

## **ВОЗМОЖНОСТИ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ СХЕМЫ ТЕЛА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**М.О. Кони́на**

**Вологодский государственный педагогический университет, Вологда, Россия**

**lab\_ffk@mail.ru**

Схема тела это модель тела, отражающая его структурную организацию и выполняющая такие функции, распознавание отдельных звеньев тела, формирование знаний о теле как о едином целом, определение границ тела, восприятие расположения, длин и последовательностей звеньев, а также их диапазонов подвижности и степеней свободы (Гурфинкель, В.С., и др., 1991).

Создается схема тела в центральной нервной системе. Часть ее передается по наследству, часть – формируется под воздействием внешней среды на основе восприятия и ощущения, кинестетических, тактильных, болевых, вестибулярных, зрительных, слуховых и других раздражений, и сопоставления этих ощущений со следами прошлого сенсорного опыта (Гурфинкель В.С. и др., 1999).

Формирование "схемы тела" по данным разных авторов протекает с 2 до 9 лет (Правдов М.А., 2003; Гурфинкель В.С. и др., 1991), с наибольшей активностью в возрасте 3–4 лет. Значимость данного возраста для формирования схемы тела связана с активным развитием всех компонентов организации движений.

Таким образом, несмотря на то, что схема тела имеет наследственную природу, ее значимая часть формируется под воздействием сенсорной информации. Большое значение в получении информации участвующей в создании образа схемы тела имеют проприорецепторы, заложенные в опорно-двигательном аппарате, передающие информацию о взаимном расположении отдельных звеньев тела, изменении положения тела в пространстве, что делает актуальным использование средств физического воспитания для формирования схемы тела.

Совершенствование схемы тела происходит последовательно. Сначала дети осваивают схему собственного тела, затем учатся ориентироваться «на себе». Решение этих задач быстрее и качественнее, по нашему мнению, будет проходить на занятиях по физическому воспитанию. В ходе гимнастики или подвижной игры необходимо акцентировать внимание на различных частях тела, чтобы ребенок находил ее не только у себя, но и у партнера. Наиболее сложным для освоения детьми является определение и закрепление таких понятий, как "лево-право", "верх-низ", "вперед-назад". Для освоения таких понятий, как верх-низ тела можно использовать подвижные игры, инсценирующие жизнь животных. Для освоения «лево-право» и для облегчения запоминания, маркируют руку, т. е. на запястье ребенка завязывают бантик, надевают колокольчик или браслет. Таким образом, дается опора для дальнейших манипуляций с внешним пространством. Затем вместе с взрослым ребенок либо в игре, либо на зарядке делает определенные движения. Конечной целью является понимание ребенком того, что, как бы он ни менял положение своего тела в пространстве, его левые и правые части тела остаются на месте. По мере освоения симметричности половин тела задание усложняется. Можно положить предмет на пол и делать движения относительно этого предмета. Ребенок должен в движении освоить свое тело. Можно использовать предметы, имеющиеся в зале, и просить его делать движения относительно них. В игре можно попросить показать, например, левой рукой правую бровь или средним пальцем правой руки левого уха. Можно использовать упражнения, включающее перекодирование. Ребенок стоит напротив взрослого и в точности повторяет его движения: то, что взрослый делает левой рукой, ребенок тоже должен делать левой рукой и т. п. Очень хорошим является упражнение, кото-

рое называется "двигательный диктант", которое дети могут делать также и без взрослого. Кто-то из детей показывает или называет движения, а другие их повторяют: например, хлопнуть ручками, топнуть ножкой, присесть и т.д.

На более поздних этапах, необходимо выполнять на занятиях физические упражнения, в которых ребенку дается только словесная инструкция, как встать, или куда поставить руки.

По нашему мнению, предпочтительнее в целях формирования схемы тела использовать подвижные игры, так как в игре все навыки формируются быстрее и прочнее. На основании овладения схемой тела переходят к освоению ориентировки в пространстве. Необходимо отметить, что при неудовлетворительном освоении схемы тела у детей возникают значительные трудности в развитии ребенка (Правдов М.А., 2003; Елецкая О.В. и др., 2005).

Таким образом, физические упражнения могут являться действенным средством в освоении схемы тела у детей дошкольного возраста.

#### **Литература**

1. Гурфинкель, В.С. Концепция «схемы тела» и моторный контроль / В.С. Гурфинкель, Ю.С. Левик // Интеллектуальные процессы и их моделирование. Организация движений. – М.: Наука, 1991. – 59 с.
2. Гурфинкель, В.С. Мышечная рецепция и обобщенное описание положения тела / В.С. Гурфинкель, Ю.С. Левик // Физиология человека. – 1999. – Т. 25. – №1. – С. 87–97.
3. Гурфинкель, В.С. Система внутреннего представления и управление движениями / В.С. Гурфинкель, Ю.С. Левик // Вестник РАН. – 1995. – Т. 65. – № 1. – С. 29–33.
4. Елецкая, О.В. Уточнение и обогащение пространственно-временных представлений у детей с нарушениями речи / О.В. Елецкая, Н.Ю. Горбачева // Логопед. – №2. – 2005– С. 92–103.
5. Правдов, М.А. Пространственно-временная структура ходьбы у детей дошкольного возраста и «схема тела» / М.А. Правдов // Физическая культура. – №4. – 2003. – С. 10–14.