



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.

**Развитие внимания у детей старшего дошкольного возраста при  
обучении в движении**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.01 «Педагогическое образование»**

**Направленность программы бакалавриата  
«Дошкольное образование»**

**Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

81 % авторского текста

Работа рекомендов к защите  
рекомендована

«2» июня 2022г.

зав. кафедрой ПиПД.

Филиппова Оксана Геннадьевна

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-502-096-5-1

Чегодаева Алёна Дмитриевна

Научный руководитель: д.п.н.,

доцент, профессор кафедры ПиПД

Емельянова Ирина Евгеньевна

Челябинск

2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ОБУЧЕНИИ В ДВИЖЕНИИ.....	8
1.1 Анализ литературы по проблеме развития внимания у детей старшего дошкольного возраста.....	8
1.2 Роль двигательной активности в психофизическом развитии детей дошкольного возраста.....	15
1.3 Педагогические условия развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении.....	21
Выводы по первой главе.....	30
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ОБУЧЕНИИ В ДВИЖЕНИИ.....	34
2.1 Диагностика начального уровня развития внимания детей старшего дошкольного возраста.....	34
2.2 Реализация педагогических условий развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении.....	39
2.3 Результаты эксперимента и рекомендации по итогам его проведения.....	46
Выводы по второй главе.....	58
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	60
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	63
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	68

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Содержание образовательной программы детского сада предполагает формирование основных познавательных процессов, в структуре которых вниманию отводится, едва ли не центральное место. Внимание – важный психический процесс, от уровня развития его свойств зависит успешность любой деятельности.

Возникновение и развитие у дошкольника произвольного внимания является одним из важнейших приобретений личности на этапе окончания дошкольного учреждения. Внимание – необходимое условие качественного выполнения любой деятельности. Оно выполняет функцию контроля и особенно необходимо при обучении, когда человек сталкивается с новыми знаниями, объектами, явлениями. Оно связано с формированием у ребенка волевых качеств и находится в теснейшем взаимодействии с общим умственным развитием ребенка, от него зависит будущая успешная учебная деятельность в школе.

Согласно ФГОС дошкольного образования, ребенок должен гармонично развивать в трех сферах – личностной, интеллектуальной и физической [43]. Внимание является скрепляющим фактором развития целостной системы личности в онтогенезе.

В современной зарубежной и отечественной психологии проблема внимания рассматривается в разных планах: многие авторы, разрабатывая вопросы теории внимания, исследуют его роль в деятельности человека (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн), другие – изучают внимание со стороны его физиологических механизмов (Т. Рибо, И. П. Павлов, А. Н. Леонтьев). Наконец, в очень большом числе работ проблема внимания рассматривается в психолого-педагогическом аспекте, т.е. в плане изучения условий и закономерностей воспитания внимания (Н. Ф. Добрынин, П. Я. Гальперин, Н. В. Дубровинская, С. Л. Кабыльницкая и др.)

Особое место в этих исследованиях уделяется развитию произвольного внимания. Авторы признают за произвольным вниманием важнейшую роль в развитии личности человека. Однако в своих исследованиях они рассматривают этот вид внимания только в связи с учебной деятельностью школьника. Между тем, некоторые из исследователей (И. Л. Баскакова, Г. В. Петухова) считают, что произвольное внимание необходимо формировать, начиная с дошкольного возраста.

Особенности формирования и развития внимания на этапе дошкольного развития изучали такие ученые как Д. Б. Эльконин, О.А. Шаграева, А. В. Запорожец, А. А. Осипова и другие.

Развитию внимания в дошкольном возрасте часто не уделяется достаточного времени, поскольку считается, что ребенок должен быть свободен в выражении своей детской непосредственности и импульсивности. Внимание – процесс, требующий внешних рамок (в широком смысле) и именно эти внешние рамки взрослые целенаправленно не создают, позволяя вниманию ребенка переключаться и рассеиваться. При этом подвижная игровая деятельность ограничивается в пользу обучающей. Это обусловлено как требованиями современной безопасности, так и занятостью взрослых.

В детских учреждениях создается избыточная предметно-развивающая среда. С одной стороны, это правильно, с другой – уже с детства создается так называемая психологическая «проблема выбора» – чем больше вариантов, тем труднее сделать выбор. Это объясняется именно тем, что объем человеческого внимания, и особенно детского, имеет объективные ограничения.

Ориентация на игровую деятельность дошкольников декларируется на всех уровнях и действительно, развитие игровой составляющей активизирует талант и энергию. Но внимание как высшая психическая функция требует развития волевых качеств. Техники развития волевых

качеств достаточно трудно соединить с игровыми технологиями для дошкольников, для этого требуется поиск нестандартных подходов и приемов.

Поэтому развитие высших психических функций и прежде всего – внимания, – представляет собой сейчас одну из самых актуальных задач воспитания. Можно сказать, что возвращение к русским традициям – психофизического развития ребенка через двигательную активность (игровую и целенаправленную) является шансом сохранить в нас подлинно человеческое, а не превращаться в «человека цифрового».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментальным путем проверить эффективность педагогических условий развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении.

Объект исследования: процесс развития внимания у детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования: педагогические условия развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении.

В основу исследования положена гипотеза о том, что развитие внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении может быть успешным при реализации следующих педагогических условий:

- разработать банк подвижных игр, обеспечивающих развитие у детей внимания при стимулировании двигательного опыта;
- включить в занятия, прогулки, свободную деятельность проблемно-поисковые ситуации, позволяющие активизировать внимание детей на поставленной задаче в процессе свободного движения;
- формировать начальные навыки волевых качеств, обеспечивающих концентрацию и устойчивость внимания, в том числе, в движении.

В соответствии с целью и гипотезой исследования были определены

следующие задачи:

- изучить литературу по проблеме развития внимания у детей старшего дошкольного возраста;
- выявить роль двигательной активности в психофизическом развитии детей дошкольного возраста;
- определить критерии проверки гипотезы;
- разработать методические рекомендации по созданию педагогических условий для развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении.

Методологическую основу и теоретическую базу исследования данной работы составляют концептуальные идеи психофизического развития дошкольников. В качестве методологических основ использованы идеи советского врача-психолога и педагога Е.А. Аркина, работы доктора педагогических наук Л.Н. Волошиной, труд российского врача-педиатра М.Л. Лазарева.

Методы исследования: для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы следующие методы исследования: общетеоретические (анализ, синтез, сравнение, обобщение) и эмпирические (разработка и проведение констатирующего, формирующего и контрольного этапов эксперимента), количественный и качественный анализ полученных данных.

Нормативно-правовую основу исследования составили Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 11.06.2022) «Об образовании в Российской Федерации»; Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. № 1155.

База проведения исследования:

Опытно-экспериментальная база исследования: ДЦ «Умничка» г. Краснодара. В эксперименте участвовали воспитанники старшей группы в количестве 14 человек.

Исследование проводилось в три этапа:

*Первый этап* (октябрь – декабрь 2021) – изучение, обобщение и систематизация педагогической литературы по проблеме исследования, разработка исходных позиций исследования: цель, объект, предмет, гипотеза, методика опытно-экспериментальной работы.

*Второй этап* (январь – февраль 2022) – проведение опытно-экспериментальной работы, выявление уровня развития внимания при обучении в движении у детей, разработка и апробация методики работы. Уточнение гипотезы, обработка полученных данных.

*Третий этап* (март – май 2022) – систематизация и обобщение результата, формулировались выводы и рекомендации, оформлялись результаты исследования.

Теоретическая значимость исследования состоит в определении педагогических условий организации процесса развития внимания при обучении в движении старших дошкольников.

Практическая значимость заключается в том, что использование итогов и выводов исследования в условиях современных дошкольных образовательных учреждений позволяет воспитателям решать вопросы, связанные с развитием внимания у старших дошкольников в подвижной игре и адаптированных для этого возраста упражнениях.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

# ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ОБУЧЕНИИ В ДВИЖЕНИИ

## 1.1 Анализ литературы по проблеме развития внимания у детей старшего дошкольного возраста

Человек, являясь субъектом активного взаимодействия с окружающей средой, постоянно испытывает на себе влияние разнообразных раздражителей. Человеческое сознание не обладает способностью одновременного и одинаково точного охвата всех объектов. Из всего многообразия окружающих предметов и явлений, человек концентрируется на том, что представляет для него наибольший интерес, является привлекательным, необходимо для удовлетворения его потребностей. Основу такого избирательного отбора обеспечивает один из важнейших познавательных процессов – внимание.

Как говорил известный педагог К.Д. Ушинский «внимание есть единственная дверь нашей души, через которую непременно проходит всё из внешнего мира, что только входит в сознание», поэтому внимание делает наши психические процессы полноценными. Именно внимание позволяет нам сознательно воспринимать окружающий мир. Наличие внимания в деятельности человека делает ее продуктивной, организованной, активной...[42, с. 147].

Единого научного определения внимания не существует, есть множество, каждое из которых по-своему точно или недостаточно. Едва ли не любой современный учебник психологии внимания открывается утверждением Уильямса Джемса, который словно во избежание излишних объяснений, произнес в свое время: «Каждый знает, что такое внимание» [18, с. 8].

До сих пор среди исследователей идут споры по поводу природы внимания, его сущности. В основе самых разных взглядов по этому вопросу лежат два кардинальных факта, нашедшие отражение в работах П. Я. Гальперина:

1) Внимание нигде не выступает как самостоятельный процесс. И для себя и внешнему наблюдателю оно открывается как направленность и сосредоточенность любой психической деятельности, только как сторона или свойство этой деятельности.

2) Внимание не имеет своего отдельного, специфического продукта деятельности. Его результатом является изучение всякой деятельности, к которой оно присоединяется. Между тем, именно наличие характерного продукта служит главным доказательством наличия соответствующей функции (даже там, где процесс ее совсем или почти неизвестен). У внимания такого продукта нет, и это более всего говорит против оценки внимания как отдельной формы психической деятельности [18, с. 58].

Исходя из этих факторов трактовки внимания как отдельной формы психической деятельности пока остается следующая гипотеза, которая была выдвинута П.Я. Гальпериным еще в 1958 году: «Суть этой гипотезы в том, что внимание представляет собой идеальную, сокращенную и автоматизированную форму контроля» [18, с. 23].

Одним из определений внимания в психологии является предложенное Н.Ф. Добрыниным понимание внимания как направленности и сосредоточенности психической деятельности человека. При этом под направленностью понимается избирательный характер активности, а под сосредоточенностью – углубление в данную деятельность. Подобно памяти внимание относится к сквозным психическим явлениям, поэтому, опираясь на структуру психической организации человека, возможно рассмотрение внимания и как процесса (или стороны какого-либо психического процесса: например, сенсорное, перцептивное, интеллектуальное внимание), и как состояния (например,

состояние сосредоточенности), и как свойства личности (например, внимательность) [23, с. 3].

В современной зарубежной и отечественной психологии проблема внимания рассматривается в разных планах: многие авторы, разрабатывая вопросы теории внимания, исследуют его роль в деятельности человека (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн), другие – изучают внимание со стороны его физиологических механизмов (Т. Рибо, И. П. Павлов, А. Н. Леонтьев). Наконец, в очень большом числе работ проблема внимания рассматривается в психолого-педагогическом аспекте, т.е. в плане изучения условий и закономерностей воспитания внимания (Н. Ф. Добрынин, П. Я. Гальперин, Н. В. Дубровинская, С. Л. Кабыльницкая и др.)

Особое место в этих исследованиях уделяется развитию произвольного внимания. Авторы признают за произвольным вниманием важнейшую роль в развитии личности человека. Однако в своих исследованиях они рассматривают этот вид внимания только в связи с учебной деятельностью школьника. Между тем, некоторые из исследователей (И. Л. Баскакова, Г. В. Петухова) считают, что произвольное внимание необходимо формировать, начиная с дошкольного возраста [35, с. 125-129].

В период дошкольного возраста психическое развитие реализуется двумя базисными путями:

- 1) продолжается развитие естественных форм психики, которые сформировались еще в раннем онтогенезе;
- 2) появляются и усиленно развиваются социальные формы психики при контактировании ребенка с предметами, когда познание окружающего мира выражается общением с взрослыми [2, с. 92].

Н.В. Набиуллина отмечает, что в дошкольном возрасте совершаются следующие изменения:

- увеличение объема внимания;

- прогресс устойчивости внимания;
- развитие произвольного внимания [33, с. 120].

Данные модификации объяснены тем, что объектом познания ребенка является не только предмет, но также и связи его с другими вещами, прежде всего функциональные, увеличивается роль речи как объекта внимания и так далее.

Выделяют 6 стадий развития внимания в дошкольном возрасте (по Л.С. Выготскому) [14, с. 60].

Первая стадия наступает сразу после рождения. Вторая стадия охватывает период от 1,5-2 месяцев жизни ребенка до 6-7 месяцев. На третьей стадии отмечается использование ребенком своих звуков и телодвижений в качестве средства для привлечения внимания окружающих его людей. Четвертая стадия наступает в возрасте 1-1,5 лет и продолжается до 3-4 лет. Возраст от 3-4 до 5-6 лет – время наступления пятой стадии. Шестая стадия развития внимания – это старший дошкольный возраст. Здесь основной функцией речи ребенка становится планирующая. Дошкольник на данном этапе четко осознает значение и цель своей деятельности. Внимание на этой стадии характеризуется как полноценное произвольное и опосредованное, происходит развитие избирательности, переключаемость и распределение являются несовершенными и требуют работы над их формированием.

Советский психолог, А.В. Запорожец, полагал, что, хотя дети 4-6 лет и начинают овладевать произвольным вниманием, непроизвольное внимание, несомненно, превалирует на протяжении всего дошкольного возраста.

Те предметы и явления, которые значимы для ребенка в процессе его деятельности, имеющие для него личную значимость, привлекают внимание. Внимание является непроизвольным, если не зависит от сознательных намерений: птичка пролетела, животик заболел. В

воспитании произвольного внимания у детей видное место занимает формирование умения видеть и слышать, наблюдать факты и явления, стремиться полнее и лучше ознакомиться с действительностью. С этой целью ребенка надо с ранних лет знакомить с богатством и многообразием окружающего мира, подмечать, что находится вокруг, учить реагировать на любое изменение в окружающей обстановке.

Произвольное внимание непосредственно связано с уровнем развития произвольности, мотивацией, обуславливается целесообразностью деятельности, обладает сознательной направленностью внимания.

Можно выделить следующие характеристики произвольного внимания:

- направленность (выбор объекта деятельности);
- углубленность (заинтересованность в деятельности, связанная с интенсивностью внимания);
- устойчивость (длительная вдумчивость, направленность на достижение результата);
- сосредоточенность (игнорирование любых помех, отвлекающих от продуктивной деятельности);
- интенсивность (сохранение сосредоточенности и продуктивной деятельности в неблагоприятной обстановке).

Кроме произвольного внимания, некоторые ученые выделяют еще один вид – слеппроизвольное внимание. Слеппроизвольным его называют потому, что оно возникает на основе произвольного внимания, после него. Например, ребенок получил задание нарисовать любимого сказочного героя. Сначала он напрягает память, сосредотачиваясь на поиске этого героя, когда он решил, что будет изображать, начинает думать, как это сделать. Он наносит одну, две, три линии и это стоит ему очень больших усилий, но вот он представил сказочного героя настолько

ярко и отчетливо, что спешит отразить это в своем рисунке и вот уже не замечает, ни воспитателя, ни детей вокруг себя – произвольное внимание перешло в слепопроизвольное.

В психологической науке выделяют разные свойства внимания. Среди них: сосредоточенность, распределение, устойчивость, объем и переключение. Все перечисленные свойства внимания могут проявляться во всех видах внимания – произвольном, произвольном и слепопроизвольном.

Таким образом, внимание, не имея собственного содержания, наблюдается в целенаправленной практической деятельности и в познавательных процессах.

Л.С. Выготский выделил 4 стадии в процессе генезиса произвольного внимания:

1. Стадия первая. Суть её сводится к тому, что взрослый управляет поведением и сознанием ребенка с помощью определенного средства. Этими средствами могут быть указательный палец, речевое сопровождение взрослого. В начале управления вниманием, отмечает Л.С. Выготский, стоит именно указание, поэтому историю произвольного внимания следует начинать с истории указательного пальца. Это на данной стадии интерпсихическое действие и осуществляется оно между людьми во внешнем плане.

2. Стадия вторая. Ребенок на этой стадии становится субъектом, который психологическое орудие использует для управления поведением и сознанием другого человека. Теперь уже он с помощью собственного указательного пальца и речевого сопровождения, обращает внимание взрослого на нужный ему объект. Данное действие управления существует во внешнем плане как интерпсихическое действие.

3. Стадия третья. Способы управления сознанием и поведением, которые применялись людьми к нему, а он применял их по отношению к ним, ребенок начинает применять к самому себе. Действие все ещё

протекает во внешнем плане и сопровождается эгоцентрической речью ребенка. Но действие ребенок обращает на самого себя. На этой стадии начинается интериоризация действия управления вниманием. Законченный вид она приобретает только на следующей стадии.

