**Дифференцированный подход в физическом воспитании**

**девочек и мальчиков старшего дошкольного возраста**

Проблема воспитания и обучения детей, в соответствии с его полом является актуальной задачей в работе педагогов дошкольного образовательного учреждения. Социальные изменения, происходящие в современном обществе, привели к разрушению традиционных стереотипов мужского и женского поведения. Демократизация отношений полов повлекла смешение половых ролей, феминизацию мужчин и верилизацию женщин.

Личность каждого ребёнка неприкосновенна, уникальна, неповторима. Особенностью педагогической работы в дошкольном учреждении является полное и безоговорочное принятие личности каждого воспитанника, распознавание и учёт его личных особенностей, стиля семейного воспитания.

Следует отметить, что проблема дифференцированного  подхода к воспитанию мальчиков и девочек находит отражение в работах как классиков педагогики Я.А.Коменского, Ж.Ж.Руссо, К.Д.Ушинского, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского, так и в работах современных исследователей Т.А.Репиной, И.С.Кона, Е.А.Кудрявцевой, В.С.Мухиной, Н.Е.Татаринцевой. и т.д.  По утверждению И.С.Кона, все или почти все онтогенетические характеристики являются не только возрастными, но и половозрастными, и в реальной жизни ребенок развивается, осознает себя как представитель определенного пола. По мнению современных авторов (Л.А. Арутюновой, Л.В. Градусовой, Е.А. Кудрявцевой, Т.А. Репиной, Н.Е. Татаринцевой и др.) женщину в девочке, также как и мужчину в мальчике, нужно формировать с дошкольного возраста. Иначе при формировании личности девочки  (мальчика) неизбежны отклонения, приводящие к эмоциональному неблагополучию среди сверстников, а в дальнейшем препятствующие выполнению семейной и общественной функции.

Дифференцированный подход в воспитании предполагает реализацию педагогом воспитательных задач применительно к возрасту, полу, уровню обучения и воспитанности воспитанников. Дифференцированный подход занимает промежуточное положение между фронтальной воспитательной работой со всем коллективом и индивидуальной работой с каждым учащимся. Дифференцированный подход облегчает воспитательную деятельность педагога, т.к. позволяет определять содержание и формы воспитания не для каждого ребёнка (что сложно в условиях большой наполняемости), а для определённой "категории" учащихся.

Социальная значимость проблемы дифференцированного подхода усиливается в период гуманизации образования. Процесс обучения, воспитания и развития учащихся строится с позиции деятельностного подхода, следствием которого является дифференцированный подход. Это связано с тем, что дифференцированный подход позволяет осуществлять реализацию задач общеобразовательного процесса, а в частности создание условий для развития личности, обеспечение адаптации к новым социально-экономическим условиям, так как предполагает более полный учёт индивидуальных особенностей через вариативную организацию учебного процесса. Дифференцированный подход включает весьма широкий круг педагогических действий.

Изучение психолого-педагогической литературы позволило принять в качестве рабочего определение, которое рассматривает дифференцированный подход как систему мер (совокупность приёмов и форм педагогического воздействия) по изучению, учёту и развитию типологических индивидуальных особенностей различных групп дошкольников, работающих по единой учебной программе.

Сущность дифференцированного подхода заключается:

a) в обеспечении достижений обязательных результатов обучения каждым учеником в соответствии с его реальными учебными возможностями;

b) в обеспечении развития познавательного, ценностного, творческого, коммуникативного и художественного потенциала личности;

c) в обеспечении обучения в соответствии с реальными учебными возможностями учащихся и ориентацией на «зону ближайшего развития».

Перед детским садом остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей, как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.

Как показывает анализ, история культуры присутствует в традиционной и практике физического воспитания лишь номинально. Эталоном создателей традиционных методик физического воспитания был и остаётся спорт и нормативные способы организации двигательной активности.

Особое место в практике физического воспитания отводится работе по улучшению показателей основных видов движений бег, ходьба, прыжки.

Физическая культура - потому и культура, что призвана вывести ребёнка за рамки повседневно накапливаемого им (культурно не оформленного) двигательного опыта.

Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения, в то же время более чем на половину - от его образа жизни. Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путём комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в дошкольном учреждении созданы определённые условия. Вся работа по физическому воспитанию детей строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Основой являются результаты медико-педагогической диагностики.

В работе с детьми необходимо соблюдать следующее:

\* Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребенка, уровню физического развития, биологическому портрету и группе здоровья.

