	0,23	0,19	0,077	0,0016	0,0001232	
В	0	1	0	0,03	1	0,0009	0,0009	
	30	31					0,0012658	
								$\chi^2_{\text{экс}}=1,177194$
								$\chi^2_{\text{кр}}=7,815$
								$\chi^2_{\text{экс}} < \chi^2_{\text{кр}}$, поэтому H_0

Рисунок 5 – Результаты статистических данных по критерию Пирсона χ^2

Данные результаты говорят о том, что выбранные группы находятся примерно на одном уровне исследуемых показателей. Соответственно их возможно разделить и провести ряд мероприятий в одной из групп для дальнейшего сравнения на этапе констатирующего эксперимента.

2.2. Реализация психолого-педагогических условий использования подвижных развивающих игр в формировании умственной работоспособности детей 5-7 лет

Исходя из цели исследования и выдвинутой гипотезы, мы определили цель формирующего этапа эксперимента: экспериментально проверить эффективность созданных психолого-педагогических условий для формирования умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста 5-7 лет.

Мы предположили, что процесс формирования умственной работоспособности будет эффективен, если:

- дополнить подвижные игры упражнениями на межполушарное взаимодействие (нейрогимнастика);
- активизировать акупунктурные точки перед началом подвижных игр;
- активно использовать положительное эмоциональное подкрепление и упражнения на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

В ходе формирующего эксперимента основной упор был сделан на развитие внимания детей в условиях подвижности при помощи основной деятельности - игры. В качестве основного инструмента были выбраны игры VAY TOY: «Логика», в состав игры входит игровое поле в форме расчерченного на девять клеточек квадрата, геометрические фигуры трех основных цветов и набор карточек с заданиями по расположению фигур на поле. В процессе игры можно решать задачи sudoku разной сложности, расставлять фигуры как показано на карточках, расставлять фигуры по памяти, закреплять пространственные ориентиры и понятия: лево, право, верх, низ.

«Цвет, форма размер», в состав игры входит игровое поле с изображением фигур, геометрические фигуры основных цветов, цветные мешочки. С помощью данной игры можно учить цвета, формы, сравнивать, делать логические умозаключения, тренировать внимание и память.

«Медовое сражение», в состав игры входит игровое поле с изображением сот, написанных на них цифр синего и красного цвета, мешочки с песком. С помощью этой игры можно тренировать ловкость, учиться считать, изучать состав числа, складывать, вычитать.

«Танграм», в состав игры входит четыре напольных танграма разного цвета, выполненных из полимерного материала, набор карточек с заданиями разного уровня сложности.

Для формирования процесса умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста нами был разработан комплекс игровых упражнений, согласно гипотезе исследования, посредством подвижных игр

с включением нейроупражнений, активизацией акупунктурных точек и использованием положительного эмоционального подкрепления.

Комплекс игровых упражнений с использованием напольных пособий VAY TOY:

1. Игра «Геометрические фигуры».

Целью является: закрепить основные признаки геометрических фигур.

Описание: перед началом игры позовем в гости умную сову (выполняем с детьми нейрогимнастику). Это упражнение хорошо расслабляет мышцы плеч, которое возникает при длительном сидении.левой рукой сожмите мышцы правого плеча. Поверните голову вправо, широко раскройте глаза и смотрите прямо. Затем, сделав вдох начинайте поворачивать голову влево и одновременно вытягивайте шею вперед уха как сова. За время поворота сделайте несколько таких движений. Затем поворачивайте также голову обратно. Пальцами левой руки сжимайте в это время плечо. Сжимаете на выдохе, отпускаете на вдохе. Повторите упражнение, сжав правой рукой левое плечо. А теперь вспомним стишок о геометрической фигуре – треугольник. (Рассказываем стих с использованием су-джок колечка): Треугольник – три угла, посмотрите детвора: три вершины очень острых – треугольник – «остроносый». Стороны в нем тоже три: раз, два, три – ты посмотри.

Ход игры: А теперь вспомним, какие еще геометрические фигуры бывают. Разложи на поле только треугольники (круги, квадраты). Выбери фигуры отличающиеся друг от друга, назови признаки отличия. Сова в темноте хорошо видит, а человек нет. Определи фигуры на ощупь.

В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки. В конце игры ведется подсчет карточек у каждого ребенка и сравнивается с предыдущим количеством этого же ребенка. Для напоминания в классе есть доска с именами детей, где после каждого занятия отмечается цифрой полученное количество

карточек. Тем самым, есть возможность проводить рефлексию в конце игры, вспоминая предыдущий опыт, делая умозаключения и выводы.

2. Игра «Счет до 10».

Целью является: закрепить умение считать до 10 прямым, обратным, а также порядковым счетом.

Описание: перед началом игры разминка с использованием нейроупражнения «дыхание животом»: чтобы правильно считать, надо правильно дышать. Задержка дыхания – распространенная реакция на физическую нагрузку или при сосредоточенности на умственной работе. В ходе выполнения этого упражнения происходит всестороннее расширение грудной клетки с одновременным снятием напряжения в районе брюшной полости. При правильном дыхании организм получает достаточное количество кислорода для оптимального функционирования мозга.

Сначала положить ладонь на живот, опустите подбородок, расслабьтесь. Выдохните, используя короткие мягкие выдохи. При каждом выдохе сильно втягивайте живот. Снова сделайте глубокий вдох, повторите серию коротких выдохов. Упражнение повторять 3-4 раза медленно, надувая и втягивая при этом живот. В завершении упражнения положите руки на ребра, мягко надавите на них при выдохе, позвольте вдоху расширить грудную клетку. Выполнение данного упражнения важно наглядно продемонстрировать детям.

Так хорошо дышали, что ветер позвали. Согреем наши ручки. Выполняем стимуляцию акупунктурных точек с помощью упражнения «Теплые ручки». Растираем и разминаем пальцы рук и всей кисти от кончиков пальцев и обратно. Особое внимание уделить большому пальцу.

Ход игры: выкладываем в ряд определенное количество фигур. Считаем при этом вслух. Называем, какая по счету первая фигура, вторая и т. д. Пробуем посчитать в обратную сторону.

В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки. В конце игры ведется подсчет

карточек у каждого ребенка и сравнивается с предыдущим количеством этого же ребенка. Для напоминания в классе есть доска с именами детей, где после каждого занятия отмечается цифрой полученное количество карточек. Тем самым, есть возможность проводить рефлексию в конце игры, вспоминая предыдущий опыт, делая умозаключения и выводы.

3. Игра «Ориентировка в пространстве».

Целью является: закрепить умение ориентироваться на плоскости.

Описание: перед началом игры выполняем разминку с использованием нейрогимнастики «Перекрещивание»: перекрестное движение, подобное ходьбе на месте с размахиванием рук. Данное упражнение, обеспечивая взаимное закручивание навстречу друг другу верхней и нижней частей тела, вследствие воздействия силы тяжести улучшает общее равновесие, координацию и структурную целостность. Для большей сосредоточенности на упражнении темп выполнения замедленный. Между каждым «перекрещиванием» выполняется прыжок. Детям, испытывающим трудности в выполнении данного упражнения, на противоположные конечности (руки и ноги) завязывается ленточка или прикрепляются наклейки.

Отправляемся в гости к гномикам. Выполняем стимуляцию акупунктурных точек посредством массажного кольца су-джок с комментарием в стихах: Жили-были гномики в расчудесном домике, папа-гном дрова рубил, гном-сынок их в дом носил, мама-гномик щи варила, гномик-доченька солила, гномик-бабушка вязала, гномик-тетушка стирала, дед окошко открывал, всех знакомых в гости звал.

Ход игры: решаем задачи sudoku, согласно слуховой инструкции. Расположи красный треугольник в правый нижний угол поля, синий треугольник в левый верхний угол поля, под ним положи красный круг. Разложи оставшиеся фигуры так, чтобы форма и цвет не повторялись.

В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки. В конце игры ведется подсчет

карточек у каждого ребенка и сравнивается с предыдущим количеством этого же ребенка. Для напоминания в классе есть доска с именами детей, где после каждого занятия отмечается цифрой полученное количество карточек. Тем самым, есть возможность проводить рефлексию в конце игры, вспоминая предыдущий опыт, делая умозаключения и выводы.

4. Игра «Состав числа».

Целью является: закрепить умение составлять число из двух меньших чисел.