4. Стадия четвертая. Действие управления своим вниманием на этой стадии становится собственно внутренним действием. Опорой его осуществления является психический образ и внутренняя речь [14, с. 48].

Ученый, таким образом, показал, что развитие произвольного внимания, как высшей психической функции происходит по общему закону развития высших психических функций.

Таким образом, с самого начала внимание ребенка является управляемым. Сначала им руководят взрослые. Затем ребенок переходит к самоуправлению своим вниманием – это значит, овладевает вниманием произвольным, употребляя то же самое средство, что использовалось по отношению к нему. Овладев речью, ребенок сначала управляет процессом внимания другого и только потом собственным вниманием.

Выход на уровень взрослого человека происходит тогда, когда ребенок овладевает внутренними средствами управления вниманием. В результате динамика развития произвольности внимания в дальнейшем онтогенезе не выражена, но оно приобретает индивидуальные особенности.

В целом психологи в развитии внимания выделяют два основных этапа:

1. Этап дошкольного развития. Внимание на этом этапе вызывается факторами внешней среды.

2. Этап школьного развития. Происходит бурное развитие внутреннего внимания, т.е. опосредованного внутренними установками ребенка [36, с. 323].

Итак, изучив теоретические подходы, сформулируем понятие развития внимания дошкольников.

Под вниманием понимается психический процесс, при котором происходит отбор нужной информации и неприятие лишней. Вслед за С.Л. Рубинштейном мы считаем, что внимание своего особого содержания не имеет; оно проявляется как бы внутри психических процессов (восприятие, память, мышление) и неотделимо от них. Внимание характеризует динамику их протекания.

Внимание делится на виды: непроизвольное, произвольное и послепроизвольное. Непроизвольным вниманием обладает новорожденный, и чем старше становится ребенок, тем более развивается у него произвольное и послепроизвольное внимание. Интенсивный процесс развития произвольного внимания начинается в возрасте 5-7 лет.

Внимание у ребенка вызывается внешними объектами. Внимание можно и нужно развивать.

Под развитием внимания понимается комплекс целенаправленных и регулярных действий по укреплению непроизвольного и формированию навыка произвольного внимания.

Проблема развития внимания состоит в противоречии между требованиями обучения и излишним для ребенка предметным разнообразием внешней среды. Кроме того, игнорируется задача воспитания волевых качеств у дошкольников.

## 1.2 Роль двигательной активности в психофизическом развитии детей дошкольного возраста

Физиологическую основу внимания составляют ориентировочно-исследовательские рефлексы, которые вызываются новыми раздражителями или неожиданными изменениями обстановки. И. П. Павлов назвал их рефлексами «что такое?».

Идея о том, что двигательная (физическая) активность гармонизирует развитие ребенка в онтогенезе (психофизическое развитие),

не является новой и инновационной. Эти идеи обоснованы еще в философии Древнего Рима и Греции, и в медицине, являющейся одной из древнейших наук.

Можно утверждать, что вся современная педагогика строится на этой идее и в отношении образовательных программ мало претензий к их сбалансированности. Важным для создавшихся условий является задача поднять значение физической активности, доказывая ее значимость не только для физического, но и комплексного личностного здоровья.

В то же время реализация этой очевидной идеи на практике имеет множество противоречий. Качественное ухудшение здоровья детей и молодежи представляет огромную медико-социальную проблему. Исследователи ищут причины создавшейся ситуации и находят их в ухудшающейся экологии, нездоровом образе жизни, практиках воспитания, мало способствующих адаптации молодого человека и т.п. [3, с. 22].

Один из основателей когносомного подхода к личности ребенка, профессор М. Л. Лазарев, доктор медицинских и кандидат психологических наук, обосновывает свою теорию психосоматического разотождествления современных детей в особенностях пренатального периода и ранних периодов онтогенеза [28, с. 130]. Таким образом, психосоматические нарушения возникают еще на стадии жизни нерожденного плода, что ученый называет «феноменом пренатального неподтверждения», получающим послеродовое продолжение и закрепляющимся в последующих возрастах.

Последующее образование усугубляет ситуацию, накладывая на онтогенез феномены пренатального, раннего и дошкольного неподтверждения. Под неподтверждением профессор понимает блокировку биологически естественного у ребенка механизма «стимул–ответ». В силу социальных и воспитательных требований у ребенка развивается синдром избыточной нейрорегрессии и синдром подавления

психоэмоциональной активности. Эти два нарушения в последующем приводят к морфофункциональной и психоэмоциональной незрелости, недостаточной сформированности важнейших социальных характеристик, обусловленных эволюцией [46, с. 206].

Со стороны взрослых это проявляется в физическом препятствовании ранних вокально-речевых практик младенца, закрытию врожденных способностей к нырянию и раннему плаванию (требуется заново учить ребенка плавать), избыточном увлечении тугим пеленанием и т.п. Нельзя сказать, что такого не было ранее, особенность сейчас в том, что социум и природа не корректируют развитие ребенка [22, с. 13]. Дошкольные учреждения предельно стандартизированы и применяют усредненные программы. Не все дети получают дополнительное образование. Позднее в школе запускается механизм психосоматического, или нейромышечного, расогласования. Этот механизм возникает в процессе функциональной депрессии и проявляется в угасании, атрофии телесных функций. Школьник на каждый информационный стимул учителя, вместо естественной биологической реакции, должен «сидеть», «молчать» и «смотреть на доску». В результате возникает «психосоматическая лень», заканчивающаяся целым букетом соматических и психических расстройств [4, с. 14].

В целом, точка зрения профессора является обоснованной, убедительной и доказанной его многолетней исследовательской деятельностью. Однако можно заметить, что критикуемые им образовательные практики являлись в свое время прогрессивными достижениями педагогики. Прежде чем заменять их как не соответствующие времени, необходимо выработать новые.

Пока же можно заметить, что интенсивно развивающаяся сфера дополнительного образования, включая спортивное, призвана дополнить и скорректировать недостатки дошкольного и общешкольного. При этом на практике загруженность ребенка дополнительным образованием может

приводить к еще большему утомлению и угасанию психических функций [34, с. 45].

Что касается взаимосвязи физического и психического развития как основы онтогенеза, то данная взаимосвязь сомнению не подвергается, в том числе, благодаря исследованиям в сфере специальной, коррекционной педагогики детей с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями. Именно на основе изучения этих детей становится очевидно, насколько эти сферы взаимосвязаны [27, с. 210]. Под «нормальным онтогенезом» понимается именно гармоничное развитие психической и физической сферы ребенка.

Вернемся к старшему дошкольному возрасту.

Дошкольники, в большинстве своём, характеризуются активностью и подвижностью. Двигаясь, они познают мир и себя в этом мире. Каждый ребёнок – исследователь по природе. Движение является необходимым условием его полноценного развития и становления [15, с. 91].

В ходе осуществления двигательной деятельности формируются и развиваются умения межличностного общения ребёнка со сверстниками, проходит своё становление и укоренение уверенность в собственных силах – убеждённость в собственной состоятельности и значимости. Успешность в совершаемой посредством двигательной деятельности коммуникативной ситуации стимулирует старшего дошкольника к поиску возможностей повторения положительного опыта общения.

Процесс реализации двигательной деятельности ведёт к проигрыванию ребёнком множественных вариантов поведенческих сценариев – в ходе их осуществления наблюдается овладение знаниями, умениями, установками, необходимыми для построения общения; происходит интериоризация ценностей и морально-нравственных норм, создающих базу для выделения в круге товарищей – единомышленников и выбор партнёров для общения; накапливается опыт приспособления к конкретной ситуации взаимодействия, поиска путей решения

коммуникативных трудностей; избегания нежелательных форм поведения и устранения источников конфликта.

Знание и понимание возможных последствий определённых действий и слов ведёт к более осознанному подходу к построению общения, устраняет страх перед ним, позволяет уверенно коммуницировать со сверстником.

Однако не только развитием непосредственного контакта ценна двигательная деятельность. Важной формируемой стороной являются психические состояния и процессы. Любой человек уникален и специфичен. Чтоб понять его особенности необходимо прилагать усилия. Это требует психологических затрат от стремящегося изучить личность партнёра. В таком случае развиваются эмпатийные, перцептивные способности, необходимые для осуществления любой коммуникации. Двигательная деятельность запрашивает от реализующего её приложение волевых усилий и проявление собранности и внимательности – не всегда есть желание выполнять упражнение, повторять комбинацию или отдельное действие несколько раз, но ребёнок заставляет себя это сделать. Безусловно, весомую часть играет мотивация, преподносимая, создаваемая педагогом, но значительная доля стимулирования собственной деятельности лежит на ребёнке. Старший дошкольник достаточно осознанно подходит к совершению определённых двигательных действий, так как понимает их значимость или сущность.

Вне зависимости от возрастной категории, абсолютно любой человек имеет потребность в признании. Ребёнок, получивший признание, долю приятного внимания к своей персоне, будет искать возможность снова и снова испытать эти эмоции и чувства при взаимодействии с другими людьми. Ситуация успеха в двигательной деятельности – важное условие, необходимое для становления у старшего дошкольника (и не только его, в принципе) потребности в общении со сверстниками. Формирующееся умение находить оптимальный выход из складывающейся в ходе

реализации совместной двигательной деятельности ситуации общения позволяет старшему дошкольнику самостоятельно начинать взаимодействие с товарищем. Другими словами, благоприятный опыт, полученный в процессе двигательной деятельности со сверстником, становится фактором развития у ребёнка потребности в общении с другими детьми. Таким образом, само по себе коммуникативное развитие может быть не первостепенным – уступать пальму первенства задачам физического воспитания – но именно положительный эмоциональный опыт, полученный в процессе осуществления двигательных действий, станет основой для реализации последующих коммуникативных контактов [1, с. 115].

Итак, подвижная игра, являясь ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте и универсальным средством развития ребенка, имеет огромное значение в жизни дошкольников. Подвижная игра решает задачи по развитию познавательных процессов, одним из которых является внимание. В процессе подвижных игр дошкольники учатся концентрироваться на условии игры, происходит переключение одного действия на другое, регуляция собственной деятельности.

Развитие и обучение в движении требует создания следующих условий:

- разработать банк подвижных игр, обеспечивающих развитие у детей внимания при стимулировании двигательного опыта;
- включить занятия, прогулки, в свободную деятельность проблемно-поисковые ситуации, позволяющие активизировать внимание детей на поставленной задаче в процессе свободного движения.
- формировать начальные навыки волевых качеств, обеспечивающих концентрацию и устойчивость внимания, в том числе, в движении.

### 1.3 Педагогические условия развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении

Основная деятельность дошкольников – игровая. Выделяется три вида игр:

1. Самостоятельные игры (игра-экспериментирование, сюжетно-образительные, сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные).

2. Игры, возникающие по инициативе взрослого, который внедряет их с образовательной и воспитательной целями (игры обучающие: дидактические, сюжетно-дидактические, подвижные; досуговые игры: игры-забавы, игры-развлечения, интеллектуальные, празднично-карнавальные, театральные-постановочные).

3. Игры, идущие от исторически сложившихся традиций этноса (народные), которые могут возникать по инициативе как взрослого, так и более старших детей: традиционные, или народные (исторически они лежат в основе многих игр, относящихся к обучающим и досуговым).

Но в современных детских дошкольных учреждениях можно выделить два формата двигательной активности дошкольников: организация подвижных игр и обучение физическим упражнениям.

В разнообразии современных игр подвижные игры занимают особое место, в силу того что они обладают комплексным развивающим потенциалом. Организованная взрослыми (или самими детьми) совместная двигательная деятельность дошкольников приводит в исполнение сразу несколько задач, направленных на воспитание разных сторон личности формирующегося человека.

Различают элементарные подвижные игры и спортивные игры (баскетбол, хоккей, футбол и др.), подвижные игры – игры с правилами. В дошкольном учреждении применяются по большей части элементарные подвижные игры. Подвижные игры так же классифицируются по таким параметрам как: возраст, степень подвижности ребенка в игре (игры с

малой, средней, большой подвижностью), виды движений (игры с бегом, метание и т. д.). Выделяется еще один вид игр – игры-забавы, которые предусматривают выполнение знакомых движений в необычных условиях (бег в больших валенках, прыжки со связанными ногами, бег в мешках и т. д.) и требуют проявления ловкости и доставляют много веселья и радости. Спортивные игры рационально проводить с детьми в старшем дошкольном возрасте – это баскетбол, городки настольный теннис, хоккей, футбол и др. Сюжетные и несюжетные игры с правилами относятся к подвижным играм.

Итак, к двигательной деятельности относятся подвижные игры, физические упражнения, физкультминутки, массаж, самомассаж, гимнастика, психогимнастика, движение и специально организованная двигательная активность ребёнка. Само по себе коммуникативное развитие в ходе двигательной активности может быть не первостепенным – уступать пальму первенства задачам физического воспитания – но именно положительный эмоциональный опыт, полученный в процессе осуществления двигательных действий, станет основой для реализации последующих коммуникативных контактов. Подвижная игра в этом списке занимает первое место, поскольку именно она предоставляет эмоциональный опыт. Подвижные игры – это подвижная коллективная деятельность, организованная по особым правилам. Иначе говоря, подвижные игры – это игры с правилами.

В подвижных играх у дошкольников воспитывается чувство коллективизма, активность, инициатива, но не всякая игра имеет воспитательное значение, а только та, которая носит активный характер. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, их закрепление и совершенствование, но и, как правило, формирование новых психических процессов и качеств личности ребенка. Подвижная игра, как осмысленная деятельность, направлена на достижение определенных задач в стремительно меняющихся условиях, в

которых проявляется творческая инициатива играющего, выражающаяся в разнообразии действий, согласованная с коллективными действиями.

Таким образом, подвижная игра является способом существования ребенка и способом моделирования реальности, в ходе которого происходит развитие высших психических функций, основным из которых является внимание.

Игра – это почти всегда интересно для детей, но важным условием успеха в дошкольной деятельности является умение воспитателей обратить внимание на то, что не привлекательно, не интересно, но необходимо для усвоения знаний. Ребенку недостаточно понимать, что он должен быть внимательным, необходимо научить его этому.

Известно, что занятия по физическому воспитанию имеют огромное значение для гармоничного развития ребенка на этапе дошкольного детства. Организация и проведение целенаправленной, разнообразной и систематической деятельности дошкольников на занятиях по физическому воспитанию, способствует развитию у детей таких физических качеств, как координация, ловкость, гибкость, выносливость, сила, быстрота, воспитывает выдержку, настойчивость, волевые качества, развивает различные свойства внимания (объем, концентрацию, устойчивость, распределение, переключение).

В связи с этим актуальным становится анализ педагогических условий развития внимания при обучении в движении и эффективности методик развития внимания старших дошкольников на занятиях по физическому воспитанию.

Согласно исследованиям Захаровой Л.М. и Захаровой В.С. эффективность познавательной деятельности ребенка, а также развитие произвольности действий и поведения в целом во многом определяются возможностью управлять вниманием ребенка [20, с. 137]. Изучая проблему влияния физической активности на познавательное развитие детей старшего дошкольного возраста, они отмечают, что одним из наиболее

эффективных способов развития внимания дошкольников является внедрение в практику физического воспитания подвижных игр. По мнению авторов, именно подвижные игры определяют динамику развития интеллектуальной и познавательной активности детей, поскольку игровая деятельность, являющаяся ведущей в данный возрастной период, эмоционально вовлекает ребенка в решение двигательных задач игры, а также развивает любознательность и свойства внимания, в особенности, его устойчивость. Объясняется это самой структурой и условиями большинства подвижных игр: такие игры зачастую подразумевают, постепенное усложнение первоначальных правил и заданий, с одновременным вовлечением детей в ситуацию, которая подразумевает необходимость делать осознанный выбор способа выполнения движений в соответствии с заданными обстоятельствами. Одновременно с этим, подвижные игры способствуют развитию произвольности внимания дошкольников, что происходит благодаря соблюдению ребенком правил подвижной игры, осуществлению действий по инструкции, проявлению настойчивости в достижении цели [20, с. 138].

О.А. Григорьев отмечает, что отдельные виды упражнений способствуют развитию различных свойств внимания [16, с. 6].

Упражнения в ловле и метании мяча в парах подразумевают необходимость придать предмету определенное направление, траекторию и скорость полета. Подобного рода упражнения не только способствуют развитию физических навыков и способностей ребенка, но и содействуют развитию концентрации внимания дошкольника. Автор указывает на особую значимость для внимания дошкольников упражнений, направленных на развитие равновесия, поскольку все задания, связанные с тренировкой равновесия, требуют от ребенка большого внимания и собранности. В процессе их выполнения ребенку необходимо осуществлять четкие и точные движения, следить за правильностью

занятой позы, что развивает устойчивость и концентрацию внимания ребенка.

Такие исследователи как О.Н. Гуменюк, С.Н. Желнина, Л.И. Латохина и др. отмечали значимость и эффективность выполнения дошкольниками различных упражнений из практики йоги для развития у них свойств внимания.

