

«Мальчики – сильные, девочки гибкие.
Или как учитывать гендерные особенности детей,
занимаясь физкультурой»



Половая принадлежность является одной из фундаментальных характеристик личности. В дошкольном возрасте идет интенсивный процесс становления самосознания ребенка, важным

компонентом которого является осознание себя как представителя определенного пола. Период дошкольного детства – это тот период, в процессе которого педагоги и родители должны понять ребенка и помочь ему раскрыть те уникальные возможности, которые даны ему своим полом, если мы хотим воспитать мужчин и женщин.

Мальчика и девочку нельзя воспитывать и обучать одинаково. Они по-разному воспринимают мир, по-разному смотрят и видят, слушают и слышат, по-разному говорят и молчат, чувствуют и переживают. Известный писатель и педагог Ж. Руссо говорил, что как нельзя считать один пол совершеннее другого, так и нельзя их уравнивать. Биологические половые (гендерные) различия несут с собой различные эмоциональные, познавательные и личностные характеристики. Отсюда и возникает необходимость дифференцированного подхода в воспитании мальчиков и девочек с первых дней жизни.

Учет гендерных (половые) особенностей детей является важнейшим аспектом здоровьесбережения.

мальчиков и девочек дошкольного возраста. Мальчики превосходят в уровне развития основных движений и физических качеств над девочками. 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. Если девочкам 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, спрыгивают с него, в то время как девочки будут по нему медленно ходить, может быть с поворотами, получая от этого удовольствие.

Известно, что жизненная емкость 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

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.

У мальчиков лучше развита первая сигнальная система – врожденные психические показатели, рефлекс. Гормон тестостерон тормозит развитие центра головного мозга, отвечающего за развитие речи. Поэтому, когда мы просим мальчика дать оценку движению, что очень важно в интеллектуальном развитии, то речь его отрывиста, он помогает себе жестами. У девочек же вторая сигнальная система – приобретённые психические образования – речь, раньше становится ведущей, поэтому девочки лучше воспринимают словесные пояснения. 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, целенаправленность, отсутствие вычурности, элементы атаки, нападения, преследования. Движения девочек чаще всего бывают пластичными, плавными, немного вычурными, с разнообразной жестикуляцией и мимикой, осторожные, танцевальные, более координированные, чем у мальчиков. Занимаясь в семье физическими упражнениями необходимо учитывать физиологические особенности детей и использовать разный подход к занятиям.

✓ *Подбор упражнений.* Мальчики могут выполнять упражнения на силовых тренажёрах, а девочки – с лентами.

раз.

- ✓ *Время занятий* также дифференцируется. Например, девочки прыгают через скакалку 1 минуту, мальчики 1,5 минуты.
- ✓ *Подбор 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).
- ✓ *Пространственные ориентировки.* Мальчикам необходимо больше пространства, чем девочкам, т.к. для них характерно дальнее зрение, а для девочек ближнее.
- ✓ *Требования к качеству выполнения заданий.* От мальчиков требуется большая четкость, ритмичность, затрата дополнительных усилий, а от девочек – больше пластичность, выразительность, грациозность.
- ✓ *Оценка 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».
- ✓ Чаше напоминаем мальчикам о способах выполнения, о требованиях к качеству. Занимаясь с девочками, чаще прибегаем к

✓ Также необходимо учитывать психологические особенности возраста детей при выборе определённых заданий. Например, девочки лучше выполняют задания на пространственную точность на пятом и шестом годах, а мальчики – на седьмом году жизни.



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 не стоит подавлять стремление детей заниматься определенным видом двигательной деятельности. Половая принадлежность не должна использоваться в качестве довода против какой-то двигательной деятельности.