Описание: перед началом игры выполняем упражнение «Массаж ушей». Данное упражнение позволяет научить снимать напряжение в области шеи и в плечевых мышцах, а также привлечь внимание к слуховой системе. Инструкция: для выполнения упражнения большим и указательным пальцем аккуратно оттяните уши назад и разверните их края. Затем приступайте к массажу, начиная с верхней части уха и продолжая вдоль всего изгиба до мочки. В процессе выполнения упражнения голова должна находиться прямо. Повторить 3-4 раза. В процессе выполнения упражнения обязательно даем детям наглядную инструкцию, показываем на себе. Данное упражнение способствует усилению остроты мыслительных процессов, улучшает слуховое внимание, способствует концентрации во время работы.

Сегодня будем учить ежика считать. Но прежде чем научить его это делать, давайте с ним подружиться. К нам пришла целая ежиная семья. Выполняем упражнение на стимуляцию акупунктурных точек с помощью двух су-джок шариков. Катаем шарики ладошками по коленкам, выполняя круговые движения, движения вверх и вниз. Используем при этом литературное ритмическое сопровождение: Гладь мои ладошки, ёж! Ты колючий, ну и что ж! Потом ребёнок гладит их ладошками со словами: я хочу тебя погладить, я хочу с тобой поладить.

Ход игры: а теперь давайте научим ежиков считать. Ребенок становится перед полем от игры «Медовое сражение». В руки берет

мешочек с песком. По команде он выкидывает мешочек с песком на поле, после попадания на нужную цифру, участнику нужно вспомнить из каких меньших чисел состоит данное число. Эти числа нужно протопать и прохлопать. Например, выпало число 3. Его можно получить как 2 и 1, значит 2 раза ребенок хлопает, 1 раз – топает (по выбору участника).

В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки. В конце игры ведется подсчет карточек у каждого ребенка и сравнивается с предыдущим количеством этого же ребенка. Для напоминания в классе есть доска с именами детей, где после каждого занятия отмечается цифрой полученное количество карточек. Тем самым, есть возможность проводить рефлексию в конце игры, вспоминая предыдущий опыт, делая умозаключения и выводы.

5. Игра «Танграм».

Целью является: развитие ориентировки в пространстве, развитие зрительного восприятия, внимания и памяти.

Описание: сегодня будем играть в интересную игру, а для этого важно проснуться. Давайте хорошо позеваем и проснемся. Выполняем упражнение «Энергетический зевок». Притворитесь, что зеваете. Приложите пальцы обеих рук к напряженным участкам челюстных суставов, основываясь на своих ощущениях. Издайте глубокий и мягкий зевающий звук, открывайте рот шире, при этом слегка поглаживая точки напряжения кончиками пальцев. Повторить упражнение 3-5 раз. В процессе выполнения упражнения обязательно даем детям наглядную инструкцию, показываем на себе.

Выполняем упражнение на стимуляцию акупунктурных точек посредством точечного массажа и пальчиковой гимнастики: «крылья носа разотри – раз, два, три; и под носом себе утри – раз, два, три; брови нужно расчесать – раз, два, три, четыре, пять; вытри пот теперь со лба – раз, два; серьги на уши повесь, если есть. Заколкой волосы скрепи – раз, два, три;

сзади пуговку найди, застегни; бусы надо примерять – раз, два, три, четыре, пять; а сюда повесим брошку, разноцветную матрёшку».

Ход игры: посмотрите на картинки, кто на них нарисован. Давайте попробуем собрать ваши картинки из мозаики. Выкладываем картинку на полу, начинаем выполнять задание с самых больших деталей по образцу.

В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки. В конце игры ведется подсчет карточек у каждого ребенка и сравнивается с предыдущим количеством этого же ребенка. Для напоминания в классе есть доска с именами детей, где после каждого занятия отмечается цифрой полученное количество карточек. Тем самым, есть возможность проводить рефлексию в конце игры, вспоминая предыдущий опыт, делая умозаключения и выводы.

Данный материал легко вписался в структуру занятия, дети выполняли задания с большим желанием и удовольствием, что является немаловажным для роста мотивации в обучении.

Занятия проводились 2 раза в неделю по подгруппам из 13-15 человек. Данная деятельность пробуждала интерес, давала выход эмоциям. Несмотря на это, часть детей отказывалась выполнять упражнения с массажными элементами, объясняя тем, что им неприятно. Так как занятия проводились регулярно, через определенное время и у этих детей проявился интерес и активность в выполнении задания. В качестве физ. минуток выполнялась гимнастика для глаз. Дети испытывали активный интерес к занятиям, так как уроки проводились в нестандартной форме, предлагаемые пособия были новыми для детей, использовались только для образовательной деятельности. Дети тренировались в умении слушать и выполнять инструкцию, принимать решения и договариваться между собой. Воспитанники чувствовали себя естественно, так как они играли, а не учились, что улучшало их настроение. Педагог в процессе занятия контролировал эмоциональное состояние группы, подбадривал детей, в случае затруднений оказывал поддержку.

2.3. Анализ итогов исследования

К концу исследования была проведена повторная диагностическая работа, согласно выбранным методикам: корректурная проба методика «Тест Пьерона-Рузера» и методика «Тест Поппельрейтера». По первому тесту были получены следующие результаты (см. таблицу 8).

Таблица 8 – Результаты исследования по методике Пьерона-Рузера

Уровень	Контрольный этап			
	ЭГ		КГ	
	Количество детей	%	Количество детей	%
Очень низкий	3	10	5	16
Низкий	9	30	14	45
Средний	13	43	7	23
Высокий	5	17	5	16

Очень низкий показатель значений выявлен у 3 детей в ЭГ, это на 10% меньше, чем вначале исследования. Низкий показатель выявлен у 9 детей в ЭГ, это также на 10% меньше, чем вначале работы. Значительно меньшее количество детей не поняли инструкцию, сбивались с предложенного темпа работы, были рассеяны и мало сконцентрированы. Средний показатель улучшился на 13%. Дети старались справляться с трудностями, а не перескакивать через них, как это было на первом этапе диагностики. Они были более собраны, меньше отвлекались, старались выполнять задания по памяти, а не постоянно возвращаться к образцу сверху. Показатели высокого уровня также изменились на 7%. Скорость выполнения задания этих детей была достаточна, чтобы быть собранными, сосредоточенными, готовыми к выполнению новых задач и принятию собственных решений. Несмотря на положительную динамику в экспериментальной группе, показатели в контрольной группе также незначительно изменились, поэтому более точные результаты исследования стоит доверить статистическим данным, которые будут представлены ниже.

Результаты по второму «тесту Поппельрейтера» представлены ниже (см. таблицу 9).

Таблица 9 – Результаты исследования по «тесту Поппельрейтера»

Уровень	Контрольный этап			
	ЭГ		КГ	
	Количество детей	%	Количество детей	%
Очень низкий	3	10	4	13
Низкий	13	43	19	61
Средний	14	47	7	23
Высокий	0	0	1	3

Очень низкие показатели изменились на 7%. Данный показатель в повторной контрольной диагностике показали 3 ребенка. Низкий уровень остался у 13 детей, это на 17% лучше, чем было. Хочется отметить, что дети сдвигались в своих результатах на 1 уровень. Если в предыдущей диагностике ребенок показывал низкий результат, то на этапе контрольной диагностики он показывал средний уровень, при условии положительной динамики. Это говорит о корректности проведенного исследования. Средние показатели увеличились на 24%. Высокие показатели остались на прежней нулевой отметке.

Хочется заметить, что по итогам наблюдения на протяжении всего исследования дети стали значительно лучше запоминать материал, внимательней относиться к инструкции, стали более активно отвечать на вопросы. Так как работа проводилась в форме игры, что является основной и важнейшей деятельностью дошкольника, мотивация и интерес к процессу обучения значительно повысились.

Полученные результаты были проанализированы согласно статистической теории Пирсона. По итогам всех подсчетов мы получили следующие данные (см. рисунок 6).

	ЭГ	КГ	f1	f2	1/(ni1+ni2)	(f1-f2) ²	
ОН	3	5	0,067	0,16	0,143	0,008649	0,001236807
Н	9	14	0,267	0,45	0,045	0,033489	0,001507005
С	13	7	0,467	0,23	0,048	0,056169	0,00564122
В	5	5	0,2	0,2	0,09	0,0016	0,000144
	30	31					0,008529032
							7,93199976
							$\chi^2_{\text{эксп}}=7,93199976$
							$\chi^2_{\text{кр}}=7,815$
							$\chi^2_{\text{эксп}} > \chi^2_{\text{кр}}$, поэтому H1

	ЭГ	КГ	f1	f2	1/(ni1+ni2)	(f1-f2) ²	
ОН	3	4	0,033	0,13	0,2	0,009409	0,0018818
Н	13	19	0,33	0,61	0,034	0,0784	0,0026656
С	14	7	0,633	0,23	0,038	0,162409	0,00349346
В	0	1	0	0,03	1	0,0009	0,0009
	30	31					0,00894086
							8,3149998
							$\chi^2_{\text{эксп}}=8,3149998$
							$\chi^2_{\text{кр}}=7,815$
							$\chi^2_{\text{эксп}} > \chi^2_{\text{кр}}$, поэтому H1

Рисунок 6– Результаты статистических данных по критерию Пирсона χ^2 по результатам повторной диагностики

По результатам подсчетов мы видим, что число χ^2 экспериментальной группы незначительно больше χ^2 контрольной группы, но оно значительно выше, чем в первый этап диагностических мероприятий. Распределение признака в экспериментальной подборке выше, чем в контрольной подборке, поэтому мы можем принять экспериментальную гипотезу.