Таким образом, проведенный обзор исследований по изучаемой проблеме показывает, что в настоящее время наибольшую популярность и эффективность для развития внимания дошкольников на занятиях по физическому воспитанию приобретают методики и упражнения, заимствованные из практики йоги, в основе которых лежат такие ключевые элементы, как выполнение асан (поз) и дыхательных упражнений.

Выполнение различных упражнений из практики йоги старшими дошкольниками способствует не только развитию произвольности их внимания, но и совершенствованию основных его свойств (концентрации, устойчивости, переключения, объёма, распределения). Ввиду возрастных особенностей старшие дошкольники не могут произвольно длительное время удерживать внимание на одном действии или упражнении, поэтому педагогам при организации и проведении занятия необходимо избегать монотонности, использовать различные варианты занятия, учитывая интересы и потребности старших дошкольников, обращаться к их эмоциональности, применять эффект новизны упражнений.

Л.Н. Волошина в своих многочисленных работах обобщает психолого-педагогические условия обучения движениям детей старшего дошкольного возраста. Это, как мы показали выше, способствует развитию всех психических функций и особенно, – внимания.

Первым и главным условием является использование специальных педагогических средств игровой направленности, что способствует развитию у детей двигательного воображения и стимулируют к освоению

двигательно-игрового опыта. Эти средства подробно описываются в практических пособиях [5; 8; 12].

Вторым условием является включение в занятия, прогулки, свободную деятельность игр, позволяющих активизировать внимание детей на поставленной задаче в процессе свободного движения.

Эти условия обеспечат формирование всех компонентов двигательного опыта: деятельностного, аксиологического, когнитивного, коммуникативного.

Выполнение заданий в проблемных ситуациях и специально подобранных дидактических играх формирует у дошкольников умение осмысленно выбирать движения, что стимулирует развитие творческого мышления, умения самостоятельно организовывать двигательную деятельность.

В настоящее время в дошкольной педагогике все чаще обращаются к ситуациям свободного выбора. Ситуации свободного выбора позволяют дошкольникам самостоятельно исследовать двигательные действия и выполнять их произвольно, без помощи взрослого. Поставленному в ситуацию выбора дошкольнику предоставляется свобода выбора играть вместе с другими детьми или выполнять двигательные действия самостоятельно. Применение проблемно-контролируемых ситуаций помогают ребенку познавать движение в пространстве. Для этого педагогу нужно поддерживать интерес и стремление ребенка в поиске ответов в проблемных ситуациях.

В процессе ситуации-имитации воспитатель демонстрирует дошкольникам двигательные действия, а дети стараются их как можно точнее повторить. При этом демонстрировать двигательные действия могут и сами дети. Перед каждым ребенком ставятся задачи с учетом его индивидуальных возможностей и возрастных особенностей, то есть осуществляется личностно-ориентированный подход. В современных исследованиях отмечается, что новое для ребенка-дошкольника

двигательное действие осваивается им намного лучше и быстрее в процессе предметной деятельности [1; 25; 29]. Ребенок осваивает движения с предметами в 2,5–3 раза быстрее, чем движения без предметов одинаковой сложности. Спортивно-игровая деятельность относится к предметной деятельности, что позволяет формировать двигательный мотив, поскольку ребенок не только воспринимает устное пояснение взрослого о значении упражнений для достижения игровой цели, но и сам ставится в позицию выбора нужного действия, практически знакомится со свойствами выбранного мяча, ракетки, биты. С этой целью ребенку нужно осуществить определенное двигательное действие в пространстве (например, самому нужно выбрать способ ведения и передачи мяча) [15, с. 91].

Для обучения двигательным действиям, которые лежат в основе двигательного опыта, умению согласовывать их с другими детьми, совместно планировать работу, договариваться в процессе деятельности, а также оценивать полученный результат, вводятся коммуникативные минуты, игровое экспериментирование, творческие ситуации. Так, эффективно использовать модифицированные варианты хорошо известных игр. «Живые фигуры» – цель игры: вместе придумать и построить «живую» городошную фигуру, «Где мы были, мы не скажем, а что видели, покажем»: развивать способность к взаимодействию у дошкольников в игровых ситуациях, творческое воображение.

Очевидно, что и в практической деятельности, и в теоретическом плане должны быть педагогические средства, обеспечивающие проявления творчества детей. Однако, в силу своего недостаточного двигательного опыта, старшие дошкольники еще нуждаются в помощи взрослого в организации развивающей среды, в совместных играх ребенка со взрослым. Поэтому в структуру занятий по физической культуре, наряду с творческими проблемными ситуациями, необходимо включать традиционные приемы, направленные на реализацию задач формирования

двигательно-игрового опыта детей дошкольного возраста: показ педагогом игровых движений, описание игры, объяснение игровых действий, уточнение сюжета спортивной игры, специальные сигналы, распоряжения, а также вопросы, которые задает педагог в ходе занятия, позволяющие узнать, насколько дети осознают игровые действия.

Т.П. Авдулова предложила следующий алгоритм организации мыслительной деятельности: анализ игровой ситуации – инструктаж – знакомство с игровыми правилами – обдумывание проблемы – поиск решения – выдвижение гипотезы – проверка знания – приобретение нового знания – поиск новых способов решения – проверка правильности принятого решения [1, с. 63].

Процесс формирования двигательного опыта в подвижных играх ребенка происходит более эффективно, если обстановка, в которой он находится, является эмоционально-благополучной – такой может быть обстановка игровой деятельности. В период начального обучения дошкольников движениям для них характерна эмоциональная мотивация, интерес, осознание себя и познание окружающего мира и своего места в нем. Поэтому очень важно в старшем дошкольном возрасте показать, как нужно уметь играть, соревноваться, использовать игровые атрибуты взаимодействия.

Игровое взаимодействие нужно организовывать поэтапно: индивидуальное, в парах, в тройках, в командах.

В образовательной деятельности, на физкультурных занятиях при проведении режимных моментов и в свободной деятельности детей используются подвижные игры: изначально – индивидуальные («Чей мяч дальше?», «Кто быстрее к финишу», «Кто больше отобьет» и др.), парные («Мяч навстречу мячу», «Отрази волан», «Парная передача» и др.), в тройках («Собачки», «Выбивной», «Лови, бросай, падать не давать» и др.) и на последнем этапе – командные на материале футбола, баскетбола, настольного тенниса, городков, направленные не только на знакомство с

техникой спортивных игр, формирование «чувства мяча» и выполнение простейших движений, но на и закрепление умений старших дошкольников взаимодействовать в паре, в тройках, в команде. Применение такого алгоритма обеспечивает реализацию дифференцированного подхода к обучению старших дошкольников спортивным играм, индивидуального подхода к дошкольникам с проблемами в общении (агрессивными, тревожными, застенчивыми), развивает коммуникативные способности детей.

Важным моментом в дошкольном возрасте является организация разновозрастного взаимодействия детей. Например, Л.Н. Волошина предлагает хорошую традицию: один раз в неделю дети старшего дошкольного возраста передают свой двигательно-игровой опыт в спортивных играх на прогулке детям младшего возраста. К старшим дошкольникам на занятия по физической культуре приходят выпускники дошкольного учреждения, занимающиеся в спортивных школах, секциях. Накопление впечатлений важно для дошкольника и очень важно использовать для этого разновозрастное взаимодействие. Спортивные игры со старшими и младшими детьми, взрослыми способствуют формированию поведения в коллективе, социализации ребенка.

Итак, для поддержания устойчивого произвольного внимания старшего дошкольника необходимы следующие условия организации педагогического процесса:

- отчетливое понимание ребенком конкретной задачи выполняемой деятельности;
- привычные условия для игровой деятельности;
- существование устойчивого интереса к процессу и результату игровой деятельности;

– создание благоприятных условий для деятельности, т.е. исключение отрицательно действующих посторонних раздражителей (шум, громкая музыка, резкие звуки, запахи и т. д.);

– тренировка произвольного внимания (путем повторений и упражнений) для того, чтобы воспитывать наблюдательность у детей.

Выводы по первой главе.

Внимание – это психологическое состояние, характеризующееся сосредоточенностью на локальном явлении внешней среды. Вхождение в это состояние обусловлено внутренним психическим процессом и регулируется интересом, мотивацией и волей.

В современной зарубежной и отечественной психологии проблема внимания рассматривается в разных планах: многие авторы, разрабатывая вопросы теории внимания, исследуют его роль в деятельности человека (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн), другие – изучают внимание со стороны его физиологических механизмов (Т. Рибо, И. П. Павлов, А. Н. Леонтьев). Наконец, в очень большом числе работ проблема внимания рассматривается в психолого-педагогическом аспекте, т.е. в плане изучения условий и закономерностей воспитания внимания (Н. Ф. Добрынин, П. Я. Гальперин, Н. В. Дубровинская, С. Л. Кабыльницкая и др.)

Французский психолог Т. Рибо связал внимание с аффективным состоянием, обосновал взаимосвязь эмоций и произвольного внимания и определил внимание как временное единство сознания, сопровождаемое естественным (при непроизвольном внимании) или искусственным (при произвольном внимании) приспособлением индивида. Состояние внимания всегда сопровождается не только эмоциональными состояниями, но и определёнными физиологическими изменениями в организме.

Необходимые условия, являющиеся составными элементами внимания — движения. Они не являются ни причиной, ни следствием внимания.

П.Я. Гальперин предложил теоретическую трактовку внимания. Внимание, по Гальперину, представляет собой психологическое действие, направленное на содержание образа, мысли, другого феномена, имеющегося в данный момент времени в психике человека. По своей функции внимание представляет контроль за этим содержанием. В каждом действии человека есть ориентировочная, исполнительская и контрольная части. Эта последняя и представлена вниманием как таковым.

Л. С. Выготский писал, что с самых первых дней жизни ребенка развитие его внимания происходит в среде, включающей двойной ряд стимулов, формирующих внимание. Первый ряд — это окружающие предметы, которые своими свойствами приковывают к себе внимание ребенка. Второй ряд — это речь взрослого, произносимые им слова, которые первоначально выступают в роли стимулов-указаний, направляющих произвольное внимание ребенка.

А. Н. Леонтьев, изучая процесс возрастного развития внимания, развивал идеи Л. С. Выготского. Установлено, что с возрастом внимание ребенка улучшается, в процессе своего развития система действий, обеспечивающих произвольное внимание, из внешней постепенно превращается во внутреннюю.

Итак, внимание — это направленность и сосредоточенность нашего сознания на определенном объекте. Объектом внимания может быть все что угодно — предметы и их свойства, явления, отношения, действия, мысли, чувства других людей и свой собственный внутренний мир.

Внимание не является самостоятельной психической функцией, его нельзя наблюдать само по себе. Это особая форма психической активности человека, и она входит как необходимый компонент во все виды психических процессов. Внимание — это всегда характеристика какого-то психического процесса: восприятия, мышления, памяти, воображения.

Внимание – необходимое условие качественного выполнения любой деятельности.

Различают внимание внешнее и внутреннее. Внешнее внимание направлено на окружающие предметы и явления, внутреннее – на собственные мысли, чувства, переживания.

Внимание может быть произвольным (непреднамеренным) и произвольным (преднамеренным). Выделяют также слепопроизвольное внимание.

Изучают следующие свойства внимания: объем, устойчивость, интенсивность, концентрация, распределение, переключение, колебания.

Виды нарушений внимания: отвлекаемость, рассеянность, гиперподвижность, инертность, сужение объёма внимания, неустойчивость внимания.

Внимание развивается не только в умственных усилиях, но и в движении. Это обусловлено особенностями человеческого вида, внимательность зачастую является залогом выживания. Связь внимания и движения наиболее наглядно проявляется в современной спорте, в котором невозможно достигнуть успехов, не будучи крайне внимательным.

Изучение теоретических подходов к определению внимания и его развития в дошкольном возрасте позволило сформулировать гипотезу о педагогических условиях развития внимания в старшем дошкольном возрасте. Создание условий означает организацию внешней среды и деятельности в ней детей с тем, чтобы эффективно развивать внимание обучении в движении. Эти условия состоят в следующем:

- разработать банк подвижных игр, обеспечивающих развитие у детей внимания при стимулировании двигательного опыта;

- включить в занятия, прогулки, свободную деятельность проблемно-поисковые ситуации, позволяющие активизировать внимание детей на поставленной задаче в процессе свободного движения;

– формировать начальные навыки волевых качеств, обеспечивающих концентрацию и устойчивость внимания, в том числе, в движении.

Основная деятельность дошкольников – игровая. Существует два формата физического развития дошкольников – подвижные игры и целенаправленные физические упражнения, адаптированные для этого возраста. Игровая деятельность, эмоционально вовлекая ребенка в решение двигательных задач, обеспечивает поддержание интереса, развитие концентрации, устойчивости внимания предопределяет динамику развития познавательной активности дошкольников, а соблюдение правил подвижных игр, настойчивость в достижении цели позитивно сказывается на развитии психической сферы личности ребенка.

Проблемно-поисковые ситуации в ходе занятий, прогулок и свободной деятельности обеспечивают единство целенаправленной двигательной активности и решения учебной задачи.

Формирование волевых качеств у дошкольников сопряжено со значительным количеством трудностей. Одно из решений – обучение начальным элементам хатха-йоги. Хатха-йога, в отличие от обычной йоги, уделяет больше внимания физической активности и физическим упражнениям. Но, в отличие от игровой двигательной активности, все движения и ощущения тела в момент исполнения асан и дыхания, производятся под контролем сознания, то есть развивается произвольное внимание. Для дошкольников необходима адаптация этой техники.

## ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ОБУЧЕНИИ В ДВИЖЕНИИ

### 2.1 Диагностика начального уровня развития внимания детей старшего дошкольного возраста

Диагностика начального уровня развития внимания детей старшего дошкольного возраста представляет ряд сложностей.

Внимание является высшей психической функцией, и в старшем школьном возрасте законы онтогенеза не позволяют судить о том, насколько оно развито у ребенка и есть ли возможные проблемы.

Существуют профессиональные методики диагностики внимания, но их используют, начиная с младшего школьного возраста, поскольку они предполагают минимальный уровень грамотности и способности понимать инструкции. Для старшего дошкольного возраста эти методики необходимо применять в модифицированных вариантах. Для целей данного исследования было выбрано пять методик. К выбранным методикам диагностики внимания у детей старшего дошкольного возраста относятся следующие:

1. «Круги», автор Т.В. Чередникова (модифицированная методика Шульте).

2. Методика «Запомни и расставь точки» (модифицированная методика Керна Йерасека).

3. «Найди и вычеркни» (модифицированная методика Бурдона «Корректирующая проба»).

4. Методика «Перепутанные (переплетённые) линии» автор М.И. Ильина.

5. Методика «Проставь значки».

Для обозначения методик принята нумерация, соответствующая их указанной выше последовательности: М1...М5.

Диагностические материалы приведены в приложении 1.

В таблице 1 представлены критерии и показатели методик диагностики внимания у дошкольников старшего возраста.

Таблица 1 – Критерии и показатели примененных методик

Номер методики	Цель	Критерии	Показатели		
1	2	3	4		
М1	определение уровня развития объема внимания	время выполнения задания, количество сделанных ошибок	Результат	Время выполнения	Количество ошибок
			высокий	30-40 сек.	1-2
			средний	40-110 сек.	3-5
			низкий	Свыше 110 сек.	Более 7-8
М2	определение уровня развития объема внимания	t – время выполнения; N – количество правильно воспроизведенных точек. Объем внимания оценивается по 10-бальной системе	10 баллов	ребенок правильно за отведенное время воспроизвел на карточке 6 и более точек	
			8-9 баллов	ребенок безошибочно воспроизвел на карточке от 4 до 5 точек	
			6-7 баллов	ребенок правильно восстановил по памяти от 3 до 4 точек.	
			4-5 баллов	ребенок правильно воспроизвел от 2 до 3 точек.	
			0-3 балла	ребенок смог правильно воспроизвести на одной карточке не более одной точки.	
			10 баллов	очень высокий	
			8-9 баллов	высокий	
			6-7 баллов	средний	
			4-5 баллов	низкий	
			0-3 балла	очень низкий	
М3	диагностика продуктивности и устойчивости внимания	t – время выполнения задания; N- количество изображений предметов, просмотренных за все время работы, а также отдельно за каждые 30 секунд; n – количество допущенных ошибок	Баллы	Показатель s	Продуктивность и устойчивость внимания
			10	Выше 1,25	Очень высокий
			8-9	1-1,25	высокий
			6-7	0,75-1	средняя
			4-5	0,50-0,75	средняя
			2-3	0,24-0,50	низкая
			0-1	0-0,2	Очень низкая
			10 баллов	очень высокие показатели продуктивности и устойчивости внимания	
			8-9 баллов	высокая продуктивность и устойчивость	
			4-7 баллов	средние показатели и продуктивности, и устойчивости	
			2-3 балла	низкие показатели продуктивности и устойчивости	
			0-1 баллов	очень низкие показатели продуктивности и устойчивости.	

