

ЛЕКЦИЯ №4. Развитие психомоторных способностей у школьников на уроках физической культуры

Высокие темпы развития научно-технического прогресса – это отличительная черта современной цивилизации. Процесс образования не явился исключением, НТР прорвалась и внесла свои коррективы в построение и организацию сферы образования на всех его уровнях.

Вследствие этого человеку с каждым годом приходится осваивать всё новые и более сложные последствия данных изменений. Качественная реконструкция произошла и в процессе образования в среднеобразовательных школах, где без значительного увеличения объема информации, приобретения новых знаний и умений, а также освоения новых образовательных технологий достичь желаемого результата не представляется возможным.

Вопрос профессиональной подготовки остается важным и встает перед каждым человеком. Интенсивность обучения школьников, обусловленная сложностью решения перспективных задач в условиях современного производства и высокого темпа социально-политической жизни, требует от него высокого умственного напряжения, психической и физической работоспособности и совершенной психомоторной саморегуляции.

Совершенствование системы непрерывного образования подрастающего поколения невозможно без целостного понимания психической и двигательной деятельности учащегося и глубокого изучения, психофизиологических детерминант развития психики и моторики на всех стадиях непрерывного образования.

К сожалению, единство психического и физического развития не стало главным принципом физкультурного образования в нашей стране, что, несомненно, является причиной неадекватного отношения части населения к физической культуре и низкой эффективности последней в подготовке молодежи к труду и жизни. Поэтому в настоящее время как никогда единство физического и психического развития, понимания его сущности в процессе обучения, отмечают ученые России и Зарубежья.

Подчеркивает актуальность проблемы развития психомоторных способностей и такой факт, что еще столетие назад наши соотечественники И.М. Сеченов и П.Ф. Лесгафт указали на важность проведения научных разработок, и связанных с развитием психомоторных способностей человека, как единства его физической и психической сферы.

Проблема формирования психомоторных способностей у учащихся связана с такими глобальными педагогическими проблемами, как психологическое обеспечение содержания учебных программ в школах, закономерности усвоения знаний и двигательных навыков в учебной, трудовой и спортивной деятельности .

В настоящее время все ещё отсутствует единое определение психомоторных способностей и представление о психологических основах диагностики и формирования психомоторных способностей и механизмах их саморегуляции. За последние полвека опубликовано лишь считанное количество монографий (Е.Н. Сурков, 1961; А.Н. Розе, 1970; Б.Б. Косов, 1989; Е.П. Ильин, В.П. Озеров, 2002), в которых психомоторика рассматривается с отдельных позиций, интересующих того или иного автора. Так, у А.Н. Розе речь идет о психомоторных способностях взрослых, у Б.Б. Косова о тех же способностях у младших школьников, у В.П. Озерова - о психомоторных способностях спортсменов и других.

Следовательно, остается множество нерешенных проблем методологического и методического характера в формировании и совершенствовании психомоторных способностей и психических функций молодежи.

Основой эффективной учебной деятельности школьников является формирование рационального уровня умственной и двигательной работоспособности, особенностей протекания психических процессов (объема, концентрации, переключения внимания кратковременной и долговременной памяти; вида мышления ит.д.). Конечно, внешний фактор несет свою отрицательную сущность и изменяет четкую направленность

процесса обучения, снижает уровень вышеуказанных свойств психики в отрицательную сторону, а эффективность процесса обучения естественно изменяется в том же направлении.

Анализ учебно-методической литературы показал, что в настоящее время в школах для совершенствования психомоторных способностей не достаточно разработаны и используются специфические средства, направленные на реализацию данных способностей.

Только исследование и выявление особенностей развития психомоторных способностей у учащихся, позволит разработать методику совершенствования у них психомоторики в процессе учебных занятий по физической культуре за период обучения в школе, что существенно позволит повысить эффективность их учебной и, в дальнейшем, профессиональной деятельности.

ПСИХОМОТОРИКА И КООРДИНАЦИЯ.

Психомоторика и координация

Говоря о координации, важно отличать её от психомоторики.