Выводы по главе 2:

Решая задачу данного исследования, был определен и разработан ряд критериев и показателей проверки гипотезы. Были выявлены основные четыре критерия, исходя из анализа психолого-педагогической литературы. Важными факторами умственной работоспособности являются: память, внимание, мышление, восприятие, скорость переработки

информации. Данные аспекты были внесены в критерии проверяемой гипотезы. Каждый критерий был уточнен рядом своих показателей. Мы подобрали ряд методик, максимально охватывающих данные показатели и наглядно раскрывающие предъявленные критерии. Общее количество детей составляло 61 человек. Этим детей мы разделили на две группы: экспериментальную и контрольную. Группы формировались непредвзято, поэтому полученные после первой диагностики данные незначительно расходились. Для корректности сравнения полученных результатов мы использовали статистический метод Пирсона анализа данных.

Решая четвертую задачу исследования, был разработан и представлен комплекс игровых упражнений с использованием напольных пособий. Также были сформированы комплексы игр на активизацию акупунктурных точек с использованием Су-Джок шариков и колец, а также комплекс игр на межполушарное взаимодействие с использованием нейрогимнастики. Данные комплексы упражнений были внедрены в работу с использованием положительного эмоционального подкрепления и упражнений на погашение возбуждения в процессе игры. Эффективность данных технологий проверялась в течение нескольких месяцев. По истечению срока проводимого исследования, была проведена контрольная диагностика дошкольников с дальнейшей интерпретацией результатов. Дети ЭГ показали положительную динамику, что подтверждается проведенным анализом статистических данных.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Информационный поток в современном обществе нарастает с каждым годом, в связи с чем, даже у дошкольников динамика учебного процесса не всегда равномерна. В обществе возрастает потребность в людях, имеющих высокую умственную работоспособность. Умственную работоспособность изучали: М. В. Антропова, Л. О. Бадалян, Р. М. Баевский, Г. А. Берулава, В. М. Бехтерев, О. И. Дорогина, Э. Крепелин, И. П. Подласый, И. М. Сеченов, А. М. Столяренко, Л. Торндайк, Н. В. Ткачёва, Д. В. Колесова и др. Многие из них пришли к выводу о том, что систематическая физическая нагрузка повышает уровень эмоциональной, психической и умственной деятельности. Физические упражнения влияют не только на силовые аппараты человека, но и на его умственную деятельность. Понятие умственная работоспособность очень комплексное и дисциплинарное. Проведя анализ психолого-педагогической литературы, мы пришли к выводу, что умственная работоспособность – это сложный непрерывный процесс усилия ЦНС в способности человека воспринимать полученную информацию, перерабатывать ее и принимать решения без снижения уровня функционирования организма, установленного на оптимальном для данного индивидуума уровне. Параметрами умственной работоспособности являются основные психические процессы: память, внимание, восприятие, уровень мышления, а также скорость передачи информации. Работоспособность зависит от многих факторов, как внешних, так и внутренних. Многие факторы действуют совместно, например, негативные внешние условия ухудшают психологическое состояние, то есть приводят к изменению внутренних факторов.

Показатель работоспособности зависит непосредственно от уровня развития головного мозга и прежде всего, коры больших полушарий. Развитие головного мозга в онтогенезе происходит неравномерно. В

период старшего дошкольного возраста умственная работоспособность только начинает формироваться и зависит от внешних и внутренних факторов.

У здоровых детей 6-7 лет, готовых к обучению в школе по своим морффункциональным и психофизиологическим показателям, уровень умственной работоспособности довольно высок, но при этом наблюдается низкая ее устойчивость, отвлекаемость.

Под подвижной игрой следует понимать сознательную активную деятельность ребенка, характеризующуюся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. Подвижная игра может являться одним из средств познавательного развития посредством активной деятельности, в результате чего ребенок получает знания об окружающем мире, формируется и развивается мышление и иные когнитивные процессы, волевые качества.

Решая задачи исследования, были рассмотрены основные педагогические условия формирования умственной работоспособности у детей посредством подвижных развивающих игр. В ходе чего было определено, что процесс формирования умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста будет эффективен, если: дополнить подвижные игры VAY TOY упражнениями на межполушарное взаимодействие; активизировать акупунктурные точки перед началом подвижных игр VAY TOY; активно использовать положительное эмоциональное подкрепление и упражнения на погашение возбуждения в процессе подвижных игр.

В ходе исследования был разработан, представлен и введен в работу с детьми старшего дошкольного возраста комплекс игровых упражнений с использованием напольных развивающих пособий. Также были сформированы комплексы игр на активизацию акупунктурных точек с использованием Су-Джок шариков и колец, комплекс игр на

межполушарное взаимодействие с использованием нейрогимнастики. Данные упражнения были внедрены в работу с использованием положительного эмоционального подкрепления и упражнений на погашение возбуждения в процессе игры.

Проведение контрольного этапа эксперимента показало, что после внедрения в работу психолого-педагогических условий гипотезы количество детей с низкими показателями значительно уменьшилось в среднем на 11% (3 ребенка). Количество детей со средними показателями увеличилось в среднем на 18% (6 детей). Количество детей с высокими показателями увеличилось на 6% (2 ребенка), это дети, которые показали средние результаты на начальном этапе эксперимента.

По итогам исследования видна динамика результатов формирования умственной работоспособности у детей старшего дошкольного возраста. Положительные результаты не столь велики, так как понятие умственной работоспособности достаточно сложное, междисциплинарное, имеет множество факторов, влияющих на него, с минимальной возможностью измерения. Также для более ярких результатов исследование должно быть лангитюдным, критерии проверки должны быть соответственно расширены, методы исследования должны содержать результаты аппаратной диагностики. Несмотря на относительную краткосрочность проведения исследования, результаты положительные, что подтверждает выдвинутую гипотезу.

Важность проделанной работы определяется ее актуальностью. Полученные в ходе исследования данные могут быть использованы для дальнейшей практической работы формирования умственной работоспособности у детей дошкольного возраста.

Таким образом, достигнута цель исследования, решены все поставленные задачи.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Агаджанян, Н. А. Ваша работоспособность сегодня [Текст] / Н. А. Агаджанян. – М.: Астрахань: АГМА, 2004. – 88 с.
2. Александрова, Ю. И. Психофизиология [Текст] : учебник для вузов / Ю. И. Александрова / под ред. СПб: Питер, 2017. – 463 с.
3. Антропова, М. В. Проблемы здоровья детей и их физического развития [Текст] / М. В. Антропова, Т. М. Параничева // Здоровоохранение Российской Федерации. – 2017. – № 3. – С. 17-21.
4. Баевский Р. М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии [Текст] / Р. М. Баевский. – М.: Книга по Требованию, 2014. – 295 с.
5. Балабанова, Е. А. Развиваем предпосылки учебной деятельности с помощью дидактических игр [Текст] / Е. А. Балабанова, Т. Ю. Медузова // Справочник педагога - психолога – 2018. – №8. – С. 27-32.
6. Баскакова, И. И. Внимание дошкольника, методы изучения и развития [Текст] / под ред. И. И. Баскаковой. – М.: Изд-во «Институт практической психологии». – Воронеж: НПО «МОДЭК», 2017. – 164 с.
7. Безруких, М. М. Психофизиология [Текст] / ред.-сост. Л.А.Карпенко; под общ. ред. А. В. Петровского. – М.: ПЭР СЭ, 2019. – 128 с.
8. Бекмансуров, Х. А. Умственная работоспособность как интегративный тест паспорта здоровья. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса: теория и практика. Региональный сборник научных трудов [Текст] / Х. А. Бекмансуров, В. Р. Бильданова. – М.: Просвещение, 2018 – 150 с.
9. Белая, Н. А. Лечебная физкультура и массаж [Текст] : учеб.-метод. пособие для мед. работников / Н. А. Белая. – М. : Советский спорт, 2017. – 270 с.