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4	
М4	изучение концентрации и устойчивости внимания	t – время выполнения задания; n – количество допущенных ошибок.	Описание процесса выполнения задания	Уровень концентрации внимания
			Ребёнок полностью справляется с заданием, выполняет без ошибок за 1–2 минуты. Высокая устойчивость внимания.	Выше среднего
			В работе присутствуют некоторые неточности, которые испытуемый сам исправляет. Время выполнения увеличивается.	Средний
			Задание выполнено с ошибками, появившимися ближе к концу работы над стимульным материалом. Использовался палец или карандаш.	Ниже среднего
			Тестируемый допускает большое количество ошибок. Внимание неустойчивое	Низкий
М5	оценка переключаемости и внимания	количество геометрических фигур, которые просмотрел и пометил ребенок, количество ошибок	10 баллов	показатель S больше чем 1,00.
			8-9 баллов	показатель S находится в пределах от 0,75 до 1,00.
			6-7 баллов	показатель S находится в пределах от 0,50 до 0,75.
			4-5 баллов	показатель S находится в интервале от 0,25 до 0,50.
			0-3 балла	показатель S находится в пределах от 0,00 до 0,25.
			10 баллов	<b>очень высокий</b>
			8-9 баллов	<b>высокий</b>
6-7 баллов	<b>средний</b>			
4-5 баллов	<b>низкий</b>			
0-3 балла	<b>очень низкий</b>			

Проведение опытно-экспериментальной работы состояло из реализации нескольких последовательных этапов:

1. На первом этапе проведена диагностика состояния внимания у детей, дети были разделены на 2 группы с примерно равными показателями по результатам диагностики – контрольную (7 детей) и экспериментальную (7 детей).

2. На втором этапе в экспериментальной группе проводилась программа подвижных игр и упражнений, направленных на развитие внимания, включающих проблемно-поисковые ситуации, используемые в занятиях, прогулках и свободной деятельности, а также обучение начальным элементам хатха-йоги. При разработке программы были учтены результаты диагностики.

3. На третьем этапе была проведена повторная диагностика с целью определения индивидуальной и групповой динамики.

4. Завершающий этап исследования состоял в анализе результатов

проведенного исследования, подготовке выводов и практических рекомендаций.

В опытно-экспериментальной работе участвовали 14 детей старшей группы ДЦ «Умничка» г. Краснодара: 8 мальчиков и 6 девочек.

Полученные результаты по контрольной и экспериментальной группам приведены в таблицах 2 и 3.

Таблица 2 – Результаты диагностики внимания в контрольной группе

Имя, Ф.	М1	М2	М3	М4	М5	Итого	Уровень
Саша В.	2	3	2	2	2	11	Низкий
Андрей Р.	3	3	3	3	4	16	Ниже среднего
Варвара С.	3	3	3	4	3	16	Ниже среднего
Даша Н.	2	3	3	4	2	14	Ниже среднего
Матвей К.	3	3	3	3	3	15	Ниже среднего
Ульяна Р.	3	2	2	1	2	10	Низкий
Игорь С.	4	4	3	4	4	19	Средний
Средний балл	3	3	3	3	3	14	Ниже среднего

Средний балл в контрольной группе 14 – ниже среднего.

Отдельного внимания заслуживает вопрос обработки результатов.

В примененных нами методиках диагностики методы подсчета результатов различны. Нашей же задачей было получение сравнительных результатов по группам, что предполагает применение единообразных чисел для их сравнения.

Полученные результаты по каждой методике были переведены в баллы по 5-балльной системе. Итого максимальный балл по всем методикам составлял 25. Интерпретация баллов:

- 1-7 баллов – очень низкий уровень развития внимания;
- 8-12 баллов – низкий уровень;
- 13-16 баллов – ниже среднего;

- 17-20 баллов – средний уровень;
- 21-25 баллов – высокий уровень.

Для обозначения методик принята нумерация, соответствующая их указанной выше последовательности: М1....М5.

Таблица 3 – Результаты диагностики внимания в экспериментальной группе

Имя, Ф.	М1	М2	М3	М4	М5	Итого	Уровень
Магомед А.	1	2	1	2	2	8	Низкий
Ксения Н.	1	2	2	1	2	8	Низкий
Богдан В.	3	4	3	3	4	17	Средний
Настя В.	3	3	3	2	3	14	Ниже среднего
Рома М	4	3	4	3	3	17	Средний
Зоя К.	4	3	4	3	4	18	Средний
Дима Ф.	4	4	3	3	4	18	Средний
Средний	3	3	3	2	3	14	Ниже среднего

Итак, в целях эксперимента группы были сформированы таким образом, чтобы средний балл по группе был примерно одинаковым. В нашем случае это 14 баллов – уровень ниже среднего.

Далее с экспериментальной группой был проведен формирующий этап эксперимента.

Формирующий этап состоял в программе практических занятий, направленных на развитие внимания у детей экспериментальной группы.

Контрольный этап состоял в проведении диагностики детей экспериментальной и контрольной групп по тем же методикам и сравнении средних результатов между группами.

2.2 Реализация педагогических условий развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении

С целью экспериментальной проверки гипотезы о необходимых педагогических условиях развития внимания у детей старшего дошкольного возраста при обучении в движении была проведена методическая работа по подготовке программ по развитию внимания при обучении в движении старших дошкольников.

Методическая работа состояла в подготовке банков игр, упражнений и проблемно-поисковых ситуаций.

Первый блок – проведение подвижных игр, в том числе игр «Математика без тетрадки». Для этого был составлен банк игр, что обеспечивает первое педагогическое условие нашей гипотезы.

Таблица 4 – Банк подвижных игр на развитие внимания при обучении в движении

Название игры	Задача	Название игры	Задача
Где позвонили?	Развивать направленность слухового внимания, умение определять направление звука, ориентироваться в пространстве.	4 стихии	Развитие переключаемости, объёма внимания
Похлопаем — потопаем	Развивать у детей умение переключать слуховое внимание, выполнять действия, согласованные с ритмом.	Клей	Развивать ориентировку в пространстве, выдержку, ловкость
Самый внимательный	Развитие объёма внимания, умения сосредотачиваться.	Хлоп	Развивать внимание
Прятки с игрушками	Развитие у детей устойчивости внимания	Волшебное слово	Развивать внимание; способствовать освоению правил этикета

*Продолжение таблицы 4*

Название игры	Задача	Название игры	Задача
Будь внимателен к словам	Развитие устойчивости внимания	Успей дотронуться	Развивать внимание, речь
Ладошки	Развитие устойчивости внимания	Запрещенные движения	Формировать собранность внимания
Найди себе пару	Развивать ориентировку в пространстве, быстроту реакции	Я и мои друзья	Развивать внимание
Летает - не летает	Развитие переключаемости внимания, умение выделять главное	Не пропусти профессию	Развитие способности к переключению внимания,
Съедобное – несъедобное	Развитие быстроты реакции и переключения внимания	Зеваки	Развитие произвольного внимания
Клоуны	Упражнение на переключаемость движений	Назови соседей	Развитие внимания, памяти, скорости, мыслительных процессов
Цепочка	Упражнение на устойчивость внимания	Веселое путешествие	Упражнение на распределение внимания

Инструкции по проведению каждой игры представлены в приложении 2.

В банк игр на развитие внимание при обучении в движении входят также сенсомоторные игры «Математика без тетрадки». Стандартный набор включает в себя возможность проведения трех игр: Форма цвет размер; Логика; Медовое сражение. В набор для игр входят: три игровых поля, 33 фигуры красного, синего, желтого и зеленого цвета, 12 мешочков с песком в виде медведей и пчел, блокнот с заданиями «Судоку», 4 цветных мешочка, 2 палеты для счета – счетный материал, методическое пособие и система для хранения.

В таблице 5 представим банк подвижных игр с математическим содержанием.

Таблица 5 – Банк подвижных игр с математическим содержанием на развитие внимания при обучении в движении

Название игры	Задача	Название игры	Задача
Чудесные мешочки	Игровое изучение формы, цвета и размера	Живые числа	Упражнять в прямом и обратном счете в пределах 10
Сложи по схеме	Игровое изучение формы, цвета и размера	Найди по звуку	Учить ориентироваться в пространстве
Найди по признаку	Игровое изучение формы, цвета и размера	Встань на свое место	Упражнять в порядковом счете, в счете по осязанию
Посчитай ка	Игровое изучение формы, цвета и размера	Пошли, пошли	Развивать умение ориентироваться в пространстве
Путешествие	Ориентироваться в пространстве	Кто какого роста?	Установление отношений между величинами
Найди пару	Закрепить знание геометрических фигур, учить объединять их по существенным признакам	Составь число	Закрепить знание состава чисел из двух меньших
Неделя, стройся	Закрепить последовательность дней недели	Классики	Закрепить знание цифр
Обруч	Закреплять умение классифицировать предметы по 2-4 свойствам	В лесу	Учить решать примеры на сложение и вычитание в пределах 10

Инструкции по проведению каждой игры представлены в приложении 3.

Вторым условием нашей гипотезы является создание проблемно-поисковых ситуаций при занятиях, прогулках, свободной деятельности. В приложении 4 представлен банк проблемно-поисковых ситуаций при занятиях, прогулках, свободной деятельности для развития внимания при обучении в движении.

Остановимся на вопросе применения возможности упражнений из хатха-йоги для развития внимания старших дошкольников. Эффективность данной практики мы подтвердили собственным опытом. Занятия хатха-

йогой способствуют формированию эмоционально-волевой сферы и развивают навыки самоконтроля и саморегуляции. В результате снижается импульсивность поведения, повышается осознанность и развивается внимание. Хатха-йога ориентирована на внимание к собственному телу, поэтому является дополняющей методикой к развитию внимания при обучении детей в движении

С.Н. Желнина, рассматривая возможность использования элементов хатха-йоги в физкультурно-оздоровительной работе с детьми 5–7 лет, опирается на основные положения, выдвинутые ранее Л.И. Латохиной и отмечает, что занятия в детском саду с элементами хатха-йоги позволяют детям сбалансировать процессы возбуждения и торможения в организме, что требует задействования определенных ресурсов внимания дошкольников. Основными элементами хатхайоги являются асаны (позы) и пранаяма (дыхательные упражнения). Она подчеркивает, что в условиях детского сада целесообразно использовать лишь отдельные, специально подобранные элементы упражнений из хатха-йоги, доступные для выполнения детьми старшего дошкольного возраста [19, с. 238].

Занятия с элементами йоги строятся по структуре, включающей следующие компоненты: разминка, асаны, расслабление. С детьми дошкольного возраста целесообразно разучить выполнение 2–3 поз, используя показ и наглядный материал – картинки и схемы с изображением и последовательностью их выполнения. При выполнении асан (поз), сначала ее выполнение рассматривается на схемах, затем в рамках выполнения взрослым, а затем даётся словесная инструкция к ее выполнению, после чего дети учатся правильно и последовательно выполнять асану. При выполнении асан необходимо обратить внимание детей на соединение дыхания и движения, придерживаясь правила: вдох – движение вверх и назад, выдох – движение вперёд и вниз (необходимо контролировать правильность дыхания детей) [44, с. 238].

Потенциал выполнения асан для развития свойств внимания заключается в том, что ребенок учится в процессе всего хода их выполнения сосредотачиваться на ощущениях в своем теле, благодаря чему совершенствуется концентрация и устойчивость внимания. С целью удержания интереса дошкольников к выполнению подобных упражнений целесообразно организовывать обобщающие занятия, состоящие из комплекса знакомых поз, объединённых одним сюжетом («Джунгли», «На морском дне») придумывать на их основе новые игры, модернизируя знакомые детям, что позволит сохранять высокую степень вовлеченности детей в интересную им деятельность и совершенствовать их внимание и сосредоточенность [44, с. 239].

И.А. Ивко, О.М. Чусовитина, Е.И. Швецова, рассматривая процесс развития физических качеств у детей 5–6 лет посредством комплекса упражнений с элементами хатха-йоги указывают, что после 4–5 выполненных асан, целесообразно, применить позу на расслабление и концентрацию внимания. Исследователи указывают, что асаны для концентрации внимания и расслабления важно сочетать с дыхательными упражнениями [21, с. 45].

О.Н. Гуменюк в рамках своего опыта использования элементов практик йоги в развитии психофизических процессов у детей отмечает, что в рамках применения различных дыхательных упражнений на глубокое расслабление развивается концентрация внимания и другие высшие психические функции. В качестве эффективной методики развития свойств внимания детей, автор приводит практику медитации с использованием дыхательного упражнения «Воздушный шарик». Это упражнение направлено на развитие правильного глубокого диафрагмального дыхания и заключается в выполнении медленного глубокого и максимального вдоха (как будто при попытке надуть большой воздушный шар) и медленного выдоха через нос. При его выполнении следует напоминать ребенку расслаблять все тело при каждом выдохе. Выполнение такого упражнения

позволит дошкольникам сознательно следить за процессом своего дыхания, а также развивать навык произвольного расслабления тела, что совершенствует концентрацию, переключение и устойчивость их внимания [17, с. 10].

Для гиперактивных дошкольников О.Н. Гуменюк предлагает использовать более динамичный вариант данного упражнения, добавив в процесс его выполнения движения: «раскиньте руки в стороны и над головой, представляя, как надуваемый воздушный шар растет внутри живота; теперь я лопну ваш шарик. Когда услышите хлопок, резко выдыхайте через нос и падайте на коврик» [17, с. 12]. В процессе выполнения такого варианта упражнения развиваются также произвольность, объем и распределение внимания: детям необходимо одновременно выполнять действия и следить за словесной инструкцией, в которой должен прозвучать соответствующий сигнал, после которого снова необходимо совершить ряд произвольных действий. Она отмечает, что особый интерес у детей вызывает упражнение «Рёв льва», в процессе выполнения которого детям необходимо изобразить с помощью совместной работы голоса и дыхания звук максимально похожий на львиный рев. При этом важно следить за тем, чтобы у детей получался именно рык, а не крик. В процессе выполнения данного упражнения у детей формируется, помимо всего прочего, умение сознательно регулировать ритм дыхания, что развивает произвольность, объем и распределение внимания (при одновременном дыхании и издании звука).

Итак, в нашей практической работе разработаны три блока техник для реализации трех педагогических условий развития внимания при обучении в движении:

- составлен и применен банк подвижных игр;
- банк проблемно-поисковых ситуаций;
- банк упражнений хатха-йоги.

Эти игры, упражнения и идеи можно и нужно применять на занятиях, прогулках и свободной деятельности старших дошкольников. На основе разработок нами была проведена программа, состоящая из 20 занятий. Было проведено 2 диагностических занятия, 1 прогулочное, 4 проблемно-поисковых и 13 физкультурно-игровых с элементами хатха-йоги.

Цель программы: улучшение фиксируемого методиками внимания у детей старшего дошкольного возраста.

Количество занятий – 20, средняя продолжительность одного занятия – 30 минут.

Организационные условия реализации программы заключались в следующем:

1. Все занятия, кроме диагностических, проводятся в движении различной интенсивности.
2. Создается обстановка интереса детей путем подбора подвижных игр, направленных на развитие различных характеристик внимания, прежде всего, объема и переключаемости.
3. Интерес должен быть устойчивым в течение всего занятия, поэтому оно не должно превышать 30 минут для детей старшего дошкольного возраста.
4. В программу включаются проблемно-поисковые ситуации, способствующие развитию концентрации и распределяемости внимания.
5. Используются элементы начального обучения хатха-йоги в целях развития волевых качеств и концентрации.
6. Все дети отчетливо понимают каждое задание.
7. Занятия проводятся в привычной предметной среде.
8. Исключаются отрицательно действующие посторонние раздражители (шум, громкая музыка, резкие звуки, запахи и т. д.).
9. Тренировка произвольного внимания происходит путем повторений и упражнений.

Далее представим результаты контрольного этапа эксперимента.

### 2.3 Результаты эксперимента и рекомендации по итогам его проведения

В последнее занятие по вышеуказанной программе была проведена диагностика обеих групп – экспериментальной и контрольной, по тем же методикам.

Представим результаты диагностики контрольной группы в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты диагностики внимания в контрольной группе на контрольном этапе

Имя, Ф.	M1	M2	M3	M4	M5	Итого	Уровень
Саша В.	3	3	2	3	2	13	Низкий
Андрей Р.	4	4	3	3	3	17	Средний
Варвара С.	3	3	4	4	3	17	Средний
Даша Н.	2	4	3	4	2	15	Ниже среднего
Матвей К.	3	3	4	3	3	16	Ниже среднего
Ульяна Р.	3	2	3	2	2	12	Низкий
Игорь С.	4	3	3	4	4	18	Средний
Средний балл	3	3	3	3	3	15	Ниже среднего

Средний балл в контрольной группе 15 – это ниже среднего. Но средний балл вырос на 1 значение по сравнению с констатирующим этапом. У двух детей показатели улучшились по квалификации уровня – с ниже среднего на средний. Результаты улучшения объясняются тем, что детям уже знакомы эти методики. Также это доказывает, что методики являются одновременно и развивающим инструментом, поэтому их необходимо периодически использовать в педагогической работе.