\* Необходимо сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами.

\* Обязательное включение в комплекс физического воспитания (релаксацию, дыхательную гимнастику)

\* Проведение циклических движений для повышения выносливости (медленный бег, продолжительная ходьба).

Формирование физической культуры личности можно обеспечить только благодаря сбалансированной системе педагогических воздействий на ее интеллектуальную, эмоционально-волевую и практическую деятельность, как со стороны педагогов, так и под влиянием родителей.

В планировании и проведении работы с семьей большую помощь оказывает анкетирование в начале учебного года, помогающее изучить особенности внутри семейного воспитания и наметить эффективные формы взаимодействия.

Современные исследования показали, что женщину в девочке, как и мужчину в мальчике нужно формировать с дошкольного возраста. На протяжении многих лет педагоги дошкольного образования ищут пути осуществления дифференцированного подхода к физическому воспитанию детей в зависимости от пола. Занятия физическими упражнениями в двигательной активности дошкольника имеют большие возможности  в формировании мужественности у мальчиков и женственности у девочек. А учёт полоролевых особенностей дошкольника позволяет педагогу добиться высоких результатов, не нарушая ход становления личности, заложенной природой. Именно поэтому, в последние годы стал особенно актуальным индивидуально-дифференцированный подход к ребёнку в зависимости от пола, однако содержание работы с дошкольниками по половому признаку разработано ещё недостаточно.

Социальные изменения, происходящие в современном обществе, привели к разрушению традиционных стереотипов мужского и женского поведения, изменению полоролевых моделей поведения и сознания, девальвации традиционных ценностей в современной социокультурной ситуации. На фоне этих изменений меняются и внутренние психологические позиции детей, их сознание: девочки становятся агрессивными и грубыми, а мальчики принимают женский тип поведения.

С самого рождения социально-психологические, культурные, бытовые установки направляют мальчика и девочку по разным дорогам  воспитания, к соответствующей полу роли, самоосознанию себя мужчиной или женщиной. Исследователи (Я.Л. Коломинский, М.Х. Мелтас, Л.Е. Семенова и др.) отмечают, что социально-психологический пол во многом определяется социальными ожиданиями и требованиями, предъявляемыми обществом к человеку как к представителю пола с одной стороны, и отношениями самой личности к своим свойствам, связанным с полом, и к социально-половым ролям, с другой.

Мужественность и женственность обеспечивает гармоничность личности. Мальчик физически крепок, спортивен, отлично плавает. Это хорошо, но это лишь внешнее выражение мужественности. Девочка ловка, грациозна, чистоплотна, умеет вкусно готовить и красиво сервировать стол. Это хорошо, но это ещё не женственность. Мужественность и женственность происходит из врожденных потенций, природной гармонии и целесообразности адаптивных механизмов человека. Эти потенции и механизмы – общие и в то же время индивидуальные. Вопрос о природе различий в развитии двигательных функций мальчиков и девочек дошкольного возраста представляет большой интерес.

По мнению  Джеймс и Д. Джонгвард природная сущность женщины - рожать и воспитывать детей. Отсюда главная её роль - быть матерью и хранительницей домашнего очага, то есть заботиться о рождении здорового потомства, о создании уюта в своём доме, атмосферы эмоционального комфорта, гармонии и порядка. Для выполнения своего предназначения женщина должна быть физически здоровой, терпеливой, участливой и сострадательной, добросердечной, мужественной и гордой. Обязанность мужчин - создать женщинам условия для реализации её высокой миссии. Отсюда главная роль мужчин - роль строителя, добытчика, защитника, к тому же он должен быть благородным, умным, мужественным.

Так какая же специфика работы по физическому воспитанию с мальчиками и девочками.

Ученые С. Ярнесакс, Э. Ю. Пээбо, Э. С. Вильчковский выявили, что в процессе игр у мальчиков большее место занимают движения скоростно-силового характера (бег, метание предметов в цель, на дальность, лазание, борьба, спортивные игры). Девочки любят игры с мячом, скакалкой, лентой.

Обычно дети предпочитают те упражнения, которые у них лучше получаются. Если дать мальчикам мяч, они чаще начинают с ним пытаться играть в футбол, но как правило, это проявляется в сильных ударах по мячу. Девочки практически так не поступают. Если им в руки попал мяч, чаще всего они начинают повторять упражнения из «школы мяча».