10. Белова, Е. А. Развитие познавательной активности у дошкольников посредством технологии мозжечковой стимуляции [Текст] / Е. А. Белова, А. А. Дозорова, Т. В. Чиркова // В сборнике: Наука XXI века: открытия, инновации, технологии. Сборник научных трудов по материалам VIII Международной научно-практической конференции. – 2020. – С. 29-32.
11. Берулава, Г. А. Влияние современных информационных технологий на коммуникативные характеристики личности [Текст] / Г. А. Берулава // Гуманизация образования. – 2017. – № 6. – С. 10-16.
12. Богуславская, З. М. Психологические особенности познавательной деятельности детей-дошкольников в условиях дидактической игры [Текст] / под ред. З. М. Богуславской. – М.: Просвещение, 2018. – 343 с.
13. Бодров, В. А. Профессиональное утомление: фундаментальные и прикладные проблемы [Текст] / В. А. Бодров ; Российская акад. наук, Ин-т психологии. – Москва : Ин-т психологии РАН, 2009. – 558 с.
14. Бойко, Е. И. Механизмы умственной деятельности [Текст] / Е. И. Бойко. – М.: Просвещение, 2017. – 248 с.
15. Бондарь, С. Ю. Использование игрового набора «медовое сражение» из комплекса развивающих игр «VAУ TOY» в познавательном развитии детей старшего дошкольного возраста [Текст] / С. Ю. Бондарь, Ю. С. Кострюкова // В сборнике: Научный форум: педагогика и психология. Сборник статей по материалам XXXIX международной научно-практической конференции. – Москва, 2020. – С. 18-22.
16. Борисова, Т. С. Гигиенические требования к организации трудового и производственного обучения детей и подростков [Текст] : учеб.-метод. пособие / Т. С. Борисова, Ж. П. Лабодаева, А. В. Кушнерук. – Минск: БГМУ, 2018. – 58 с.

17. Буравлёва, Л. В. Утомление как один из факторов, влияющих на умственную активность и работоспособность дошкольников [Текст] / Л. В. Буравлёва. // Сборник трудов конференции. – 2009. – № 4. – С 140-143.
18. Выготский, Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка: Психология развития. Хрестоматия [Текст] / Л. С. Выготский. – СПб.: Питер, 2018. – 632 с.
19. Глущенко, А. А. Нейропедагогика как новейшее направление педагогики: технологии, принципы, методы [Текст] / А. А. Глущенко // Инновационные педагогические технологии : материалы VII Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2017 г.). – Казань : Бук, 2017. – С. 67-69.
20. Гройсман, А. А. Гигиена умственного труда [Текст] / А. А. Гройсман. – М.: Знание, 2009. – 64 с.
21. Деннисон, П. Е. Гимнастика мозга [Текст] : книга для учителей и родителей / П. Е. Деннисон, Г. Е. Деннисон. – Санкт-Петербург : ИГ «Весь», 2020. – 320 с.: ил.
22. Дергунова, А. П. Использование «Гимнастики мозга» в работе с детьми дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения [Текст] / А. П. Дергунова // Актуальные проблемы обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья. материалы всероссийской заочной конференции. – Екатеринбург, 2020. – С. 263-268.
23. Дорогина, О. И. Работоспособность личности: психологические аспекты: практико-ориентированная монография [Текст] / О. И. Дорогина. – Екатеринбург: Урал. гос. пед. ун-т, 2010. – 188 с.
24. Дурнеску, Т. В. Роль развивающей напольной игры VAY TOY в развитии дошкольников [Текст] / Т. В. Дурнеску, М. А. Гламазда // Вестник научных конференций. – 2021. – № 3-2 (67). – С. 56-57.
25. Егоров, А. С. Психофизиология умственного труда / А. С. Егоров, В. П. Загрядский. – Л.: Наука, 2018. – 45 с.
26. Елисеичева, Е. И. Формирование умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста посредством

подвижных игр [Текст] / Е. И. Елисеичева // Психолого-педагогическое сопровождение ребенка в современном информационно-образовательном пространстве: сборник научно-методических статей. – Челябинск, 2021. – С. 65-69.

27. Елисеичева, Е. И. Актуальность вопроса формирования умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр [Текст] / Е. И. Елисеичева // Психология и педагогика дошкольного и начального общего образования: преемственность и новаторство: сборник научно-методических статей. – Челябинск, 2020. – С. 97-93.

28. Елисеичева, Е. И. Актуальность вопроса формирования умственной работоспособности детей старшего дошкольного возраста посредством подвижных игр [Текст] / Е. И. Елисеичева // Информационно-коммуникационные технологии в педагогическом образовании. – № 2 (7). – 2021. – С. 33-39.

29. Жукова, К. А. Подвижные развивающие игры VAY TOY как средство развития познавательной сферы дошкольников [Текст] / К. А. Жукова, О. А. Валуйская, А. С. Максименко // В сборнике: Конструктивизм в психологической и педагогической науке. Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2020. – С. 40-42.

30. Забайрачный, О. Использование Су-джок терапии в работе с детьми дошкольного возраста [Текст] / О. Забайрачный // В сборнике: Пути повышения результативности современных научных исследований. Сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2019. – С. 195-197.

31. Игнатова, Ю. П. Современные аспекты изучения функциональной межполушарной асимметрии мозга [Текст] / Ю. П. Игнатова, И. И. Макарова, О. Ю. Зенина и др. // Экология человека. – 2017. – № 9. – С. 30-39.

32. Калмыкова, А. С. Состояние здоровья и особенности физического развития детей дошкольного возраста Ставрополя [Текст] / А. С. Калмыкова, Ю. В. Евсигнеева, Н. В. Ткачёва и др. // Гигиена и санитария. – 2019. – № 3. – С.55-57.
33. Корсакова, Н. К. Неудачающие дети: нейропсихологическая диагностика трудностей в обучении младших школьников [Текст] : учеб. пос. / Н. К. Корсакова, Ю. В. Микадзе, Е. Ю. Балашова. – Изд. 3-е, доп. – М.: Педагог. Об-во России, 2017. – 160 с.
34. Косилов, С. А. Работоспособность человека и пути ее повышения [Текст] / С. А. Косилов, Л. А. Леонова. – М.: Просвещение, 2004. – 173 с.
35. Курмелева Т. Л. Утомление и переутомление у детей дошкольного возраста [Текст] / Т. Л. Курмелева // Вестник научных конференций. – 2017. – № 3-6 (19). – С. 95-96.
36. Кучма, В. Р. Гигиена детей и подростков [Текст] : учеб. / В. Р. Кучма. – Москва : Медицина, 2017. – 384 с.
37. Лифантьева С.Д. Су-джок терапия как средство здоровьесбережения детей дошкольного возраста [Текст] / С. Д. Лифантьева // Преемственность в образовании. – 2019. – № 22(06). – С. 347-350.
38. Лурия, А. Р. Лекции по общей психологии [Текст] / А. Р. Лурия. – СПб: Питер, 2018. – 386 с.
39. Макаренко А.С. Коллектив и воспитание личности [Текст] / А. С. Макаренко, сост. В. В. Кукарин. – М.: Педагогика, 2017. – 334 с.
40. Марищук, В. Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств [Текст] : диссертация ... доктора психологических наук: 19.00.03. / В. Л. Марищук.– Ленинград, 1982. – 351 с.
41. Немов, Р. С. Психология [Текст] : учебник. В 3-х кн. Кн. 2: Общие основы психологии / Р. С. Немов. – М.: ВЛАДОС, 2017. – 692 с.

42. Никитина, Н. Г. Развитие межполушарного взаимодействия у детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Н. Г. Никитина // Интегративные тенденции в медицине и образовании. – 2021. – Том 3. – С. 56-60.
43. Николаева, Е. Е. Подвижные игры в жизни дошкольника [Текст] / Е. Е. Николаева // Вопросы дошкольной педагогики. – 2017. – № 2. – С. 36-37.
44. Никоноров, В. Т. Влияние подвижных игр на здоровье и работоспособность дошкольника [Текст] / В. Т. Никоноров, Д. В. Никоноров. // Материалы Международной Научно-Практической Конференции. – 2019. – С. 226-229.
45. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология [Текст] : учебное пособие / под ред. Л. Ф. Обуховой. М.: Педагогическое общество России, 2000. – 448 с.
46. Ошкина, А. А. Педагогическая практика [Текст] : учеб.-метод. пособие / А. А. Ошкина. – Тольятти : Изд-во ТГУ, 2017. – 74 с.
47. Павлова, В. И. Состояние умственной работоспособности и уровень развития речи у детей старшего дошкольного возраста [Текст] / В. И. Павлова, Ю. Г. Камскова // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2011. – № 12. – С. 168-176.
48. Параничева, Т. М. Динамика умственной работоспособности детей [Текст] / Т. М. Параничева, Л. В. Макарова, Е. В. Тюрина // Седьмая Международная Конференция по Когнитивной Науке. – 2017. – С. 480-481.
49. Пименова, В. В. Су-джок терапия для детей дошкольного возраста [Текст] / В. В. Пименова // В сборнике: Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. – 2018. – С. 107-110.
50. Подласый, И. П. Педагогика [Текст] : учебник / И. П. Подласый. – Москва: Юрайт: ИД Юрайт, 2017. – 573 с.