Далее представим результаты диагностики экспериментальной группы в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты диагностики внимания в экспериментальной группе на контрольном этапе

Имя, Ф.	М1	М2	М3	М4	М5	Итого	Уровень
Магомед А.	2	3	2	3	3	13	Ниже среднего
Ксения Н.	3	3	3	3	3	15	Ниже среднего
Богдан В.	4	4	4	4	4	20	Средний
Настя В.	3	4	3	4	4	18	Средний
Рома М	4	4	4	4	3	19	Средний
Зоя К.	4	3	4	4	4	19	Средний
Дима Ф.	4	4	3	4	4	19	Средний
Средний	4	4	4	4	4	18	Средний

Средний балл в экспериментальной группе – 18 баллов, это соответствует среднему уровню по группе. Свои результаты улучшили все дети. Если на примере контрольной группы считать, что 1 балл – это улучшение за счет знания повторного прохождения методик, то чистый прирост за счет программы – 3 балла. Это хороший результат. В экспериментальной группе только два ребенка показали результаты ниже среднего, остальные – на значительно возросшем среднем уровне.

Представим сравнительную динамику групп на диаграмме (рисунок 1).

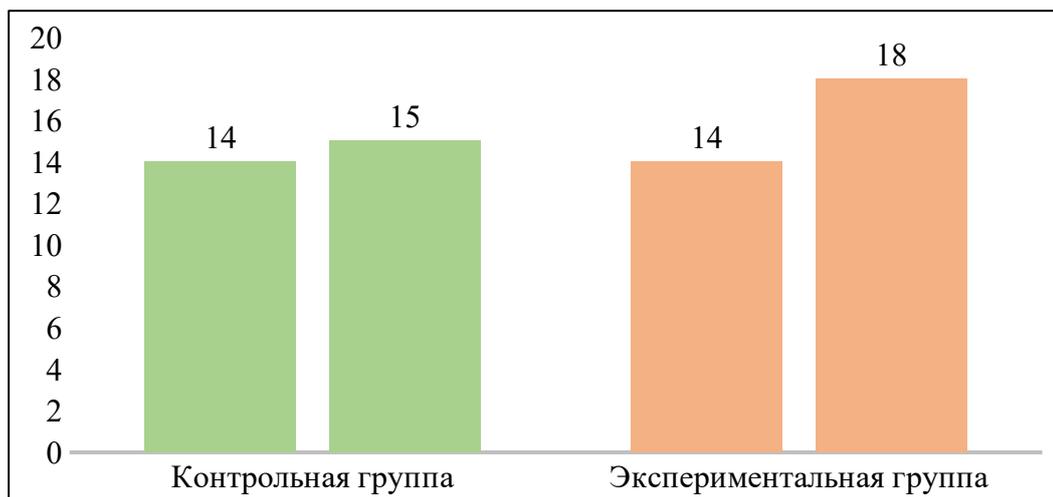


Рисунок 1 – Динамика улучшения внимания в группах  
Итак, результаты улучшения внимания в экспериментальной группе существенны по сравнению с контрольной группой.

Далее раскроем, как в программе реализовывались педагогические условия именно для развития внимания детей.

Диагностика внимания занимала целое занятие, при этом сами диагностические методики также способствуют развитию внимания, поэтому включены в программу как развивающие занятия. Диагностика проводилась и в контрольной, и в экспериментальной группах.

Каждое занятие начиналось с приветствия и небольшой физической разминки.

Используемые игры и упражнения предполагают как игру вдвоем с ребенком, так и в группе, все использованные в программе игры и упражнения проводились в групповом формате.

Игры и упражнения как чередовались, так и повторялись в течение программы. Дети этого возраста еще не могут осваивать большой объем информации, поэтому в среднем каждая игра и каждое упражнение повторялось в течение трех-пяти занятий с промежутками.

Существует много методов и методик развития внимания в дошкольном возрасте. Не все из них можно реализовать в краткосрочной программе. Далее представим соображения по итогам проведенной

работы, а также дополнительные рекомендации на основе изучения специализированной литературы.

Внимание является высшей психической интегративной функцией. Качества внимания во-многом зависят от врожденных характеристики, но в то же время внимание успешно поддается развитию. Особенно важно не упустить этот процесс с дошкольного возраста, начиная с 5-6 лет, когда можно рассчитывать на зачатки сознательных волевых усилий ребенка. Любая сознательная деятельность не может быть продуктивной без должного внимания, а ребенок старшего дошкольного возраста вступает в этап, на котором формируются многие необходимые психофизиологические феномены.

Современные педагоги и исследователи отмечают, что развитие функции внимания в настоящий момент находится в критической ситуации. Родители, с раннего детства не ограничивают детей в пользовании телевизором, смартфонами и компьютерами. Старший дошкольник с большой вероятностью умеет ими пользоваться наравне со взрослыми. Огромный поток информации, обрушивающийся на человека из этих устройств, влияет на мышление катастрофически. Прежде всего, на внимание, объем которого уменьшается, и само оно рассеивается. Воспитатели имеют дело со все возрастающими случаями гиперактивности, неспособности сосредоточиться, клиповым мышлением. Вред такого количества информации также и в том, что она воздействует на психоэмоциональную сферу. В психике работа эмоций препятствует работе мышления. Традиционно детские способы развития в коллективной подвижной игре заменяются индивидуальным способом существования при помощи гаджетов, виртуализация мира происходит с раннего детства. Все эмоции, мотивы, желания ребенка могут сосредотачиваться в электронных играх и мультфильмах.

В результате, частым явлением при обследовании детей дошкольного возраста является несформированность внимания, страдает

избирательность, снижена концентрация и объем, нарушена произвольность.

Развитие современных детей требует условий. К ним относятся кадрово-организационные ресурсы образовательной организации, предметно-развивающая среда и психолого-педагогические условия. К последним относится методическое обеспечение и реализация развивающих занятий в соответствии с возрастом детей и поставленными целями.

Внимание необходимо для последующего школьного обучения, поэтому чаще всего применяются методики его развития в обучающих дошкольных программах. Но основная деятельность дошкольника – игровая, и значительная часть игр происходит в движении. Физическое развитие ребенка не менее важно, чем когнитивное.

Специалистам физкультуры и спорта хорошо известно, насколько важно для спортсмена быть внимательным, поэтому при отборе в спортивные секции и последующем спортивном развитии внимание имеет важнейшую роль, особенно если спорт связан со взаимодействием с предметами и взаимодействием с другими спортсменами. Это является доказательством того, что подвижные игры детей являются возможностью развивать внимание. Кроме того, при любой двигательной активности полезно не упускать из виду внимательность, так как во-многом это залог безопасности ребенка.

Все подвижные игры направлены на взаимодействие как с предметами, так и с другими играющими и со взрослыми. Педагог должен следить, чтобы более успешные и физически развитые дети не вытесняли своих более слабых сверстников из игр. В то же время эффективное развитие осуществляется во взаимодействии с более сильным соперником. Например, педагог может организовать подвижные игры в парах, варьируя между детьми, давая в пару как более сильного, так и более слабого.

Движение охватывает всю двигательную активность, не только игры. Гимнастические упражнения также очень эффективны для развития внимания детей. Педагог должен подбирать технологии, подходящие по возрасту. Для дошкольного возраста эффективна пальчиковая гимнастика.

Можно рекомендовать гидрогимнастику – прокатывание, перекачивание, перекалывание в теплой воде различных предметов. Гидрогимнастика проводится с целью развития зрительно-моторной координации, точности, плавности движений, а также способствует подготовке руки к письму. Движение предметов в воде расплывается для зрения, поэтому развивается внимание. Для детей это очень увлекательно и познавательно. Помимо того, что происходит знакомство со свойствами воды, воспитанники систематизируют, обогащают свои знания, проявляют познавательный интерес и желание активно действовать с природными объектами.

При проведении гидрогимнастики необходимо учитывать элементарные гигиенические правила и правила безопасной работы с водой. Для проведения занятий с водой требуется специальное оборудование: ёмкости для воды, салфетки, термометр. Система выполнения упражнений в воде подразумевает регулярное их выполнение течение 5 - 10 минут 3 раза в неделю. Обязательны контрастные ванночки для рук (при температуре 18 и 36 градусов: в теплой воде 7-8 сек., в прохладной воде 3 – 4 сек.) и такие упражнения, как растирание, пощипывание и похлопывание.

На начальном этапе детям предлагается выполнить гидросамомассаж кистей и пальцев рук, представляющий собой самомассаж тыльной стороны рук, самомассаж ладоней и пальцев рук. Физическое воздействие главным образом осуществляется посредством поглаживания, растирания, разминания и поколачивания. На следующем этапе дошкольники действуют в воде с различными предметами, что помогает образовывать связь между тонкими движениями пальцев рук. Данная деятельность дает

представление о различных мышечных ощущениях. Используя поролоновые губки и эспандер, дети приобретают мышечные представления о напряжении и расслаблении; камушки и пробки передают представления о тяжести и легкости; завязывание веревочек и шнурков устанавливает такие мышечные ощущения как сила и слабость. Использование бусин, камешек – марблс, резинового мяча, рельефных бигуди, карандашей, воздушных шариков, наполненных различными крупами, и других предметов, задача которых заключается в прокатывании, переключении, круговых вращениях и рисовании под водой, способствует повышению работоспособности кистей и пальцев рук. Учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей, подбираются игровые упражнения и игры. Навыки моторики помогут ребенку исследовать, сравнивать, классифицировать и тем самым позволяют ему лучше понять мир, в котором он живет. Систематические занятия, требующие тонких движений пальцев, повышают работоспособность головного мозга, давая мощный толчок ребенку к познавательной и творческой активности, основой которой является, в том числе и развитие внимания.

В развитии внимания путем обучения в движении эффективен такой прием как «подсказка взглядом». В ходе общения и взаимодействия люди координируют свое внимание, направляя его на одни и те же объекты. Взгляд собеседника используется в качестве источника информации, поясняющего ход его мыслей. Это развивает совместное внимание. Под ним понимается способность локализовать внимание двух и более людей на одном объекте, а также способность привлечь внимание. Совместное внимание появляется в раннем детстве и играет ключевую роль в развитии человека, в его взаимодействии с окружающими. Это важно, так как человек может не замечать значимых элементов окружающей среды, а воспользовавшись взглядом другого человека, он обращает внимание на игнорируемые им ранее объекты.

Для ребенка очень важно уметь «пользоваться» взглядом другого человека, понимать, куда он смотрит. Накопленные к настоящему времени данные о совместном внимании и его нарушениях [45, с. 8] позволяют утверждать, что совместное внимание играет ключевую роль в психическом развитии и социализации ребенка. По сути, это можно рассматривать как конкретное подтверждение идей культурно-исторической психологии Л.С. Выготского о том, что в основе развития лежат психические функции, разделенные между ребенком и взрослым. «Совместное внимание» — пример именно такой разделенной функции, в дальнейшем определяющей объекты внимания самого ребенка и вооружающей его психологическими орудиями или инструментами для управления собственным вниманием и вниманием другого человека.

Важным наблюдением в последних научных исследованиях является то, что механизм совместного внимания менее эффективно работает у людей с расстройствами аутистического спектра (РАС). Это связано с тем, что дети с РАС избегают прямого зрительного контакта и имеют сложности при использовании так называемых «социальных подсказок». Нарушение способности к совместному вниманию в раннем детстве является одним из первых признаков РАС и может являться их критерием. Дети с РАС, в отличие от типично развивающихся детей, не переводят автоматически взгляд на объект внимания другого человека.

Остановимся на вопросе применения возможности упражнений из хатха-йоги для развития внимания старших дошкольников. Эффективность данной практики мы подтвердили собственным опытом. Занятия хатха-йогой способствуют формированию эмоционально-волевой сферы и развивают навыки самоконтроля и саморегуляции. В результате снижается импульсивность поведения, повышается осознанность и развивается внимание. Хатха-йога ориентирована на внимание к собственному телу, поэтому является дополняющей методикой к развитию внимания при обучении детей в движении

С.Н. Желнина, рассматривая возможность использования элементов хатха-йоги в физкультурно-оздоровительной работе с детьми 5–7 лет, опирается на основные положения, выдвинутые ранее Л.И. Латохиной и отмечает, что занятия в детском саду с элементами хатха-йоги позволяют детям сбалансировать процессы возбуждения и торможения в организме, что требует задействования определенных ресурсов внимания дошкольников. Основными элементами хатхайоги являются асаны (позы) и пранаяма (дыхательные упражнения). Она подчеркивает, что в условиях детского сада целесообразно использовать лишь отдельные, специально подобранные элементы упражнений из хатха-йоги, доступные для выполнения детьми старшего дошкольного возраста [19, с. 238].

Занятия с элементами йоги строятся по структуре, включающей следующие компоненты: разминка, асаны, расслабление. С детьми дошкольного возраста целесообразно разучить выполнение 2–3 поз, используя показ и наглядный материал – картинки и схемы с изображением и последовательностью их выполнения. При выполнении асан (поз), сначала ее выполнение рассматривается на схемах, затем в рамках выполнения взрослым, а затем даётся словесная инструкция к ее выполнению, после чего дети учатся правильно и последовательно выполнять асану. При выполнении асан необходимо обратить внимание детей на соединение дыхания и движения, придерживаясь правила: вдох – движение вверх и назад, выдох – движение вперед и вниз (необходимо контролировать правильность дыхания детей) [44, с. 238].

Потенциал выполнения асан для развития свойств внимания заключается в том, что ребенок учится в процессе всего хода их выполнения сосредотачиваться на ощущениях в своем теле, благодаря чему совершенствуется концентрация и устойчивость внимания. С целью удержания интереса дошкольников к выполнению подобных упражнений целесообразно организовывать обобщающие занятия, состоящие из комплекса знакомых поз, объединённых одним сюжетом («Джунгли», «На

морском дне») придумывать на их основе новые игры, модернизируя знакомые детям, что позволит сохранять высокую степень вовлеченности детей в интересную им деятельность и совершенствовать их внимание и сосредоточенность [44, с. 239].

И.А. Ивко, О.М. Чусовитина, Е.И. Швецова, рассматривая процесс развития физических качеств у детей 5–6 лет посредством комплекса упражнений с элементами хатха-йоги указывают, что после 4–5 выполненных асан, целесообразно, применить позу на расслабление и концентрацию внимания. Исследователи указывают, что асаны для концентрации внимания и расслабления важно сочетать с дыхательными упражнениями [21, с. 45].

О.Н. Гуменюк в рамках своего опыта использования элементов практик йоги в развитии психофизических процессов у детей отмечает, что в рамках применения различных дыхательных упражнений на глубокое расслабление развивается концентрация внимания и другие высшие психические функции. В качестве эффективной методики развития свойств внимания детей, автор приводит практику медитации с использованием дыхательного упражнения «Воздушный шарик». Это упражнение направлено на развитие правильного глубокого диафрагмального дыхания и заключается в выполнении медленного глубокого и максимального вдоха (как будто при попытке надуть большой воздушный шар) и медленного выдоха через нос. При его выполнении следует напоминать ребенку расслаблять все тело при каждом выдохе. Выполнение такого упражнения позволит дошкольникам сознательно следить за процессом своего дыхания, а также развивать навык произвольного расслабления тела, что совершенствует концентрацию, переключение и устойчивость их внимания [17, с. 10].

Для гиперактивных дошкольников О.Н. Гуменюк предлагает использовать более динамичный вариант данного упражнения, добавив в процесс его выполнения движения: «раскиньте руки в стороны и над

головой, представляя, как надуваемый воздушный шар растет внутри живота; теперь я лопну ваш шарик. Когда услышите хлопок, резко выдыхайте через нос и падайте на коврик» [17, с. 12]. В процессе выполнения такого варианта упражнения развиваются также произвольность, объем и распределение внимания: детям необходимо одновременно выполнять действия и следить за словесной инструкцией, в которой должен прозвучать соответствующий сигнал, после которого снова необходимо совершить ряд произвольных действий. Она отмечает, что особый интерес у детей вызывает упражнение «Рёв льва», в процессе выполнения которого детям необходимо изобразить с помощью совместной работы голоса и дыхания звук максимально похожий на львиный рев. При этом важно следить за тем, чтобы у детей получался именно рык, а не крик. В процессе выполнения данного упражнения у детей формируется, помимо всего прочего, умение сознательно регулировать ритм дыхания, что развивает произвольность, объем и распределение внимания (при одновременном дыхании и издании звука).

Двигательная активность – это еще и посильный труд. Необходимо помнить, что решающее значение для развития внимания, да и личности ребенка в целом, имеет формирование интереса и приучение к систематическому, дисциплинированному труду. Если стремиться воспитывать только произвольное внимание, то процесс обучения будет связан с большим постоянным напряжением и, как следствие, станет для ребенка тяжелым, неинтересным трудом, лишенным всяких радостей. Но, с другой стороны, если своей целью поставить только интересность и занимательность, т.е. привлечение непроизвольного внимания, то у ребенка не воспитаются необходимая выдержка и сила воли.