Психомоторика является более широким понятием, поскольку включает в себя двигательные, когнитивные, социальные и эмоциональные аспекты. Т.е. речь идёт не только о физической ловкости, с помощью которых осуществляется движение, но и о осознании собственного тела, понимании пространства, латерализации и т.д.

Таким образом, мы можем различать эти понятия и отдельно говорить о различных видах психомоторики и координации

Психомоторика обычно подразделяется на два вида в зависимости от группы участвующих в движении мышц.

В каждом из этих видов моторики задействованы различные типы координации. В любом случае, эта способность является ключевой для обоих видов.

- Крупная моторика: навыки крупной моторики включают в себя движения крупных и основных групп мышц (всего тела). Для этих движений, как, например, перемещение, поза, баланс тела, сила важна больше, чем точность.

- Мелкая моторика: относится к движению мелких и специфических групп мышц (в основном, мышцы рук). Для выполнений этих движений точность важнее, чем сила. Например, при письме, завязывании шнурков и т.д. С другой стороны, в зависимости от частей тела, участвующих в движении, а также органа чувств, отвечающего за обратную связь, можно говорить о таких видах координации, как:

- Двигательная координация: координация движений, различных мышц тела под воздействием наших органов чувств. Относится к координации в целом. Связана в основном с крупной моторикой и, в свою очередь, подразделяется на два типа, которые мы рассмотрим далее.

- Координация в системе "глаз-рука": также известная как зрительно-моторная, визомоторная или глазо-ручная. Это способность управлять руками под воздействием информации, полученной с помощью глаз. Например, нажимать на клавиатуру компьютера.

Здесь задействована мелкая моторика.

- Координация в системе "глаз-нога": способность управлять ногами под воздействием информации, полученной с помощью глаз. Например, бить по мячу. В данном случае речь идёт о крупной моторике. Примеры координации

- Координация - это важнейшая способность в спорте. Без её помощи было бы невозможно бегать, плавать, ездить на велосипеде, бить по мячу или забрасывать его в корзину.

- Эта способность также нужна для написания доклада на компьютере, управления тяжёлой техникой, сидения за столом.

На работе проблемы с этим навыком могут привести к несчастным случаям.

- В школе, когда мы пишем, рисуем или что-то вырезаем, то также используем данную способность. В институте или университете хорошая

координация необходима для конспектирования лекций или сдачи экзамена (когда нам требуется ответить на вопросы за отведённое время).

- Нам необходимо координировать движения при вождении, нажимая на нужные педали одновременно с переключением скорости или поворотом руля.

Литература

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. – М.: Наука, 1977. – 380с.
2. Бодалев А.А. Педагогическая наука и перспективы ее развития в условиях перестройки общества и школы. //Вопросы психологии. – 1988. - №2.
3. Давыдов В.В. О связи современной психологии с современной практикой (в школе).//Вопросы психологии. – 1978. - № 5. – С.12-18.
4. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. – М.: Просвещение, 1967.
5. Косов Б.Б. Психомоторное развитие младших школьников. – М.: АПН СССР, 1989. – 109 с.
6. Ломов Б.Ф., Косов Б.Б., Конопкин О.А. Теоретические проблемы само контроля и управления спортивной деятельности. // Познавательные процессы у спортсменов / Под ред. Косова Б.Б. - М.: ВНИИФК, 1976. – С.18.
7. Озеров В.П. Диагностика психомоторных способностей у школьников, студентов, спортсменов. – Ставрополь, 1995. – 58 с.
8. Розе Н.А. Психомоторика взрослого человека. – Л.: изд-во Ленингр. Ун-та, 1970. – 128 с.
9. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов /Е.П.Ильин. – СПб.: Питер, 2003. – С.8.
10. Костюк Г.А. Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 1988. – 302 с.
11. Матюшкин А.М. Психолого-педагогические проблемы непрерывного образования. (по материалам Всесоюзного симпозиума, Москва, сентябрь, 1979 г.)// Вопросы психологии. – 1980. - №1. – С.178-180.
12. Шадриков В.Д. Способности человека [Текст]. – М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «Модек», 1997. – 288 с.