51. Руденко, А. М. Основы психологии и педагогики: общие вопросы [Текст] / А. М. Руденко. – Ростов н/Д.: Феникс, 2018. – 125 с.
52. Рябова, А. С. Линейка игр VAY TOY как одна из составляющих здоровьесберегающей технологии в дошкольном учреждении [Текст] / А. С. Рябова, О. В. Бабынина // В сборнике: Прогрессивные научные исследования: теория, методология и практика применения. Сборник статей Международной научно-практической конференции. – Уфа, 2020. – С. 211-213.
53. Садвакасова Н. А. Проблема умственной работоспособности детей [Текст] / Н. А. Садвакасова // Научное обозрение. Фундаментальные и прикладные исследования. – 2018. – № 3. – С. 34-39.
54. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза [Текст] / А. В. Семенович. – М.: Генезис, 2017. – 474 с.
55. Сидоров, А. С. Роль физического воспитания в формировании умственной и физической работоспособности детей старшего дошкольного возраста [Текст] / А. С. Сидоров, А. А. Рудая. // Вестник научных конференций. – 2017. № 9-4 (13). – С. 85-88.
56. Сеницына, Е. А. Умные занятия [Текст] / Е. А. Сеницына. – М.: Педагогика, 1993. – 192 с.
57. Сиротюк, А. Л. Межполушарное взаимодействие головного мозга - основа интеллекта [Текст] / А. Л. Сиротюк, А. С. Сиротюк // Дошкольное воспитание. – 2021. – № 1. – С. 68-79.
58. Сиротюк, А. Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: практическое руководство для учителей и родителей [Текст] / А. Л. Сиротюк. – М. : ТЦ «Сфера», 2001. – 128 с.
59. Смирнов, А. А. Проблемы психологии внимания [Текст] / под ред. А. А. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008. – 168 с.

60. Сонькин, В. Д. Проблема оценки физической работоспособности детей и подростков [Текст] / В. Д. Сонькин // Новые исследования. – 2008. – № 2. – С. 43-51.

61. Специальная психология [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. пед. С718учеб. заведений / В. И. Лубовский, Т. В. Розанова, Л. И. Солнцева и др.; Под ред. В. И. Лубовского. – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 464 с.

62. Стародубцева, И. В. Интеграция умственного и двигательного развития дошкольников 5-7 лет в процессе физического воспитания [Текст] : дисс. канд. пед. наук / И. В. Стародубцева. – Тюмень, 2017. – 141 с.

63. Стародубцева, И. В. Оптимизация умственной деятельности детей в процессе физического воспитания [Текст] / И. В. Стародубцева // Физическое воспитание и детско-юношеский спор. – 2017. – № 1. – С. 55-61.

64. Столяренко, А. М. Физиология высшей нервной деятельности для психологов и педагогов: учебник для студентов вузов, обучающихся по гуманитарно-социальным специальностям [Текст] / А. М. Столяренко. – М.: ЮНИТИДАНА, 2018. – 463 с.

65. Сударик, А. Н. Общая психология: практические задания и упражнения [Текст] : практикум / А. Н. Сударик, С. Н. Федотов ; Федеральное государственное казенное образовательное учреждение высшего образования «Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В. Я. Кикотя». – Москва : Московский ун-т МВД России им. В. Я. Кикотя, 2018. – 201 с.

66. Точечный массаж Уманской А.А. Оздоровительный эффект от массажа Электрон. дан. – URL: <https://elizavetalyan.ru/tochechnyy-massazh-ro-umanskoj-aa-ozdorovitelnyy-effekt-ot-massazha>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус

67. Ухтомский, А. А. Развитие внимания детей [Текст] / под ред. А. А. Ухтомского. – М.: Сфера, 2017. – 122 с.
68. Ушинский, К. Д. Человек как предмет воспитания: Опыт педагогической антропологии. Том II. [Текст] / К. Д. Ушинский – М.: Книга по Требованию, 2018. – 628 с.
69. Федеральный государственный образовательный стандарт [Электронный ресурс] // Российская газета. Электрон. дан. – URL: <http://www.rg.ru/2013/11/25/doshk-standart-dok.html>, свободный. – Загл. с экрана. – Яз. рус.
70. Фоминых, А. В. Экспериментальное обоснование методики сопряженного воздействия физическими упражнениями на физическую подготовленность и умственную работоспособность детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) [Текст] / А. В. Фоминых // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. – Вып. 2-3. – 2017. – С. 87-92.
71. Храмцова, Г. Г. Возможности использования игр и игровых упражнений в коррекции познавательных процессов младших школьников с нарушением интеллекта [Текст] / Г.Г. Храмцова // Молодой учёный – 2014. – №10 (69). – С. 443-444.
72. Цветков, А. В. Нейропедагогика воспитания [Текст] / А. В. Цветкова. – М.: «Издание книг ком», 2019. – 144 с.
73. Шевченко, А. В. Повышение эффективности учебной деятельности средствами образовательной кинезиологии [Текст] / А. В. Шевченко, Л. В. Грабаровская. // Развитие современного образования: теория, методика и практика. – 2016. – № 1 (7). – С. 328-330.
74. Шорникова, О. В. Роль игры в развитии ребёнка [Текст] / О. В. Шорникова // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2014. – №34. – С.121-123.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Испытуемый: _____	Дата _____
Экспериментатор: _____	Время _____

Тест

☒ △ ○ ◇ △ ◇ ○ □ △ ○

◇ ○ □ ○ ◇ △ △ ○ ◇ □

△ □ ◇ □ △ ○ ◇ △ ○ ◇

□ ◇ ○ △ □ ◇ □ ○ ◇ △

○ ◇ □ ○ ◇ △ ○ □ △ □

◇ ○ ◇ △ ○ □ △ ◇ □ △

○ □ △ ◇ □ ◇ ○ △ □ ◇

□ △ ○ □ △ ○ ◇ □ ◇ ○

◇ □ △ ○ ○ □ △ ◇ △ □

Рисунок 7 – Диагностический материал на методику «Тест Пьерона-Рузера»

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

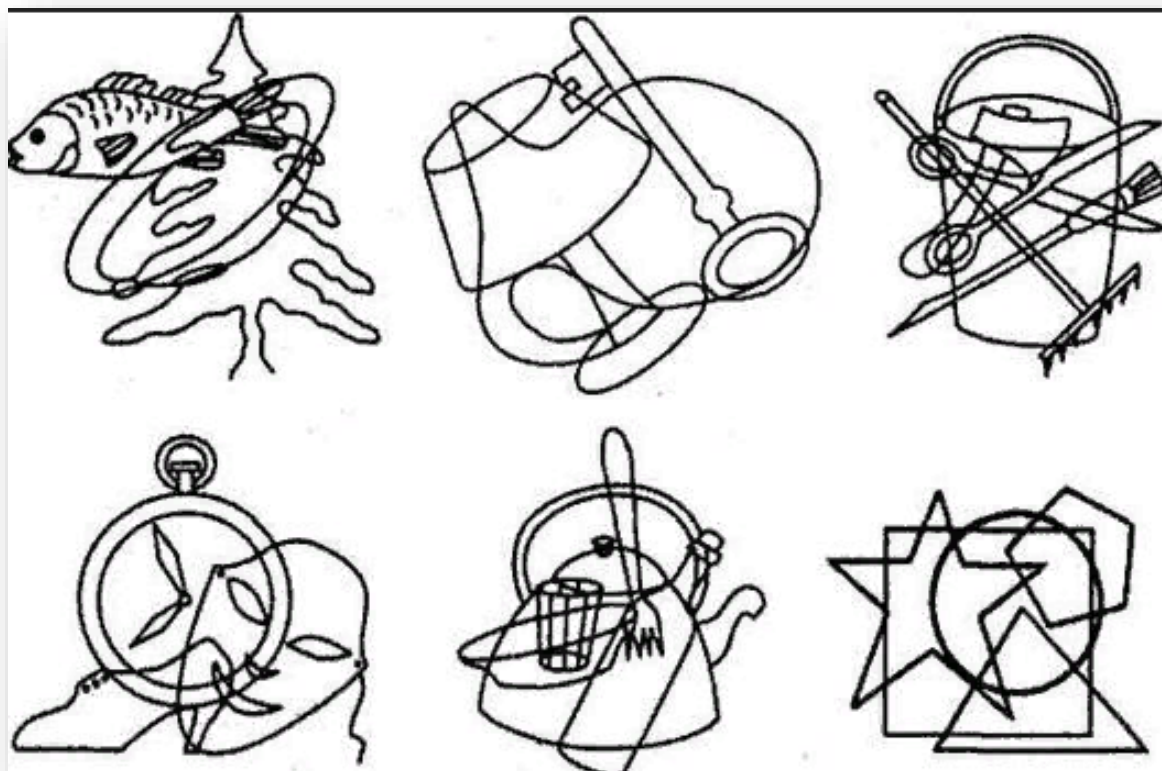


Рисунок 8 – Диагностический материал на методику «Тест Поппельрейтера»

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Комплекс упражнений с Су-Джок шарами и кольцами.