Развитию внимания как интегративной функции способствует создание проблемно-поисковых ситуаций и целенаправленное обучение дошкольников основам проектно-исследовательской деятельности. Это

удобно делать на прогулках, обращая внимание детей на детали окружающего мира. Наш эксперимент проходил в зимних условиях.

В зимний период обращаем внимание на следы на снегу: узнаем, кто их оставил, как и попробуем оставить свои следы. Выясняем, чем различаются следы. Ранее дети могли не задаваться такими вопросами и не обращать внимания на следы на снегу. Рассматриваем снежинки, рассуждаем об их непохожести друг на друга и уникальности форм.

Весенний и летний период предоставляет огромное количество возможностей за развитием внимания путем наблюдения за пробуждающейся природой. Наблюдаем за ростом листьев и деревьев, появлением новых цветов, изучаем природные явления – дождь, гроза, откуда появляется дождь, отчего на лужах появляются волны от дождя и т.д. В летнее время дети активно интересуются насекомыми. Можно организовать:

- мини-лаборатории на участке;
- придумать конкурсные мероприятия по исследованиям (почему муравей бежит быстро, а червяк ползет медленно?);
- по результатам исследовательской деятельности можно: составить фотоколлаж, выпустить книгу, брошюру, рекомендации для других маленьких исследователей.

Осенний период – наблюдение за листопадом: исследуем и сравниваем листья на предмет различия и схожести размера, форм, цвета. Рассуждаем, делаем выводы. Развиваем эмпатию, предлагая на основании ранее произведенного сравнения продолжить предложение: «Я листочек, который уже летит, потому что ...».

Вовлекая детей в целенаправленную подвижную деятельность, педагог влияет на формирование внимательности к себе, к окружающему миру, способность понимать и реализовывать поставленную задачу,

воспитывает бережное отношение к природе, позволяет создавать условия для реализации самообразования и потребности к саморазвитию.

Воспитание внимания должно быть направлено на формирование положительного восприятия окружающего мира и себя. Это достигается научением детей аккуратно относиться к своему внешнему виду, к одежде, например, после того как пообедали, вытереть рот или щеки, после сна расчесаться и умыться. Необходимо обучать детей быть внимательным не только к себе, но и к своим одноклассникам, и где нужно тактично подсказать, помочь им.

#### Выводы по второй главе.

Для изучения уровня развития внимания детей старшего дошкольного возраста нами были выбраны следующие диагностики: «Круги», автор Т.В. Чередникова (модифицированная методика Шульте); «Запомни и расставь точки» (модифицированная методика Керна Йерасека); «Найди и вычеркни» (модифицированная методика Бурдона «Корректирующая проба»); «Перепутанные (переплетённые) линии» автор М. И. Ильина; «Проставь значки».

Эксперимент показал преобладание низкого и ниже среднего уровня развития внимания у детей, что не соответствует реальным возможностям детей дошкольного возраста, о чём свидетельствует отставание средних показателей от нормативов методик, а также наличие детей, показавших достаточно высокие результаты.

Для развития внимания при обучении в движении были реализованы следующие педагогические условия: составлен банк подвижных игр; создана и реализована развивающая программа, включающая в себя игровые подвижные практики, обучение начальным элементам хатха-йоги, создание проблемно-поисковых ситуаций на прогулках. Подвижные игры развивают внимание в коммуникациях между детьми и путем

взаимодействия с предметами, хатха-йога способствует развитию концентрации внимания и формированию волевых качеств, проблемно-поисковые ситуации в двигательной активности на прогулках развивают объем внимания, его направленность на события внешнего мира.

После реализации условий был определен уровень внимания на основе тех же диагностик, что и на констатирующем этапе. По результатам контрольного этапа видно, что в экспериментальной уровень внимания в среднем вырос на 20%.

Проведя повторно диагностику, мы заметили, что результаты оказались на новом качественном уровне.

Таким образом, благодаря внедренным педагогическим условиям, в экспериментальной группе уровень развития внимания у детей старшего дошкольного возраста, повысился практически у каждого ребенка.

Обучение в движении является эффективным методом развития внимания у старших дошкольников, как показало наше экспериментальное исследование.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие внимания в дошкольном возрасте является залогом будущего успешного обучения в школе. Современные образовательные технологии в дошкольном образовании направлены на реализацию Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО), где развитию внимания детей дошкольного возраста придается особое значение.

Проблему развития внимания детей дошкольного возраста рассматривали в своих исследованиях А. В. Запорожец, А. А. Осипова, О.А. Шаграева, Д. Б. Эльконин. На основе работ данных учёных, под вниманием мы будем понимать направленность сознания на определенный объект и представляет собой процесс, основу которого составляет избирательность при сознательном или бессознательном отборе одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорировании другой. Это сквозной психический процесс, участвующий во всех видах нервно-психической деятельности. Внимание является интегративным качеством и как системное образование развивается при усвоении ребенком основной общеобразовательной программы ДОУ, включающей в себя гармоничное развитие трех сфер развития – личностной, интеллектуальной и физической.

В обязанности специалистов ДОУ входит развитие детей в соответствии со стандартами ФГОС, определяющим цели, методы и критерии оценки результатов. Цель развития дошкольников – подготовка в школьному и всем последующим периодам жизненного обучения. Физическое развитие дошкольника является первичным по отношению к другим сферам развития, поэтому большинство видов обучения ребенка происходит в движении. Жизнь человека происходит в движении. Движение является физиологическим процессом, проходящим в организме параллельно и во взаимосвязи с другими процессами. Это обуславливает

необходимость развития внимания, поскольку все эти процессы организм должен координировать. Кроме того, параллельно необходимо следить за внешней средой и вовремя уходить от опасностей, это также требует развития внимания.

Проблемой практического развития внимания дошкольников при обучении в движении занимаются такие современные исследователи как Т.П. Авдулова, Л. Н. Волошина, Л. М. Захарова, Е. В. Колесникова, А.М. Купцова и другие.

Актуальность проблемы развития внимания дошкольников при обучении в движении обусловили выбор темы работы и выдвижение гипотезы исследования. Для ее подтверждения была организована экспериментальная работа на базе образовательной организации. Было проведено исследование по выявлению уровня внимания в опытной и экспериментальной группах на констатирующем и на контрольном этапах эксперимента.

Для изучения уровня развития внимания детей старшего дошкольного возраста нами были выбраны следующие диагностики: «Круги», автор Т.В. Чередникова (модифицированная методика Шульте); «Запомни и расставь точки» (модифицированная методика Керна Йерасека); «Найди и вычеркни» (модифицированная методика Бурдона «Корректирующая проба»); «Перепутанные (переплетённые) линии» автор М. И. Ильина; «Проставь значки».

Эксперимент показал преобладание низкого и ниже среднего уровня развития внимания у детей, что не соответствует реальным возможностям детей дошкольного возраста, о чём свидетельствует отставание средних показателей от нормативов методик, а также наличие детей, показавших достаточно высокие результаты.

Для развития внимания при обучении в движении были реализованы следующие педагогические условия:

– разработать банк подвижных игр, обеспечивающих развитие у детей внимания при стимулировании двигательного опыта;

– включить в занятия, прогулки, свободную деятельность проблемно-поисковые ситуации, позволяющие активизировать внимание детей на учебной задаче в процессе свободного движения;

– формировать начальные навыки волевых качеств, обеспечивающих концентрацию и устойчивость внимания, в том числе, в движении.

Подвижные игры развивают внимание в коммуникациях между детьми и путем взаимодействия с предметами, хатха-йога способствует развитию концентрации внимания и формированию волевых качеств, проблемно-поисковые ситуации в двигательной активности на прогулках развивают объем внимания, его направленность на события внешнего мира.

После реализации условий был определен уровень внимания на основе тех же диагностик, что и на констатирующем этапе. По результатам контрольного этапа видно, что в экспериментальной уровень внимания в среднем вырос на 20%.

Проведя повторно диагностику, мы заметили, что результаты оказались на новом качественном уровне.

Таким образом, благодаря внедренным педагогическим условиям, в экспериментальной группе уровень развития внимания у детей старшего дошкольного возраста, повысился практически у каждого ребенка.

Обучение в движении является эффективным методом развития внимания у старших дошкольников, как показало наше экспериментальное исследование.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены, гипотеза подтвердилась.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдулова Т. П. Психология игры: учебник для вузов / Т. П. Авдулова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 232 с. – ISBN 978-5-534-05718-8.
2. Барышникова Е. В. Особенности свойств внимания у дошкольников / Е. В. Барышников, Ю. В. Родикова // Культура и образование: от теории к практике. – 2016. – Т. 1. – С. 92-98.
3. Березовская Р. А. Отношение к здоровью как психологический механизм самоуправления здоровой личности / Р. А. Березовская // Здоровая личность: материалы междунар. науч.-практ. конференции 21-22 июня 2012 г. – СПб.: СПбГИПСР, 2012. – С. 20-23.
4. Блюм В. В. Структура внутренней картины здоровья у школьников: дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.04 / Блюм Вера Викторовна; [Место защиты: С. –Петерб. гос. ун-т]. – Санкт-Петербург, 2011. – 258 с.
5. Волошина Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников / Л. Н. Волошина. – Москва: АРКТИ, 2005. – 106 с. – ISBN 5-89415-418-9.
6. Волошина Л. Н. Выходи играть во двор. Парциальная программа по физическому развитию дошкольников / Л. Н. Волошина. – Белгород: Изд. БелИРО, 2017. – 51 с.
7. Волошина Л. Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3-7 лет / Л.Н. Волошина, Т. В. Курилова. – Москва : Изд-во Белый город. 2013. – 239 с. – ISBN 5-89415-331-Х.
8. Волошина Л. Н. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников / Л. Н. Волошина, Е. В. Гавришова, Н. М. Елецкая, Т. В. Курилова – Волгоград: Учитель, 2013. – 141 с. – SBN 978-5-7057-3298-2.
9. Волошина Л. Н. Игры с элементами спорта в системе

физического воспитания дошкольников: монография / Л. Н Волошина. – Екатеринбург: Изд-во УрГПУ, 2004. – 48 с.

10. Волошина Л. Н. Практикум по теории и технологиям физической культуры дошкольников: учебное пособие / Л. Н. Волошина, О. В. Демидович, В. В. Соколов – Белгород: НИУ "БелГУ", 2011. – 181 с.

11. Волошина Л. Н. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3–7 лет: программа, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах / Л. Н. Волошина, Т. В. Курилова. – Москва: Вентана-Граф, 2015. – 224 с. – ISBN: 978-5-360-05653-9.

12. Волошина, Л. Н. Педагогические средства обогащения двигательного опыта дошкольников /Л. Н. Волошина, О. Г. Галимская // Современные проблемы науки и образования : электрон. науч. журн. – 2017. –№ 5. – С. 301-311.

13. Выготский Л. С. Игра и ее роль в психологическом развитии ребенка / Л. С. Выготский // Вопросы психологии. – № 6. – 2016. – С. 62-76.

14. Выготский Л. С. Психология развития ребенка / Л. С. Выготский. - Москва: Эксмо, 2005. – 507 с. – ISBN 5-699-13731-9.

15. Вялова Н. В. Роль двигательной деятельности в становлении у детей старшего дошкольного возраста потребности в общении со сверстниками / Н. В. Вялова, А. С. Санникова // Аспирант. – 2020. – № 5 (56). – С. 90-93.

16. Григорьев О. А. Физическое воспитание в дошкольных учреждениях / О. А. Григорьев, Н. А. Карлова, Ю. Г. Черных. – Воронеж: Изд-во ВГПУ, 2006. – 91 с. – ISBN 5-88519-267-7.

17. Гуменюк О. Н. Использование элементов практик йоги в развитии психофизических процессов у детей с ОВЗ / О. Н. Гуменюк. – Ижевск, 2020. – URL: [https://ciur.ru/izh\\_dou/izh\\_ds262/DocLib5/Методические%20документы/](https://ciur.ru/izh_dou/izh_ds262/DocLib5/Методические%20документы/)

Гуменюк%20О.Н.pdf (дата обращения 26.03.2022). – Текст: электронный.

18. Дормашев Ю. Б. Психология внимания / Ю. Б. Дормашев, В. Я. Романов ; Российская акад. образования, Московский психолого-социальный ин-т. - 4-е изд. – Москва : Московский психолого-социальный ин-т: Флинта, 2007. – 371 с. – ISBN 978-5-89502-309-9.

19. Желнина С. Н. Использование элементов хатха-йоги в физкультурно-оздоровительной работе с детьми 5–7 лет / С. Н. Желнина. – Кемерово, 2017– URL: <https://blog.dohcolonoc.ru/entry/zanyatiya/ispolzovanie-elementov-khatkha-jogi-v-fizkulturno-ozdorovitelnoj-rabote-s-detmi-6-7-let.html> (дата обращения 26.03.2022). – Текст: электронный.

20. Захарова Л. М. Влияние физической активности на познавательное развитие детей старшего дошкольного возраста / Л.М. Захарова, В.С. Захарова // Педагогико-психологические проблемы физической культуры. – 2017. – №12. – С. 136–143.

21. Ивко И. А. Развитие физических качеств у детей 5–6 лет посредством комплекса упражнений с элементами хатха-йоги / И. А. Ивко, О.М. Чусовитина, Е. И. Швецова // Вестник Кемеровского гос. ун-та. – 2015. – № 4. – С. 40–45.

22. Казин Э. М. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: учеб. пособие / Под науч. ред. Э. М. Казина; ред. коллегия: Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева, О. Г. Красношлыкова. – Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2011. – 347 с. – ISBN 978-5-370-02904-2

23. Кирдяшкина Т. А. Методы исследования внимания. (Практикум по психологии); Учебное пособие / Т. А. Кирдяшкина – Челябинск: Изд. ЮУрГУ, 1999. – 72 с.

24. Колесникова Е. В. Игровые упражнения по развитию произвольного внимания у детей 5-6 лет: тетрадь для совместной деятельности взрослого и ребёнка / Е. В. Колесникова. – Москва: Изд-во

ЮВЕНТА, 2014. – 32 с.

25. Константинова Н. И. Формирование произвольного внимания у старших дошкольников / Н. И. Константинова, Ш. В. Квитатиани, С. В. Гани // Традиции и новации в дошкольном образовании. – 2020. – № 4 (17). – С. 5-10.

26. Купцова А. М. и др. Физиологические основы внимания. Развитие внимания у детей и подростков / А. М. Купцова, Н. И. Зиятдинова, Р. И. Зарипова, Т. Л. Зефирова. – Казань: КФУ. – 2017. – 35 с.

27. Лазарев М. Л. Гармонизация когнитивно-соматического развития дошкольников средствами физической культуры и искусства в рамках ФГОС / М. Л. Лазарев // Воспитание и обучение детей младшего возраста. – 2016. – № 5. – С. 207-210.

28. Лазарев М.Л. Когносомное развитие ребенка / М.Л. Лазарев // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. – 2013. – № 18 (119). – С. 118-141.

29. Лазарева Г. В. Методы развития внимания старших дошкольников на занятиях по физическому воспитанию / Г. В. Лазарева // Педагогическое мастерство и современные педагогические технологии. сборник материалов Международной научно-практической конференции. ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет им. И. Н. Ульянова»; Актюбинский региональный государственный университет им. К. Жубанова. – Чебоксары, 2021. – С. 131-135.

30. Латохина Л. И. Хатха-йога для детей / Л.И. Латохина. – Москва: Просвещение, 1993. – 158 с. – ISBN 5-09-004582-8.

31. Муллер А. Б. Физическая культура: учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 424 с. – ISBN 978-5-534-02483-8.

32. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития / В.С. Мухина. – Москва: Академия, 2019. – 655 с. – SBN 5-7695-0408-0

33. Набиуллина Н. В. Психолого-педагогические основы развития

произвольного внимания старших дошкольников / Н.В. Набиуллина // Педагогика и психология: актуальные вопросы теории и практики. – 2016. – № 3 (8). – С. 120-122.

34. Негашева М. А. Модель взаимосвязей различных систем признаков с адаптационными возможностями организма в юношеском периоде онтогенеза / М. А. Негашева // Физиология человека. – 2018. – Т. 44. – № 4. – С. 41-49.

35. Общая психология. В 7 т.: учебник для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Б. С. Братуся. – Т. 4. Внимание/ М. В. Фаликман. – Москва: Издательский центр «Академия», 2006. – 480 с. – ISBN 5-7695-2051-5

36. Петрова, Е. В. Педагогические условия развития произвольного внимания у детей старшего дошкольного возраста в дидактических играх / Е. В. Петрова // Молодой ученый. – 2017. – №19. – С. 323-325.

37. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов / под ред. А.Е. Ловягиной. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 531 с. – ISBN 978-5-534-00690-2.

38. Реан А. А. и др. Психология и педагогика / А. А. Реан, Н. В. Бордовская, С. И. Розум. – СПб.: Питер, 2000. – 432 с. – ISBN 5-272-00266-0.