Так как центр тяжести у девочек находится ниже, чем у мальчиков, они легче справляются с упражнениями на равновесие. Если есть бревно, мальчики по нему лучше побегают, соскакивают с него, в то время как девочки будут по нему медленно ходить, может быть с поворотами, получая от этого удовольствие.

Известно, что жизненная ёмкость легких, сила мышц рук и туловища больше у мальчиков, разнятся и антропометрические данные мальчиков и девочек.

По данным Э.С. Вильчковского, девочки по сравнению с мальчиками характеризуются: большой частотой движений кистью руки; более высокими результатами во всех упражнениях, характеризующих проявление ловкости; большей гибкостью в поясничном и тазобедренном суставах; большими результатами в прыжках в длину с места толчком одной ноги. У мальчиков по сравнению с девочками: большая скорость бега, на дистанциях 10, 20 и 30 м; большая выносливость к статическим усилиям; выше результаты в метаниях набивного мяча массой 1 кг. Мальчики более уверенно ориентируются в новой обстановке, но меньшее значение отдают подчинению правилам, они менее терпеливы и аккуратны. Девочки же очень стремятся подчиняться правилам, которые введены, тщательно планируют свою деятельность.

Мальчишескую двигательную активность отличают: простота, угловатость; силовой, атлетический стиль; четкая целенаправленность; отсутствие вычурности, эстетической завершенности; элементы атаки, нападения, преследования. Движения девочек чаще всего бывают: пластичными, плавными; вычурными, эстетически богатыми (с мимикой, жестами); с элементами боязни, пассивности; более связанными с музыкой, танцами; в преобладающем «координационном» стиле, в противовес «силовому» у мальчиков.

К сожалению, фактически не одно методическое пособие для педагогов детского сада не содержит рекомендации по дифференцированному физическому воспитанию мальчиков и девочек. Содержание некоторых авторских программ, опыт работы специалистов по физическому воспитанию дошкольных учреждений подтверждают целесообразность дифференцированного воспитания мальчиков и девочек.

Наряду с такими видами физкультурных занятий, как учебные, игровые, сюжетные, тренирующие, можно проводить и полоролевые в старшем дошкольном возрасте. Структура таких занятий обычна, а вот содержание имеет серьёзные отличия. Одним из ведущих принципов должен стать принцип двух начал в педагогическом процессе. Данный принцип подразумевает, что обучение и воспитание дошкольников отражает особенности мужественного начала у мальчиков и женственного у девочек. Педагогический процесс при таком подходе будет иметь различный стиль, различный тон, различную направленность. Для мальчиков - это развитие быстроты, физической и силовой выносливости, воспитание выдержки, смелости; для девочек - развитие чувства ритма, красоты движений, гибкости. Этот подход осуществляется через деление общей группы детей на две подгруппы, различаемых по половому признаку на время проведения физкультурного занятия. Особенность такой дифференциации в том, что девочки и мальчики не изолированы друг от друга, а в процессе специально организованной деятельности развиваются физические качества, которые принято считать сугубо женскими или сугубо мужскими. Идет углубление понимания половой принадлежности «Я - девочка», «Я - мальчик», развитие представлений детей об отличительных признаках поведения и деятельности женщины и мужчины. Эта позиция проявляется в выборе вида двигательной деятельности, соответствующей полу ребенка.

На таких занятиях можно использовать следующие методические приёмы для учёта половых особенностей дошкольников:

\* Различия в подборе упражнений только для мальчиков или только для девочек (например, мальчики работают на рукоходе, а девочки - с лентами).

\* Различия в дозировке (например, девочки отжимаются 5 раз, а мальчики 10 раз).

\* Различия по времени (например, девочки прыгают через скакалку 1 минуту, мальчики 1,5 минуты).

\* Различия в подборе оборудования (например, девочкам легкие гантели, а мальчикам более тяжелые).

\* Различия в обучении сложным двигательным движениям (существует ряд упражнений, которыми мальчики овладевают легко, в то время как у девочек они вызывают значительные трудности и требуют большего времени для овладения ими (например, метание на дальность легче дается мальчикам, и наоборот, прыжки на скакалке - девочкам). Это требует от специалиста по физическому воспитанию разных методических подходов: например, разное число повторений, выбор подводящих и подготовительных упражнений, использование вспомогательного оборудования и т.п.

\* Пространственные ориентировки (например, мальчикам отдается большая часть зала по сравнению с девочками, т.к. для них характерно дальнее зрение, а для девочек ближнее).

\* Распределение ролей в подвижных играх (например, мальчики - медведи, а девочки - пчелки).