1. Массаж Су-Джок шарами. Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом.

Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.

2. Массаж пальцев эластичным кольцом. Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.

Раз – два – три – четыре – пять (разгибать пальцы по одному),
Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

3. Использование Су-Джок шаров для развития памяти и внимания.

Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

4. Использование шариков при выполнении гимнастики.

И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища, в правой руке шар.

- руки развести в стороны;
- руки поднять вверх и переложить шар в другую руку;
- руки развести в стороны;
- опустить руки.

5. Сказка «Ежик на прогулке».

Жил да был ежик в лесу, в своем домике – норке (зажать шарик в ладошке). Выглянул ежик из своей норки (раскрыть ладошки и показать шарик) и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку (улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером) и решил прогуляться по лесу.

Покатился ежик по прямой дорожке (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик), катился - катился и прибежал на красивую, круглую полянку (ладошки соединить в форме круга). Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке (зажимать шарик между ладошками)

Стал цветочки нюхать (прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох). Вдруг набежали тучки (зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться), и закапал дождик: кап-кап-кап (кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика).

Спрятался ежик под большой грибок (ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб (показать пальчики).

Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много ... как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки (каждый кончик пальчика уколоть шипом шарика) и довольный побежал домой (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).

6. Упражнения с шариком массажером Су-Джок.

Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх), делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить.

7. Упражнения с шариком массажером Су-Джок.

На поляне, на лужайке /катать шарик между ладонями/

Целый день скакали зайки. /прыгать по ладошке шаром/

И катались по траве, /катать вперед – назад/

От хвоста и к голове.

Долго зайцы так скакали, /прыгать по ладошке шаром/

Но напрыгались, устали. /положить шарик на ладошку/

Мимо змеи проползали, /вести по ладошке/

«С добрым утром!» - им сказали.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать. /гладить шаром каждый палец/

8. Упражнения с шариком массажером Су-Джок.

Шла медведица спросонок, /шагать шариком по руке/

А за нею – медвежонок. /шагать тихо шариком по руке/

А потом пришли детишки, /шагать шариком по руке/

Принесли в портфелях книжки.

Стали книжки открывать /нажимать шариком на каждый палец/

И в тетрадочках писать.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Комплекс упражнений нейрогимнастики для детей

«Кнопки мозга»

Данная физкультура поможет положительно настроиться на выполнение определенных действий. Зарядка приводит в готовность вестибулярный аппарат. Для выполнения действия нужно одной рукой провести углубления между первым и вторым ребрами. Другую руку следует поднести на зону пупка. Подобное упражнение оптимизирует деятельность мозга.

«Крюки»

Такие движения помогут вовлечься в любой процесс и полноценно воспринять сведения. Влияние кинезиологической тренировки способствует активизации работы интеллекта. Действия нужно повторять примерно до 10 раз. Для начала можно попробовать до 5 раз. Физические действия можно выполнять стоя, сидя, лежа. Главное условие — скрестить лодыжки ног. Затем нужно вытянуть руки вперед, скрестив ладони друг к другу. Руки нужно держать на таком расстоянии, чтобы опустить локти к низу.

«Перекрестные шаги»

Шагайте на месте касаясь правым предплечье левого бедра и наоборот. При этом стараемся нести плечо к бедру, а не локоть к коленке, а голова немного поворачивается по ходу движения. При выполнении упражнения не зажимаем рот, губы должны быть свободны и расслаблены. Для детей скорость выполнения упражнения не важна. Взрослым на первых порах необходимо делать упражнение медленно, чтобы хорошо прочувствовать и услышать свое тело.

«Ленивые восьмерки»

Встаньте прямо, ноги на ширине плеч, стопы параллельны. Вытяните перед собой правую руку сжатую в кулак с выпрямленным большим

пальцем. Взгляд направлен на кончик пальца. Начиная движение вправо-вверх рисуем перед собой в воздухе ленивую (горизонтальную) восьмерку. Середина восьмерки должна быть на одном уровне с срединной линией вашего тела. Старайтесь рисовать максимально круглую восьмерку. Неважно будет ли она у вас большой или маленькой, главное чтобы она была круглой. Взгляд все время направлен на кончик большого пальца. Выполнив упражнение несколько раз меняем руки. Левая рука начинает движение влево-вверх. Также делаем несколько раз. После этого сцепляем две руки вместе в замок, большие пальцы перекрещены и делаем ленивую восьмерку двумя руками. Взгляд не отрываем от перекрестья больших пальцев. Головой не вертим, следим только глазами. Дети могут тоже упражнение рисуя карандашом на бумаге или доске.

«Слон»

Встаньте прямо, немного согните ноги в коленях, прижмите правое ухо к правому плечу и вытяните правую руку вперед. Вытянутой рукой рисуем в воздухе горизонтальную восьмерку начиная от центра и вправо-вверх. Глаза следят за кончиками пальцев. Двигается только верхняя часть туловища. Выполнив упражнение несколько раз меняем руки.

«Колпак для думания»

Берем себя за уши. Большой палец сзади, а указательный впереди. Массируем себя как бы слегка растягивая уши и выворачивая их назад, каждую точку на кромке ушной раковины. Затем поворачиваем голову максимально вправо, снова берем себя за уши и продолжаем массировать позволяя своей голове поворачиваться все дальше и дальше вправо. Как только голова остановится, поворачиваем ее до упора влево и снова массируем уши позволяя голове поворачиваться, но на этот раз уже влево.

«Энергизатор»

Последнее в этой группе упражнение для мозга хорошо выполнять в конце рабочего дня для расслабления. Сядьте и положите руки на стол ладонями вниз. Опустите голову между вашими руками, коснувшись стола

лбом. Сделайте выдох, а затем глубокий вдох, наполняя воздухом всю грудную клетку. Затем, легко не напрягаясь, поднимите голову, начиная со лба, шею и верхнюю часть туловища. Плечи и нижнюю часть туловища держите расслабленными. Выдохните и опустите подбородок на грудь, стараясь максимально расслабить и как бы удлинить задние мышцы шеи и спины. Оставайтесь расслабленными и дышите ровно и спокойно.

«Сова»

Это упражнение хорошо расслабляет мышцы плеч, которое возникает при длительном сидении.левой рукой сожмите мышцы правого плеча. Поверните голову вправо, широко раскройте (вытаращите) глаза и смотрите прямо. Затем, сделав вдох начинайте поворачивать голову влево и одновременно вытягивайте шею вперед уха как сова. За время поворота сделайте несколько таких движений. Затем поворачивайте также голову обратно. Пальцами левой руки сжимайте в это время плечо. Сжимаете на выдохе, отпускаете на вдохе. Повторите упражнение, сжав правой рукой левое плечо.

«Сгибание стопы»

Способствует быстрому включению языковых функций мозга. Упражнение выполняется сидя на стуле. Положите правую стопу на левое колено. Массируйте места напряжений мышц в лодыжке, икре под коленом оттягивая их, одновременно с массажем сгибайте ступню к себе и от себя. Повторите с другой ногой.

«Заземлитель»

Это упражнение нейрогимнастики хорошо помогает сосредоточиться на выполняемой работе. Поставьте ноги намного шире плеч, так чтобы левая ступня смотрела вперед, а правая была повернута вправо. Руки на поясе. На выдохе согните правое колено, на вдохе распрямите. Повторите три раза. Затем поверните правую ступню вперед, а левую влево и повторите упражнение для левой ноги.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Комплекс упражнений на погашение возбуждения в процессе игры

«Муравей»

Взрослый: «Мы сидим на полянке, ласково греет солнышко. Мы спокойно дышим – вдох, выдох. Вдруг на пальчики ног залез муравей. С силой потяните носочки на себя. Ножки прямые и напряжены. Прислушайтесь, на каком пальчике сидит муравей, задержите дыхание. Сбросим муравья с ножек, выдыхаем воздух. Носочки вниз, стопы в стороны, ножки расслаблены, отдыхают». (Повторить несколько раз.)