39. Сугако Т. В. Современные методы развития внимания старших дошкольников / Т. В. Сугако, А. А. Мёдова // Наука XXI века: открытия, инновации, технологии. Сборник научных трудов по материалам VII Международной научно-практической конференции. – Красноярск. – 2019. – С. 28-30.

40. Сунцова А. С. Развитие внимания у старших дошкольников / А.С. Сунцова, А. Е. Шушкова // Аллея науки. – 2019. – Т. 2.– № 11 (38). – С. 818-821.

41. Тихомирова Л. Ф. Упражнения на каждый день: развитие

внимания и воображения дошкольников. Популярное пособие для родителей и педагогов / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль: Академия развития. – 2000. – 192 с. – ISBN 5-8133-0052-X.

42. Ушинский К. Д. Избранные труды. В 4 кн. Кн. 4: Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии (2); сост., статьи, примеч. и коммент. Э. Д. Днепров. – Москва: Дрофа, 2005. – 541 с. – ISBN 5-7107-9559-3.

43. ФГОС Дошкольное образование: Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 (ред. от 21.01.2019). URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-do/> (дата обращения 10.02.2022).

44. Чекалина О. А. Элементы оздоровительной гимнастики хатха-йога в структуре формирования здорового образа жизни дошкольника / О. А. Чекалина, Ю. Л. Рачилина // МДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 160», статья в сборнике трудов конференции. – Магнитогорск, – 2017. – С. 238-240

45. Шевель Т. М. «Подсказка взглядом» как ключ к механизмам совместного внимания: основные результаты исследований / Т. М. Шевель, М. В. Фаликман // Культурно-историческая психология. – 2022. – Т. 18. – № 1. – С. 6-16.

46. Шинкаренко А. С. К вопросу о формировании безопасного и здорового образа жизни учащихся-подростков в процессе психосоциальной и физиологической адаптации / А. С. Шинкаренко, Э. М. Казин, А. И. Федоров, И. А. Свиридова // Профессиональное образование и занятость молодежи: XXI век. Преемственность в деятельности профессиональных образовательных организаций региона в условиях модернизации». – Кемерово, 18-19 марта, 2015. – Ч. 2. – С. 204-208.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Примененные методики диагностики внимания у детей старшего дошкольного возраста

#### М1

«Круги» автор Т.В. Чередникова (модифицированная методика Шульте).

Цель: определение уровня развития объема внимания.

Операциональный статус: тест

Описание: в таблице с пустыми, двойными, тройными кругами разных размеров следует отыскать все пустые круги в порядке уменьшения их размеров (от самого большого до самого маленького).

Оборудование: таблица 70/70 см<sup>2</sup> с изображением пустых, двойных, тройных кругов разных размеров, часы с секундной стрелкой, указка (карандаш).

Инструкция: «Сейчас мы поиграем. Будь внимателен. Я объясню задание один раз. В этой таблице нарисованы круги разных размеров. Одни из них пустые (показ), другие - двойные (показ), а третьи - тройные (показ). Посмотри внимательно и отыщи все пустые круги от самого большого до самого маленького в порядке их уменьшения».

Фиксируемые параметры:

время выполнения задания,  
количество сделанных ошибок.

Нормативы:

Результат	Время выполнения	Количество ошибок
высокий	30-40 сек.	1-2
средний	40-110 сек.	3-5
низкий	Свыше 110 сек.	Более 7-8

## М2

Методика «Запомни и расставь точки» (модифицированная методика Керна Йерасека).

Цель: определение уровня развития объема внимания.

Описание: С помощью данной методики оценивается объем внимания ребенка. Для этого используется стимульный материал. Лист с точками предварительно разрезается на 8 малых квадратов, которые затем складываются в стопку таким образом, чтобы вверху оказался квадрат с двумя точками, а внизу – квадрат с девятью точками (все остальные идут сверху вниз по порядку с последовательно увеличивающимся на них числом точек). Оборудование: лист с точками, лист с пустыми карточками, секундомер. Инструкция: «Сейчас мы поиграем с тобой в игру на внимание. Я буду тебе одну за другой показывать карточки, на которых нарисованы точки, а потом ты сам будешь рисовать эти точки в пустых клеточках в тех местах, где ты видел эти точки на карточках».

Далее ребенку последовательно, на 1-2 сек, показывается каждая из восьми карточек с точками сверху вниз в стопке по очереди и после каждой очередной карточки предлагается воспроизвести увиденные точки в пустой карточке (см. приложение) за 15 сек. Это время дается ребенку для того, чтобы он смог вспомнить, где находились увиденные точки, и отметить их в пустой карточке.

Фиксируемые параметры: I — время выполнения;

N — количество правильно воспроизведенных точек.

Объем внимания оценивается по 10-бальной системе.

Оценка результатов

Объемом внимания ребенка считается максимальное число точек, которое ребенок смог правильно воспроизвести на любой из карточек (выбирается та из карточек, на которой было воспроизведено безошибочно самое большое количество точек). Результаты эксперимента оцениваются в баллах следующим образом:

10 баллов	ребенок правильно за отведенное время воспроизвел на карточке 6 и более точек
8-9 баллов	ребенок безошибочно воспроизвел на карточке от 4 до 5 точек
6-7 баллов	ребенок правильно восстановил по памяти от 3 до 4 точек.
4-5 баллов	ребенок правильно воспроизвел от 2 до 3 точек.
0-3 балла	ребенок смог правильно воспроизвести на одной карточке не более одной точки.

Выводы об уровне развития

10 баллов	очень высокий
8-9 баллов	высокий
6-7 баллов	средний
4-5 баллов	низкий
0-3 балла	очень низкий

### МЗ

«Найди и вычеркни» (модифицированная методика Бурдона «Корректирующая проба»).

Цель: диагностика продуктивности и устойчивости внимания.

Описание: ребенок работает по инструкции с рисунком, на котором в случайном порядке изображены простые фигуры. Ему дано задание искать и разными способами зачеркивать две неодинаковые фигуры: звездочку перечеркивать вертикальной линией, а кружок – горизонтальной. Ребенок работает 2,5 минуты, в течение которых пять раз подряд (через каждые 30 секунд) ему говорят «начинай» и «стоп». Экспериментатор отмечает на рисунке то место, где даются соответствующие команды.

Оборудование: рисунок с изображением простых фигур, часы с секундной стрелкой, простой карандаш.

Инструкция: «Сейчас мы с тобой поиграем в такую игру: я покажу тебе картинку, на которой нарисовано много разных знакомых тебе предметов. Когда я скажу «начинай», ты по строчкам этого рисунка начнешь искать и зачеркивать названные мной фигуры. Это необходимо будет делать до тех пор, пока я не скажу «стоп». В это время ты должен будешь остановиться и показать мне то изображение предмета, которое ты увидел последним.

Я отмечу на твоём рисунке место, где ты остановился и снова скажу «начинай». После этого ты продолжишь искать и вычеркивать из рисунка заданные предметы. Так будет несколько раз, пока я не скажу слово «конец». На этом выполнение задания завершится».

Фиксируемые параметры: t – время выполнения задания; N – количество изображений предметов, просмотренных за все время работы, а также отдельно за каждые 30 секунд; n – количество допущенных ошибок (пропущенные нужные изображения или зачеркнутые ненужные изображения).

Обработка результатов: Подсчитывается количество предметов на рисунке просмотренных ребенком за время выполнения задания, количество допущенных ошибок.

Полученные значения подставляются в формулу, по которой определяется показатель уровня развития у ребенка одновременно двух свойств внимания: продуктивности и устойчивости.  $S = (1/2 N - 2,8 n) / t$ , где S – общее значение показателей внимания, N – сколько фигур ребёнок просмотрел, n – какое количество ошибок испытуемый допустил (то есть неправильно отметил или пропустил фигуру), t – время, потраченное на работу.

Нормативы:

Баллы	Показатель S	Продуктивность и устойчивость внимания
10	выше 1,25	Очень высокий
8-9	1-1,25	высокий
6-7	0,75-1	средняя
4-5	0,50-0,75	средняя
2-3	0,24-0,50	низкая
0-1	0-0,2	Очень низкая

Результаты оцениваются так:

10 баллов	очень высокие показатели продуктивности и устойчивости внимания
8-9 баллов	высокая продуктивность и устойчивость
4-7 баллов	средние показатели и продуктивности, и устойчивости
2-3 балла	низкие показатели продуктивности и устойчивости
0-1 баллов	очень низкие показатели продуктивности и устойчивости.

#### М4

Методика «Перепутанные (переплетённые) линии» автор М.И. Ильина  
 Цель: изучения концентрации и устойчивости внимания.  
 Описание: для диагностики внимания дошкольников и младших школьников целесообразно использовать вариант предложенный Маргаритой Николаевной Ильиной. Он отличается упрощением стимульного материала (в её модификации всего 10 линий), сокращением времени проведения исследования (до 5 минут) и соответствием нормативов возрасту испытуемых. Оборудование: секундомер, стимульный материал (специальный бланк с изображением перепутанных линий), лист бумаги, карандаш.  
 Инструкция: «У тебя перед глазами рисунок, на нём много перепутанных линий. Найди конец каждой, проследи её с самого начала. Пальцем и карандашом пользоваться нельзя».  
 Фиксируемые параметры:  
 I - время выполнения задания; п - количество допущенных ошибок.  
 Обработка результатов: экспериментатору необходимо внимательно наблюдать за ребёнком, обращая внимание на точность его действий, скорость и длительность выполнения задания, комментарии, которые он делает в процессе прохождения теста. Не каждый испытуемый в возрасте 5-6 лет будет с интересом водить взглядом по чёрным и плохо пропечатанным линиям. Поиграйте с тестируемым.

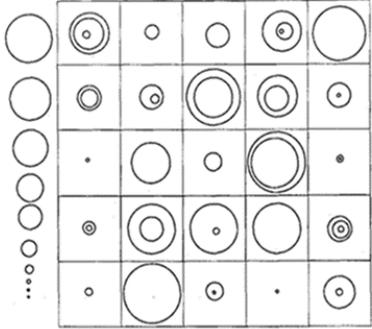
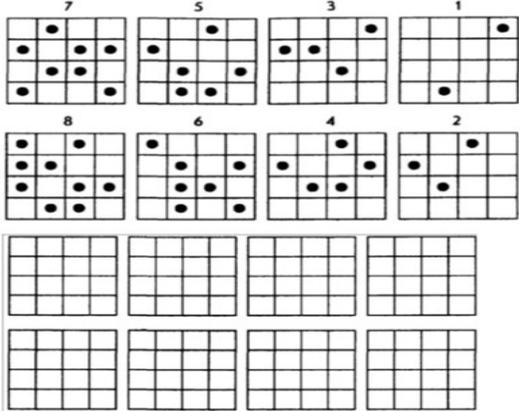
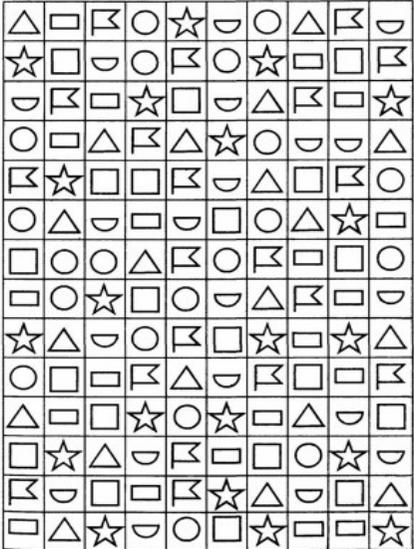
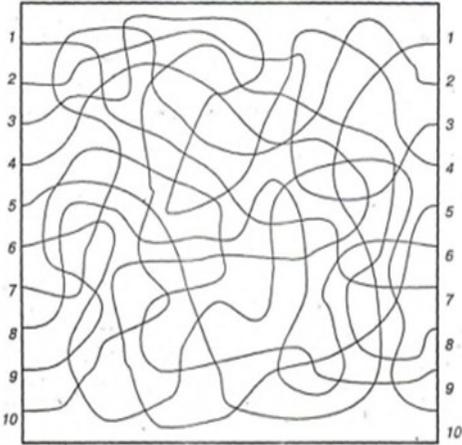
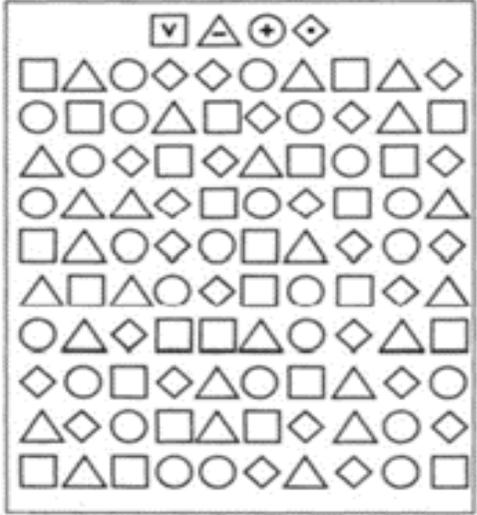
Например, поведайте ребёнку историю про маленького, но очень любопытного ёжика, которому будет грустно, если он не узнает, какая цифра находится в конце дорожки. Сравните результаты наблюдения за ребёнком со следующими нормативами:

Описание процесса выполнения задания	Уровень концентрации внимания
Ребёнок полностью справляется с заданием, выполняет без ошибок за 1-2 минуты. Высокая устойчивость внимания.	Выше среднего
В работе присутствуют некоторые неточности, которые испытуемый сам исправляет. Время выполнения увеличивается.	Средний
Задание выполнено с ошибками, появившимися ближе к концу работы над стимульным материалом. Использовался палец или карандаш.	Ниже среднего
Тестируемый допускает большое количество ошибок. Внимание неустойчивое.	Низкий

## М5

<p>Методика «Проставь значки»</p> <p>Цель: оценка переключаемости внимания.</p> <p>Описание: Перед началом выполнения задания ребенку показывают рисунок с геометрическими фигурами и объясняют, как с ним работать.</p> <p>Оборудование: секундомер, рисунок с геометрическими фигурами, карандаш. (См. приложение 5)</p> <p>Инструкция: работа заключается в том, чтобы в каждом из квадратиков, треугольников, кружков и ромбиков проставить тот знак, который задан сверху на образце, т.е., соответственно, галочку, черту, плюс или точку.</p> <p>Фиксируемые показатели: количество геометрических фигур, которые просмотрел и пометил ребенок, количество ошибок.</p> <p>Оценка результатов:</p>	<p>Обработка результатов:</p> <p>Ребенок непрерывно работает, выполняя это задание в течение двух минут, а общий показатель переключения и распределения его внимания определяется по формуле:</p> $S = (0,5N - 2,8n)/120$ <p>где S – показатель переключения и распределения внимания;  N – количество геометрических фигур, просмотренных и помеченных соответствующими знаками в течение двух минут;  n – количество ошибок, допущенных во время выполнения задания. Ошибками считаются неправильно проставленные знаки или пропущенные, т.е. не помеченные соответствующими знаками, геометрические фигуры.</p>																				
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%; text-align: center;">10 баллов</td> <td>показатель S больше чем 1,00.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">8-9 баллов</td> <td>показатель S находится в пределах от 0,75 до 1,00.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">6-7 баллов</td> <td>показатель S располагается в пределах от 0,50 до 0,75.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4-5 баллов</td> <td>показатель S находится в интервале от 0,25 до 0,50.</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">0-3 балла</td> <td>показатель S находится в пределах от 0,00 до 0,25.</td> </tr> </table>	10 баллов	показатель S больше чем 1,00.	8-9 баллов	показатель S находится в пределах от 0,75 до 1,00.	6-7 баллов	показатель S располагается в пределах от 0,50 до 0,75.	4-5 баллов	показатель S находится в интервале от 0,25 до 0,50.	0-3 балла	показатель S находится в пределах от 0,00 до 0,25.	<p>Выводы об уровне развития</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">10 баллов</td> <td style="text-align: center;">очень высокий</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">8-9 баллов</td> <td style="text-align: center;">высокий</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">6-7 баллов</td> <td style="text-align: center;">средний</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4-5 баллов</td> <td style="text-align: center;">низкий</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">0-3 балла</td> <td style="text-align: center;">очень низкий</td> </tr> </table>	10 баллов	очень высокий	8-9 баллов	высокий	6-7 баллов	средний	4-5 баллов	низкий	0-3 балла	очень низкий
10 баллов	показатель S больше чем 1,00.																				
8-9 баллов	показатель S находится в пределах от 0,75 до 1,00.																				
6-7 баллов	показатель S располагается в пределах от 0,50 до 0,75.																				
4-5 баллов	показатель S находится в интервале от 0,25 до 0,50.																				
0-3 балла	показатель S находится в пределах от 0,00 до 0,25.																				
10 баллов	очень высокий																				
8-9 баллов	высокий																				
6-7 баллов	средний																				
4-5 баллов	низкий																				
0-3 балла	очень низкий																				

Стимульный материал к методикам

M1	M2	
		
M3	M4	M5
		

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Каталог игр для старших дошкольников (развитие внимания при обучении в движении)

