

**Субъектная позиция ребенка как условие эффективного выполнения физических упражнений детьми дошкольного возраста.**

**Научный руководитель – Клопотова Екатерина Евгеньевна**

*Рыбальченко Наталья Сергеевна*

*Студент (магистр)*

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет психологии образования, Москва, Россия

*E-mail: svnatalia12@gmail.com*

Двигательная активность рассматривается как базовая биологическая потребность организма и определяется как любое движение, осуществляемое скелетными мышцами и сопровождающееся энергозатратами сверх уровня покоя [7]. В дошкольном возрасте систематическая двигательная активность выступает ключевым условием гармоничного развития, оказывая комплексное влияние на физическую, психическую и социальную сферы. Современные исследования в области педагогики и психологии подтверждают её системный эффект (И. В. Стародубцева, В. А. Пегов, Г. Доман, С. Миллер).

Двигательная активность является важным условием формирования высших психических функций, развития координации, регуляции эмоциональной сферы, формирования коммуникативных навыков и поведенческой регуляции в группе сверстников и др. [1, 2, 8].

В то же время сегодня фиксируется тенденция к снижению двигательной активности дошкольников в условиях цифровизации среды и роста экранного времени. Это сопряжено с рисками для физического и психического здоровья детей [3]. В этих условиях актуализируется задача создания в системе дошкольного образования психолого-педагогических условий, направленных на формирование устойчивой мотивации к физической активности, понимаемой как внутренний регулятор деятельности ребёнка [5].

Особую значимость приобретает формирование субъектной позиции дошкольников в процессе физического воспитания. В контексте ФГОС ДО субъектность подразумевает способность ребёнка принимать решения; проявление инициативы; активное участие в собственном развитии [6]. Субъектная позиция в физической активности подразумевает, что ребёнок не просто выполняет упражнения по инструкции взрослого, а становится активным участником процесса, осознаёт его значимость и проявляет интерес. Она переводит ребёнка из позиции пассивного исполнителя в роль активного участника. Это способствует повышению мотивации, которая в концепции А. Н. Леонтьева понимается как осознанное стремление субъекта удовлетворить потребность через деятельность [4], обеспечивает перенос освоенных двигательных навыков в игровую и повседневную практику, развивает самостоятельность в выборе и контроле собственных действий, а также формирует ценностное отношение к физической активности как основе здорового образа жизни.

Несмотря на актуальность и значимость в реализации субъектного подхода в дошкольном образовании, физическая деятельность детей преимущественно организуется стандартными методами и подходами, характеризующимися чёткой структурой, обилием правил, отсутствием вариативности и высокой степенью контроля со стороны педагога.

Поэтому целью исследования стала разработка и обоснование использования авторского методического пособия «КубикУм», направленного на развитие мотивации и субъектности детей при выполнении физических упражнений.

Практическая реализация подхода к развитию субъектности на занятиях физической культурой в детском саду включает:

предоставление выбора видов физических упражнений;  
включение детей в планирование физкультурных занятий;  
поддержку инициативы в организации подвижных игр;  
создание ситуаций успеха, укрепляющих уверенность ребёнка в своих физических возможностях;

использование игровых методов, стимулирующих интерес к двигательной активности.

Для проверки гипотезы о роли субъектной позиции ребенка в занятиях физической культурой использовалось авторское пособие «КубикУм» как средство создания соответствующих психолого-педагогических условий у детей старшего дошкольного возраста.

«КубикУм» представляет собой мягкий фетровый куб с набором карточек, обозначающих виды движений, инвентарь и подвижные игры. В ходе занятия дети самостоятельно выбирают содержание каждого этапа: на разминке — основной вид движения, в блоке общеразвивающих упражнений — инвентарь, при выполнении основных движений — формат эстафеты, в заключительной части — подвижную игру. Тем самым обеспечивается включённость детей в планирование занятия и реализуется субъектный подход.

Эксперимент продолжался восемь недель (1 занятие в неделю); в исследовании приняли участие 43 ребёнка 5–7 лет. Эффективность оценивалась посредством сравнительного наблюдения в начале и в конце эксперимента по трём параметрам: уровень двигательной активности, соблюдение техники и степень самостоятельности/инициативности. Оценка проводилась по пятибалльной шкале (от 1 — пассивность и выраженные ошибки до 5 — высокая активность, правильное выполнение и выраженная инициатива). Суммарные показатели интерпретировались по уровням: низкий, средний, высокий.

В начале эксперимента уровни распределились следующим образом: низкий — 18,6%, средний — 48,8%, высокий — 32,6%. По завершении исследования зафиксирована положительная динамика: низкий уровень снизился до 11,6%, средний — до 37,2%, тогда как высокий увеличился до 51,2%.

Полученные данные подтверждают гипотезу о том, что субъектность выступает значимым психолого-педагогическим условием эффективности выполнения физических упражнений детьми дошкольного возраста. Результаты имеют практическую ценность для педагогов ДОУ и специалистов по физическому воспитанию и могут быть использованы для совершенствования организации физкультурных занятий.

### Источники и литература

- 1) Гертер Е.А. Анализ влияния спортивных игр и командных видов спорта на развитие коммуникативных навыков и социализацию // Актуальные исследования. 2024, No 19, С. 56-59.
- 2) Ильина Г.В. Взаимосвязь развития познавательных способностей и физических качеств у старших дошкольников и младших школьников // Сибирский педагогический журнал. 2011. No10, С. 34-41.
- 3) Лебедева И.М. Физиологические основы физического воспитания детей дошкольного возраста // Детский сад от А до Я: научно-методический журнал для педагогов и родителей. 2019, No 6, С. 159, табл.
- 4) Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность: монография. М., 1975.
- 5) Дефектология.про: [https://www.defectologiya.pro/zhurnal/metodyi\\_i\\_priemyi\\_povysheniya\\_motivaczii\\_detej/](https://www.defectologiya.pro/zhurnal/metodyi_i_priemyi_povysheniya_motivaczii_detej/)

- 6) ФГОС: <https://fgos.ru/fgos/fgos-do/?ysclid=mm9495dw37251154848>
- 7) Центр гигиенического образования населения: <https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovuyu-obraz-zhizni/dvigatel'naya-aktivnost/?ysclid=mm945zbg1g105114183>
- 8) Доман Г., Доман Д., Хаги Б. Как сделать ребёнка физически совершенным. М., Аквариум, 1998.