«Мороженое»

Взрослый: «Вы – мороженое. Вас только что достали из холодильника. Мороженое твердое как камень. Ваши ручки напряжены, ваше тело ледяное. Но вот пригрело солнышко, мороженое стало таять. Ваше тело, ручки, ножки стали мягкими, расслабленными. Ручки бессильно повисли вдоль тела».

«Поймай бабочку»

Процедура проведения. Ведущий показывает летящую бабочку, пробует ее поймать - выполняет хватательные движения над головой одной рукой, потом другой, обеими руками одновременно. Дети повторяют показанные движения. Затем медленно разжимают кулачки, смотрят, поймали бабочку или нет. Затем соединяют раскрытые ладони, представляя, что держат ее.

«Улыбка»

Процедура проведения. Детям показывают картинку с улыбающимся солнышком. Ведущий: «Посмотрите, какое красивое солнышко, оно широко улыбается для вас. Давайте улыбнемся солнышку в ответ. Почувствуйте, как улыбка переходит в ваши ручки, доходит до ладошек. Улыбнитесь еще раз и попробуйте улыбнуться пошире. Растягиваются

ваши губки, напрягаются щечки. Дышите и улыбайтесь. Ваши ручки и ладошки наполняются улыбающейся силой солнышка».

«Перематывание клубочков»

Два клубочка разного цвета диаметром примерно 5 см, закрепленных так, чтобы нитки не разматывались, соединены между собой толстой ниткой пряжи длиной 1,5 м. Ребенок перематывает нитку с одного клубочка на другой.

«Хлопай-топай»

Предложить одному или нескольким детям, испытывающим психоэмоциональное напряжение или чувство злости, выполнить простые движений – потопать ногами, похлопать в ладоши так сильно, как кому нравится. Выполнять упражнение нужно в специально отведенном для этого уголке.

«Мыльные пузыри»

Дети становятся мыльными пузырями. Под слова ведущего, имитирующего выдувание мыльных пузырей, дети выполняют различные движения.

Осторожно — пузыри!

Ой, какие!

Ой, смотри!

Раздуваются!

Блестят!

Отрываются!

Летят! И лопаются!

Мыльные пузыри лопаются (хлопок в ладоши). Дети падают на ковер, расслабляются, некоторое время отдыхают. Упражнение повторяется.

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Конспект подгруппового занятия по ФЭМП в подготовительной к школе группе детей 6-7 лет

По теме: «Ориентировка в пространстве. Состав числа 4.»

Цель: закрепление знаний состава чисел в пределах 4.

Задачи:

1. Закреплять умение составлять число из двух меньших чисел в пределах 4.
2. Закреплять умение называть основные геометрические фигуры.
3. Продолжать учить ориентироваться на плоскости и в окружающем пространстве.
4. Продолжать упражняться считать по порядку, называть соседей числа.

Оборудование: зашумованная картинка с изображением совы, массажные колечки су-джок (по количеству детей), подвижная развивающая игра VAY TOY «Логика» (1-3 в зависимости от количества детей), карточки с цифрами от 1 до 10 (по количеству детей), подвижная развивающая игра «Медовое сражение» (1 штука), геометрические фигуры из подвижных развивающих игр VAY TOY (по количеству детей).

Этапы работы	Деятельность педагога	Примерные ответы детей
Орг. момент	Посмотрите, к нам в гости кто-то пришел, только наш гость немного стесняется. Давайте попробуем найти нашего гостя.	(предложить детям рассмотреть зашумованную картинку, на которой спрятана сова) Дети рассматривают картинку, рассказывают, что они

	<p>Сова прилетела к нам немного поиграть. А вы любите играть?</p> <p>Тогда повторяем за совой: левой рукой сожмите мышцы правого плеча. Поверните голову вправо, широко раскройте глаза и смотрите прямо. Затем, сделав вдох начинайте поворачивать голову влево и одновременно вытягивайте шею вперед уха как сова. За время поворота сделайте несколько таких движений. Затем поворачивайте также голову обратно. Пальцами левой руки сжимайте в это время плечо. Сжимаете на выдохе, отпускаете на вдохе. Повторите упражнение, сжав правой рукой левое плечо.</p>	<p>на ней видят, указывают на сову, уточняют, где спряталась гостья.</p> <p>Ответы детей</p> <p>Дети выполняют нейрогимнастику за педагогом.</p>
Ход работы		
<p>Игра с использованием су-джок</p>	<p>Наша умная сова прилетела к нам из страны математики. Там на деревьях вместо</p>	

<p>колечка</p>	<p>листьев растут геометрические фигуры. А вы, ребята, знаете, какие бывают геометрические фигуры. Давайте вместе с совой вспомним, как они выглядят: Треугольник – три угла, посмотрите детвора: три вершины очень острых – треугольник – «остроносый». Стороны в нем тоже три: раз, два, три – ты посмотри.</p>	<p>Предложить детям назвать знакомые геометрические фигуры. Дети выполняют движения за педагогом.</p>
<p>Подвижная развивающая игра «Логика»</p>	<p>Ребята, посмотрите на наши геометрические листья, какого они цвета? Давайте разложим геометрические листики на дереве совы. Оно похоже на квадрат, в каждой строчке и каждом столбике этого квадрата форма и цвет листьев не должны повторяться. Начнем раскладывать вместе. Ваня, положи красный треугольник в левый верхний угол. Настя, положи желтый круг в левый нижний угол. Миша, положи синий круг в правый верхний угол.</p>	<p>Красный, синий и желтый. Дети выполняют задание педагога</p>

	<p>Оставшиеся фигуры разложите самостоятельно.</p> <p>(В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)</p>	
<p>Дидактическая игра «Соседи числа»</p>	<p>Вы здорово справились. А еще у нашей совы на опушке леса живут подружки пчелки, но домик их находится далеко. Туда можно добраться только на математическом поезде. Сначала важно взять билеты, которые спрятаны в нашей группе.</p> <p>Ребята, какие вы внимательные. Теперь нужно занять места в поезде согласно вашим билетам. В один вагон могут сесть только те числа, которые являются соседями друг другу. Маша, какое число у тебя в билете? Кто твои соседи?</p>	<p>Дети ищут билеты. Каждый ребенок, найдя билет, называет его место, например, мой билет в правом ящике, мой билет под столом, мой билет на стуле и т.д.</p> <p>Пять.</p> <p>Четыре и шесть. (дети объединяются в тройки согласно правилу: найди своих соседей)</p>

	(В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)	
Физ. минутка	Под муз. сопровождение «поезд» с детьми перемещается по комнате	
Игра «Состав числа» (подвижная развивающая игра «Медовое сражение»)	<p>Вот мы и прибыли, ребята. Что вы видите вокруг? Тася, что у тебя справа? Аня, а что у тебя слева? Посмотрите, а вот и дерево с ульем пчелок-подружек. Каждая пчелка приносит в улей два ведра с нектаром. Кидаем пчелок в ульи.</p> <p>Руслан, под каким номером улей твоей пчелки? Какие два числа мы должны сложить, чтобы получилось число три? Значит пчелка может принести в свой домик под номером три ведерки один и два. Как еще мы можем получить число три? (Каждый по очереди бросает пчелку и отвечает на вопросы. В качестве положительного</p>	<p>Окно и полки с игрушками. Стена и стол.</p> <p>Дети по очереди бросают пчелки-мешочки на поле-улей.</p> <p>Три.</p> <p>Один и два.</p> <p>Ответы детей: два и один, три и ноль, ноль и три.</p>

	эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)	
Дидактическая игра «Укрась скатерть»	<p>Пчелки решили угостить нас медом. Вместе с умной совой давайте накроем стол для чаепития, но сначала, нам нужна красивая скатерть. Каждый из вас пусть возьмет по одно геометрической фигуре и назовет ее.</p> <p>А теперь давайте украсим этими фигурами скатерть: в правом верхнем углу большой желтый круг, в правом нижнем углу маленький синий треугольник, в левом нижнем углу большой синий квадрат, в центре – большой красный треугольник, в левом верхнем углу маленький красный круг. (В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)</p>	<p>Большой красный треугольник, маленький синий квадрат и т.д.</p> <p>Дети выкладывают фигуры на поле по слуховой инструкции</p> <p>Дети выполняют задание педагога.</p>
Подведение итогов		
	Ребята, как здорово мы с вами сегодня поиграли. А что	Ответы детей

	<p>больше всего понравилось? Были ли игры трудными и почему? Давайте посчитаем, у кого сколько карточек. Миша, сколько у тебя сегодня карточек? А сколько было вчера, посмотри? (педагог обращает внимание на доску, где фиксируется количество карточек за занятие у каждого ребенка). Как ты думаешь, почему сегодня ты заработал больше? Да, верно, ты молодец!</p>	<p>Дети считают каждый свои карточки Три Две Я внимательно слушал и отвечал правильно</p>
--	---	--

ПРИЛОЖЕНИЕ 7

Конспект подгруппового занятия по окружающему миру в
подготовительной к школе группе детей 6-7 лет

По теме: «Овощи и фрукты»

Цель: закрепление знаний детей об овощах и фруктах.