\* Различия в требованиях к качеству выполнения заданий (девочкам и мальчикам мы предъявляем разные требования к выполнению одних и тех же движений: от мальчиков мы требуем большей чёткости, ритмичности, затраты дополнительных усилий, а от девочек - больше пластичности, выразительности, грациозности).

\* Расстановка и уборка снарядов (девочки всегда расставляют и убирают только мелкий, легкий инвентарь, а мальчики группкой в несколько человек - тяжелое оборудование).

\* Различия в оценке деятельности (для мальчиков важно, что оценивается в их деятельности, а для девочек - кто их оценивает и как. Для мальчиков слово «молодец» эмоционально значимо, а для девочек следует подбирать слова с более сильным эмоциональным компонентом («Ты лучшая в этом движении», «Ты была похожа на балерину», «У тебя очень мягкие движения рукой, кистью», «У тебя самое бесшумное приземление».).

\* Чаще напоминаем мальчикам о способах выполнения, о требованиях к качеству, так как они больше нуждаются во внимании при «шлифовке» отдельных элементов, техники, чаще приходится использовать помощь в плане тактильно-мышечных ощущений.

\* В работе с девочками чаще прибегаем к образцу, имитации, словесным указаниям.

\* Учет сензитивных этапов для формирования и совершенствования двигательных способностей, физических качеств, двигательных навыков и умений. Например, девочки лучше выполняют задания на пространственную точность на пятом и шестом годах, а мальчики - на седьмом году жизни.

\* Использование условных обозначений на карточках, пиктограммах для мальчиков и девочек («М», «Д»).

\* Акцентирование внимания детей на мужские и женские виды спорта.

На физкультурных праздниках можно использовать показательные выступления, на которых мальчики демонстрируют своё мастерство в силе, ловкости, быстроте, а девочки состязаются в гибкости, грации, двигательном творчестве. Мышечная сила, то есть способность мышцы преодолевать сопротивление или противодействие ему - это необходимое качество для любого мальчика. Данное физическое качество развивается в основном методом тренировок с небольшими отягощениями. Например, упражнения для рук мальчикам можно выполнять с наполненными песком мешочками, начиная с веса 100-150 граммов, или с эспандерами в 2-3 резинки; силу ног хорошо развивают подскоки, приседания, медленный бег (особенно - с наполненным песком поясом весом до 500 граммов). Но нужно помнить, что развитие мышечной силы в дошкольном возрасте - очень сложное дело. Постоянный рост ребёнка при не сформировавшемся опорно-двигательном аппарате требует сугубо осторожного обращения с нагрузками. Всякое излишнее увеличение, особенно неверно выбранная нагрузка, может привести к отрицательным последствиям, ухудшить, а не улучшить здоровье ребенка.

В каждое занятие можно включить работу по воспитанию правильной осанки, постоянно напоминая детям, что это укрепит их здоровье и поможет стать ещё красивее, сильнее, смелее, а девочкам стройнее, грациознее.

Следует помнить, что необходимо учитывать не только половые, но и индивидуальные особенности, склонности и интересы детей, так как иногда девочки проявляют способности к упражнениям с видимой «мальчишеской» направленностью, и наоборот. Поэтому педагог не должен подавлять стремление детей заниматься определённым видом двигательной деятельности. Половая принадлежность не должна использоваться в качестве довода против какой-то двигательной деятельности.

Ряд исследователей (Д.Н. Исаев, В.Е. Каган, Э.К.Суслова) отмечают, что различия между мальчиками и девочками проявляются очень рано. Даже в утробе матери плод в зависимости от половой принадлежности ведет себя по-разному.

    К 4 годам мальчики более маскулинны в поведении, девочки феминистичны. Интересы мальчиков более склоняются к подвижным и военным играм, в которых присутствуют элементы соперничества. Уважением пользуются сильные, смелые, инициативные. Девочки чаще играют небольшими группами, их игры тише, более связаны с природой, эстетическим оформлением.

    По  наблюдениям разных исследователей (И.П. Петрищев, В.И. Гарбузов), можно отметить, что мальчики могут анализировать, разбираться в явлениях окружающей действительности, в механизмах действий тех или иных устройств, а то и привносить в них свои изменения. Внимание девочек больше привлекает манипулирование с конкретными предметами. Это проявляется в том, что девочка, видя, что либо новое, оценивает предмет словами «красиво» или «некрасиво». Видимо отсюда берет начало интерес женского пола к нарядам, украшениям, повышенное внимание к своей внешности.