Название игры	Цель	Материалы и инструменты	Инструкция
1	2	3	4
Где позвонили?	Развивать направленность слухового внимания, умение определять направление звука, ориентироваться в пространстве.	Колокольчик	Описание игры: Ребенок закрывает паза, а воспитатель тихо встает в стороне от него (слева, справа, сзади) и звенит в колокольчик. Ребенок, не открывал паза, должен указать направление, откуда доносится звук. Если малыш ошибается, то отгадывает еще раз. Игру повторяют 4 - 5 раз. Необходимо следить, чтобы ребенок не открывал паза. Указывая направление звука, он должен повернуться лицом к тому месту, откуда слышен звук. Звонить надо не очень громко.
Похлопаем — потопаем	Развивать у детей умение переключать слуховое внимание, выполнять действия, согласованные с ритмом.	Бубен	Описание игры: (в ней может участвовать неограниченное количество участников). Дети становятся в круг, ведущий объясняет правила игры. Взяв бубен, он негромко стучит по нему и объясняет, что, когда звук такой тихий, надо хлопать в ладоши. Затем бьет в бубен громче и объясняет, что дети, услышав такой громкий звук, должны топтать ногами. После этого несколько раз нужно прорепетировать: ведущий бьет в бубен то громко, то тихо—дети то хлопают в ладоши, то топают ногами. Суть игры состоит в том, что ведущий не просто чередует силу звука, но и выстуживает определенный ритм, который дети должны повторить.
1	2	3	4
Самый	Развитие объёма	Нет	Описание игры: Дети встают полукругом. Затем определяют ведущего. Ведущий

внимательный	внимания, умения сосредотачиваться.		должен запомнить порядок расположения участников игры. Затем ведущий отворачивается. В это время игроки меняются местами. Ведущий должен сказать, как стояли его товарищи. На месте ведущего должны побывать все игроки. Все кто не ошибется, считаются победителями.
Прятки с игрушками	Развитие у детей устойчивости внимания	Несколько новых игрушек	Описание игры: взрослый ставит на стол несколько новых игрушек, подзывает к себе троих детей и предлагает им по очереди выбрать игрушку, которая больше всего нравится. Дети должны внимательно рассмотреть свои игрушки. Затем дети встают лицом к стене и закрывают глаза. Пока дети стоят с закрытыми глазами, взрослый прячет каждую из игрушек в какое-нибудь заметное место. Игрушка должна находиться среди других знакомых детям предметов (кукла среди кукол, машина среди машинок). Остальным детям сообщается, что они не должны раскрывать секрета, где спрячутся игрушки. Каждый водящий должен сам найти свою игрушку. «Пора» – говорят хором взрослый и дети, и водящие начинают искать. Когда они возвратятся с игрушками, взрослый спрашивает остальных детей: «Кто первый нашел игрушку? Он свою игрушку нашел? Победителю даётся какой-нибудь приз. Игра повторяется сначала, причем теперь игрушки спрячут сами дети.
Будь внимателен к словам	Развитие устойчивости внимания	Стулья, картинки с изображениями дома, машины, собаки, цветка	Описание игры: Ставятся стулья в два ряда с небольшим расстоянием. На один ряд садятся дети, они получают картинки с изображениями дома, машины, собаки, цветка. Воспитатель читает или рассказывает историю. Если в тексте встречается слово, обозначающее картинку, ребенок должен встать и быстро пересечь на стул напротив. Выигрывают дети, которые ни разу не пропустили свое слово.
Ладочки	Развитие устойчивости внимания	Нет	Описание игры: Участники садятся в круг и кладут ладони на колени соседей: правую ладонь на левое колено соседа справа, а левую ладонь на правое колено соседа слева. Смысл игры заключается в том, чтобы ладошки поднимались поочередно, т.е. пробегала "волна" из поднимающихся ладошек. После предварительной тренировки ладошки, поднятые не вовремя о! не поднятые в нужный момент выбывают из игры.
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Найди себе	Развивать	Нет	Ход игры: Звучит веселая музыка.

пару	ориентировку в пространстве, быстроту реакции		Музыка останавливается дети быстро должны найти себе пару
Летает - не летает	Развитие переключаемости внимания, умение выделять главное	Набор слов для игры	Примерные слова для игры: змея, диван, бабочка, стул, баран, корова, самолет, дерево, вертолет, лодка, муха. Описание игры: взрослый называют детям слова. Если данный предмет может летать-дети говори слово «летает» и машут руками («крыльями»), если предмет не летает говори слово не летает», руки при этом опущены вниз.
Съедобное – несъедобное	Развитие быстроты реакции и переключения внимания	Мяч небольшого размера	Описание игры: водящий называет предметы, бросает мяч одному из детей. В зависимости от того, съедобный предмет или несъедобный ребенок ловит или не ловит мяч.
4 стихии	Развитие переключаемости , объёма внимания	Нет	Описание игры: «Ребята, сейчас мы с вами поиграем в интересную игру. Вы знаете, что такое стихия? Это разные природные явления. В зависимости от того, какую стихию я назову, вы будете выполнять разные движения. «Земля»- руки вниз. «Воздух» - руки тянем вверх. «Огонь»- выполняем вращение руками. Примечание: на первых порах взрослый выполняет движение вместе с детьми, затем дети выполняют движения самостоятельно.
Клей	Развивать ориентировку в пространстве, выдержку, ловкость	Нет	Ход игры: Считалкой выбирается голящий «Клей». Остальные дети должны придумать для себя тот предмет, который может приклеиться на клей. Придуманный предмет держат в тайне до окончания игры. По окончании игры ведется подсчет, сколько и каких предметов попало «Клею». Выигрывает голящий поймавший большее количество. Ой, спасите поскорей! Убежал из группы клей!) Никого не пожалееет, всех сейчас к себе приклеит.
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Хлоп	Развивать	Нет	Описание: педагог перечисляет предметы, а ребенок должен хлопнуть в ладоши,

	внимание		если педагог назовет животное, или топнуть ногой, если услышит слово «дом». Более сложный вариант: ребенок должен проделать какое-либо действие (на усмотрение педагога), если педагог назвал предмет, который может быть красного цвета (тонет в воде, не намокает и т. п.).
Волшебное слово	Развивать внимание; способствовать освоению правил этикета	Нет	Описание: ребенок должен выполнять просьбу педагога только в том случае, если он произнесет слово «пожалуйста». Например: звучит фраза «Дай мне куклу» - ребенок не должен реагировать на слова. Звучит: «Сходи, пожалуйста, на кухню. Принеси мне тарелку». Малыш должен сходить на кухню, но вернуться без тарелки, потому что слова «пожалуйста» не произнесли.
Успей дотронуться	Развивать внимание, речь	Нет	Описание: предложить ребенку, пока идет счет до пяти, дотронуться до «чего-нибудь красного, мягкого, холодного и т. д.». Можно усложнить игру, увеличив количестве объектов: «Дотронься до двух круглых предметов».
Запрещенные движения	Формировать собранность внимания	Нет	Инструкция: Ребята, встаньте ровненько. Все внимание на меня. Я сейчас буду делать определенные движения руками, а вы будьте внимательны и все движения повторяйте за мною. Но не забывайте об одном правиле: нельзя опускать руки вниз. А если я опускаю вниз руки, вы должны в ответ поднять свои руки вверх. Готовы? Кто ошибется, выбывает из игры.
Я и мои друзья	Развивать внимание	Нет	Играющие (их количество не ограничено) садятся или становятся круг. При слове «Я», произносимым ведущим, каждый хлопает себя по коленам, а услышав «мои друзья», касается обеим руками плеч или калении своих соседей. Эти слова произносятся в определенном ритме с той скоростью, которая нравится участникам. (Например. «Я - другой-я»)
Не пропусти профессию	Развитие способности к переключению внимания,	Нет	Развитие способности к переключению внимания, расширение кругозора. Дети встают в круг и внимательно слушают слова, которые произносит ведущий. Всякий раз, когда среди слов встречается название профессии, дети должны подпрыгивать на месте.
Зеваки	Развитие произвольного внимания	Нет	Играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются крутом и продолжают движение. Направление движения, таким образом, меняется после каждого сигнала ведущего. Не выполнивший задание правильно после второй ошибки выходит из круга и внимательно наблюдает за игрой.
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Назови	Развитие внимания,	Мяч	Играющие сидят в кружок. Ведущий бросает мяч ребёнку, называя числа от 0 до

соседей	памяти, скорости, мыслительных процессов		3» Поймавший мяч должен назвать «соседей» данного числа, т.е. числа на 1 меньше и на больше названного, или предыдущее и последующее. После этого он возвращает мяч ведущему. Если поймавший мяч ребёнок дважды ошибается в названии «соседей», выбывает из круга и внимательно следит за игрой со стороны.
Комплекс 1 подвижных игр на развитие внимания	<p>Цель: воспитывать быструю и точную реакцию на зрительные и слуховые раздражители, развивают все виды памяти: зрительную, слуховую, моторную.</p> <p>Занимающиеся учатся сосредотачиваться и проявляют волевые усилия. Организуя двигательную сферу, педагог формируют у занимающихся готовность действовать определенным образом в определенном направлении. Воспитание такой готовности способствует устойчивости внимания; формирует умение воспроизводить заданный ряд последовательных действий, способность переключаться с одного движения на другое, удерживать в памяти последовательный ряд движений.</p> <p>Упражнение на переключаемость движений.</p> <p>Дети становятся в две шеренги друг против друга и одновременно под музыку Д. Кабалевского «Клоуны» на начало каждого такта исполняют два противоположных движения. Одна шеренга приседает и выпрямляется с подъемом на носки, другая, наоборот, выпрямляется с подъемом на носки и приседает.</p>		
Комплекс 2 подвижных игр на развитие внимания	<p>Упражнение на устойчивость внимания (импровизация).</p> <p>Дети идут цепочкой в разных направлениях. На неожиданный акцент в музыке ведущий цепочки опускается на одно колено. Остальные продолжают движение. На следующий акцент, идущий впереди встает на одно колено. Так продолжается до тех пор, пока все дети не опустятся на одно колено. На следующий акцент первый встает и ходит между детьми, постепенно (на акценты в музыке) собирая их в цепочку.</p> <p>Упражнение на распределение внимания</p> <p>Дети (взрослые) стоят по кругу и рассчитываются на первый, второй, третий. Первые идут под музыку Д. Кабалевского «Веселое путешествие» по кругу в правую сторону, одновременно с ними вторые идут налево по кругу. В это же время третьи стоят на месте и хлопают в ладоши. Затем движения меняются: вторые идут направо, третьи налево, первые хлопают. И наконец, третьи идут направо, первые — налево, вторые хлопают. Перемена движений — после каждых 8 тактов ходить четвертями.</p>		

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

#### Банк подвижных игр с математическим содержанием

Название игры	Цель	Материалы и инструменты	Инструкция
1	2	3	4
«Чудесные мешочки»	Работа с цветом и формой	Материалы из комплекта «Математика без тетрадки	Посмотрите, у нас есть три волшебных мешочка. Знаете, кто в них живет? (Геометрические фигуры) Правильно, в них живут геометрические фигуры. Как вы думаете, какого они цвета? (Желтого, синего и красного цвета) Чтобы узнать, какой они формы и размера, нужно закрыть глаза, достать одну фигуру из мешочка, назвать и описать ее. Лева, с каким мешочком ты хочешь поиграть? (С синим) Закрывай глаза и доставай фигуру. Это какая фигура? (Большой синий круг) Теперь найди такую же, только маленькую. Какую фигуру ты достал? Посели фигуры в свои домики. Аня, с каким мешочком хочешь поиграть?.. А теперь внимательно посмотрите на поле, каких геометрических фигур не хватает? (...) Поселите их в свои домики. Молодцы, ребята!
«Сложи по схеме»	Работа с цветом и формой	Материалы из комплекта «Математика без тетрадки	Посмотрите, здесь есть еще один чудесный мешочек. Какого он цвета? (Зеленого) В мешочке живут волшебные картинки, в которых спрятаны заколдованные геометрические фигуры. Полина, какие фигуры спрятаны на этой картинке? Илья, какая фигура спрятана снизу? (...) Какая фигура расположена сверху? Чтобы их расколдовать, нужно сложить геометрические фигуры также, как на картинке. Я попробую расколдовать фигуры на этой картинке. Как вы думаете, у меня получилось? (Да) А вы хотите попробовать расколдовать оставшиеся фигуры? Тогда выберите по картинке и разложите спрятанные в них геометрические фигуры.
1	2	3	4
«Найди по	Работа с цветом и	Материалы из	Ребята, фигурам наскучило сидеть в своих домиках, и они приглашают вас на

признаку»	формой	комплекта «Математика без тетрадки	прогулку. Выберите себе по одной фигуре и подойдите ко мне. Прогулка у нас с вами будет непростая. Мы будем одновременно гулять и играть. Пока звучит музыка, мы будем спокойно прогуливаться по сказочной стране, а как только музыка перестанет играть, нужно будет быстро найти для своей фигуры друга (друзей) по признаку, который я назову. Снова отправляемся на прогулку... Нашим фигурам очень понравилось с вами гулять и играть, но они устали. Давайте разложим их по своим мешочкам и наведем порядок в сказочной стране. Пусть фигуры отдыхают, а мы с вами поиграем в еще одну интересную игру. Присаживайтесь вокруг магического поля.
«Посчитай ка»	Работа со счетом	Материалы из комплекта «Математика без тетрадки	Ребята, посмотрите на поле остались только круги. Какие они по величине? – большие и маленькие. Давайте посчитаем, сколько маленьких кругов! Аня, будет наступать на каждый маленький круг, а мы с вами будем считать. Сколько маленьких кругов? (3). Кто хочет посчитать большие круги? Илья, прыгай на каждый круг, а мы будем считать. Сколько больших кругов (3). А сколько маленьких? (3) Как можно другими словами сказать, сколько больших и маленьких кругов? (Их поровну) Правильно, их поровну, по три. Найдите и покажите цифру 3. А теперь давайте сосчитаем все круги. Кто хочет помочь нам? Сколько всего кругов? (6) Найдите и покажите цифру 6. Молодцы, ребята!
«Пу тешествие»	Учить ориентироваться в пространстве.		В.обозначает направление на полу групповой комнаты стрелками разного цвета, а ребенку говорит: «Сначала иди туда, куда указывает красная стрелка, потом поверни туда, куда указывает синяя, затем пройди три шага и там ищи». Задания могут быть любые как одному ребенку, так и всей группе детей.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

### Каталог проблемно-поисковых ситуаций для развития внимания при обучении в движении

Название ситуации	Цель	Материалы и инструменты	Инструкция
1	2	3	4
Кленовые листья	Формирование понимания независимости числа от величины предметов	Собранные на прогулке листья	Фея Леса поручила гномам собрать одинаковое количество кленовых листьев красного и жёлтого цвета. Их должно быть по 5 ( Листья разной величины) Коллеги перед вами листья разного цвета и разной величины красные и желтые.. Вам надо собрать желтые, а вам красные листья. Как вы думаете у кого из вас больше листьев?. Ваши варианты? А как узнать сколько листьев , что нужно сделать (посчитать), а что еще нужно сделать ваши варианты (наложить, приложить)Сделайте букет из листьев? У кого букет больше? Не зависимо от величины листьев все равно листьев по 5. Мы сейчас с вами сравнили и увидели что они по величине разные а количество одинаковое по 5. Предлагаю детям сделать вывод: число не зависит от величины предметов.
Дорога к слону	Сравнение предметов по длине	Веревка	Доктору Айболиту пришло письмо, в котором написано, что слон Бимбо заболел. Айболиту необходимо поскорее добраться к слону на помощь передать ему лекарства, чтобы он быстрее поправился. Но к сожалению он не знает дороги. Предлагаю детям пофантазировать и ответить на вопрос: откуда начинается дорога? Но от дома отходят три дороги. Какая из них приведет Айболита быстрее к дому слона. Предложите ваши варианты? Что для этого нужно сделать (измерить)наложения и приложения. Предложите ваши варианты измерения этих дорог? (мерить ладошкой, шагами. Веревочкой) Для этого вам предлагаю воспользоваться условной меркой. Сколько условных мерок укладывается в каждую из дорог? Какая короче? Какая длиннее? По какой дороге Айболит придет быстрее к дому слона? (дети делают вывод что прямая дорога самая короткая. Сколько условных мерок уместается в данной дороге говорит о ее длине.

			(Приёмом наложения условной мерки дети определяют самую короткую дорогу по которой доктор придёт к больному слону)
Кто толще	Сравнение предметов по толщине	Предметы различной толщины( Книги, альбомы, ручки, карандаши, палочки, бруски ). Экран с картинками	В окно Феи влетел ветер и перепутал все предметы по толщине ей предстоит много работы разобрать эти предметы) Дети давайте ей поможем ? Предлагайте варианты как это сделать? 1 найти толщину приложив предметы друг к другу, 2приложить грани друг к другу. А теперь дети посмотрите на экран: найдите самый толстый и тонкий предмет?