Задачи:

5. Расширять представления детей об овощах и фруктах.
6. Развивать познавательный интерес: восприятие, память, внимание детей.
7. Развивать связную речь детей и активизировать их словарный запас.
8. Закреплять признаки, цвет, форму.

Оборудование: подвижная развивающая игра VAY TOY «Танграм», схема «яблоко» для игры в «Танграм (4 штуки), муляжи фруктов и овощей, четыре маленьких корзинки, одна большая корзинка, подвижная развивающая игра VAY TOY «Логика» (1-3 в зависимости от количества детей), геометрические фигуры из подвижных развивающих игр VAY TOY.

Этапы работы	Деятельность педагога	Примерные ответы детей
Орг. момент	Ребята, сегодня приглашаю вас поиграть, а для этого важно проснуться. Давайте хорошо позеваем и проснемся. (предложить детям выполнить упражнение «Энергетический зев») Притворитесь, что зеваете. Приложите пальцы обеих рук к напряженным	Дети выполняют нейроримнастику за педагогом.

	<p>участкам челюстных суставов, основываясь на своих ощущениях. Издайте глубокий и мягкий зевающий звук, открывайте рот шире, при этом слегка поглаживая точки напряжения кончиками пальцев. Повторить упражнение 3-5 раз. В процессе выполнения упражнения обязательно даем детям наглядную инструкции, показываем на себе.</p>	
<p>Ход работы</p>		
<p>Игра на стимуляцию акупунктурных точек посредством точечного массажа и пальчиковой гимнастики</p>	<p>Позевали, проснулись, а теперь давайте сделаем массаж. Повторяем за мной: : «крылья носа разотри – раз, два, три; и под носом себе утри – раз, два, три; брови нужно расчесать – раз, два, три, четыре, пять; вытри пот теперь со лба – раз, два; серьги на уши повесь, если есть. Заколкой волосы скрепи – раз, два, три; сзади пуговку найди, застегни; бусы надо примерять – раз, два, три, четыре, пять; а сюда повесим брошку, разноцветную</p>	<p>Дети выполняют движения за педагогом.</p>

	матрёшку».	
Подвижная развивающая игра «Танграм»	<p>Посмотрите, какой большой волшебный мешочек я вам принесла. Как вы думаете зачем? (предложить детям сделать предположения, пофантазировать)</p> <p>Каждый из вас пусть вытащит из него одну фигуру.</p> <p>Сережа, какого цвета твоя фигура? Найди, у кого из ребят тоже зеленые фигуры, вы сегодня будете играть в одной команде. У кого есть фигуры других цветов.</p> <p>Замечательно, ищи ребят, у кого тоже синие фигуры.</p> <p>Посмотрите, что я вам приготовила. (предложить детям рассмотреть схему для игры в «Танграм» - яблоко)</p> <p>Как вы думаете, на что это похоже?</p> <p>Как вы думаете, сможем ли мы собрать такие же яблоки и из чего? (В качестве</p>	<p>Ответы детей</p> <p>Каждый ребенок вытягивает по одной фигуре</p> <p>Зеленая.</p> <p>У меня попалась синяя. (дети делятся на четыре команды по цвету фигур)</p> <p>Это яблоко. (дети рассматривают схему яблока, выполненную из частей танграма)</p> <p>Можно взять геометрические фигуры и собрать</p>

	<p>положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)</p>	<p>яблоко по схеме. Дети выполняют задание.</p>
<p>Подвижная игра «Найди овощ или фрукт»</p>	<p>Вы здорово справились, у всех получились замечательные яблоки.</p> <p>Миша, а яблоко – это фрукт или овощ?</p> <p>Верно. А сейчас хочу проверить, кто из вас хорошо знает овощи и фрукты. Своими командами вставайте на старт. Каждой команде раздаю корзинку. У дальней стены лежат вперемешку овощи и фрукты. Зеленая и синяя команды выбирают только фрукты. Фиолетовая и оранжевая команды выбирают только овощи. На старт, внимание марш.</p> <p>Все команды молодцы. А теперь проверяем, что вы принесли. Груша – это фрукт?</p>	<p>Яблоко – это фрукт, так как растет на дереве.</p> <p>Дети по команде педагога бегут к общей корзине, выбирают овощ или фрукт и несут его к своей команде, складывая в корзинку.</p> <p>Да</p>

	<p>А апельсин, лимон, мандарин – тоже фрукты?</p> <p>Помидор – это тоже фрукт?</p> <p>Верно! А какие еще овощи вы собрали?</p> <p>Ребята, а что можно приготовить из овощей?</p> <p>Да. А что можно приготовить из фруктов?</p> <p>(В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)</p>	<p>Да</p> <p>Нет, помидор – это овощ.</p> <p>Огурцы, картофель, баклажан, кабачок и т.д.</p> <p>Суп, рагу, пюре. (ответы детей)</p> <p>Компот, пирог. (ответы детей)</p>
Физ. минутка	<p>Вы все верно разделили, предлагаю станцевать танец дружбы.</p> <p>Под муз. сопровождение танцуем вместе:</p> <p>Руку правую вперед, А потом ее назад, А потом опять вперед И немножко потрясем. Припев: Мы танцуем буги-вуги Поворачиваем круги И в ладоши хлопаем вот так.</p>	Дети вместе танцуют
Игра «Что изменилось»	<p>Как вы весело танцуете. Чтобы наш урожай не испортился, нам нужно разложить его в ящички. Посмотрите какие разные у</p>	

	<p>меня есть ящички. (Педагог показывает детям геометрические фигуры из подвижной развивающей игры VAY TOY) На какую фигуру похож этот ящик?</p> <p>Правильно, а этот?</p> <p>Да, верно. Эти веселые ящики все время куда то прячутся. Вот и теперь вам нужно запомнить какие ящики перед вами, зарыть глаза, что-то изменится, а вы мне потом скажите, что же изменилось.</p> <p>(В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)</p>	<p>На красный треугольник</p> <p>На синий круг</p> <p>Дети играют в эту игру несколько раз, называют, что изменилось полным ответом.</p>
<p>Подвижная развивающая игра «Логика»</p>	<p>Какие вы внимательные. Давайте сложим все наши ящики на полки, чтобы они больше не терялись. Для этого у нас есть специальное поле, где по вертикали и горизонтали форма и цвет фигур повторяться не должны. Первые ящички-фигуры расставляем по</p>	<p>Дети выполняют задание педагога.</p>

	<p>инструкции. Аня, положи красный круг в центр поля. Алеша, положи желтый круг в левый нижний угол. Миша, положи красный треугольник в левый верхний угол. Остальные фигуры раскладываем самостоятельно.</p> <p>Все верно, вы справились, молодцы! Как вы думаете, какие овощи и фрукты могут лежать в треугольных ящиках? Правильно. А в круглых ящиках?</p> <p>(В качестве положительного эмоционального подкрепления детям за правильные ответы выдаются карточки.)</p>	<p>Те, что похожи на треугольник. Морковь, груша.</p> <p>Те овощи и фрукты, что похожи на круг: яблоко, помидор, апельсин.</p>
<p>Подведение итогов</p>		
	<p>Ребята, как здорово мы с вами сегодня поиграли. А что больше всего понравилось? Были ли игры трудными? Почему?</p> <p>Давайте посчитаем, у кого сколько карточек.</p> <p>Маша, сколько у тебя сегодня карточек? А сколько было вчера, посмотри? (педагог</p>	<p>Ответы детей</p> <p>Дети считают каждый свои карточки</p> <p>Четыре</p> <p>Две</p>

	обращает внимание на доску, где фиксируется количество карточек за занятие у каждого ребенка). Как ты думаешь, почему сегодня ты заработал больше? Да, верно, ты молодец!	Я внимательно слушала и отвечала правильно
--	---	--