

**Министерство образования и науки Российской Федерации**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра теоретических основ физического воспитания

**РОЛЬ И ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ФИЗИЧЕСКОЕ  
РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ В ДЕТСКОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ**

**АВТОРЕФЕРАТ**

Студента 4 курса 413 группы

по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
профиль «Физическая культура»

Нестерова Дмитрия Александровича

**Научный руководитель**  
старший преподаватель

\_\_\_\_\_  
подпись, дата

Е.А. Антипова

**Заведующий кафедрой**  
доцент, кандидат медицинских наук

\_\_\_\_\_  
подпись, дата

Т.А. Беспалова

Саратов 2016

## Введение

Школьный возраст является ответственным этапом детства. Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка...

Игра в детстве имеет высокое развивающее значение. Сами по себе игры становятся новыми. Большой интерес для школьников представляют подвижные игры. Это игры, заставляющие думать, предоставляющие возможность ребенку проверить и развить свои способности, включающие его в соревнования с другими сверстниками. Участие школьников в таких играх способствует их самоутверждению, развивает настойчивость, стремление к успеху и различные мотивационные качества. В таких играх совершенствуется мышление, включая действия по планированию, прогнозированию, взвешиванию шансов на успех, выбору альтернатив.

Вопрос о природе и сущности игры волновал и до сих пор продолжает привлекать внимание многих исследователей, таких как Гальперин П.Я., Данилова В.Л., Запорожец А.В., Эльконин Д.Б.

Разные подходы к детской игре отражены во многих работах. Среди этих подходов можно выделить объяснение природы сущности детской игры, как формы общения (Лисина М.И.), либо как формы деятельности, в том числе усвоения деятельности взрослых (Эльконин Д.Б.), либо как проявление и условие умственного развития (Пиаже Ж.). Каждый из этих подходов, выделяя какую-то сторону игры, в конечном счете, оказывается недостаточным для объяснения сущности, специфики детской игры в целом.

Игровая деятельность является ведущей. Л.С. Выготский отмечал, что в детском возрасте игра и занятия, игра и труд образуют два основных русла, по которым протекает деятельность. Он видел в игре неиссякаемый источник развития личности, сферу определяющую «зону ближайшего развития».

На основании вышеизложенного **проблема исследования** заключается во влиянии подвижных игр на физическое развитие детей.

Физическое развитие - процесс изменения, а также совокупность морфологических и функциональных свойств организма.

Игра создает положительный эмоциональный фон, на котором все психические процессы протекают наиболее активно. Использование игровых приемов и методов, их последовательность и взаимосвязь будут способствовать в решении данной проблемы.

**Актуальность** поднятой проблемы вызвана также и потребностью психологов, педагогов, родителей в совершенствующихся методах психолого-педагогического воздействия на формирующуюся личность ребенка с целью развития интеллектуальных, коммуникативных и творческих способностей.

Определение проблемы и актуальности темы позволяет сформулировать достаточно конкретно **цель исследования**: разработать и доказать эффективность подвижных игр для физического развития детей.

**Объект исследования** – процесс физического развития детей средствами игровой деятельности.

**Предмет исследования** – влияние подвижных игр на физическое развитие детей в детском оздоровительном лагере.

Из поставленной **цели исследования** вытекают следующие **задачи**:

- 1) Изучить научную, научно-методическую и специальную литературу по данной проблеме;
- 2) Дать характеристику современного состояния применения игровой деятельности в развитии детей в детском оздоровительном лагере;
- 3) Разработать комплекс подвижных игр для ДОЛ, способствующих процессу активного развития детей;
- 4) Выявить значимость подвижных игр в развитии детей;

**Гипотеза исследования**: Если разработать специальный комплекс подвижных игр для детского оздоровительного лагеря, то можно будет более эффективно организовать процесс развития детей.

**Практическая значимость исследования** заключается в том, что дана характеристика современного состояния применения игровой деятельности в

развитии детей в детском оздоровительном лагере, разработан комплекс подвижных игр для Детского оздоровительного лагеря, способствующих процессу активного развития детей, выявлена значимость подвижных игр в развитии детей.

Выпускная бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка литературы. В первой главе игра рассматривается как эффективное условие физического развития детей, рассказывается об истории ее возникновения, понятии и сущности и влиянии игры на формирование и развитие личности ребенка. Во второй главе рассматривается непосредственное практическое применение подвижных игр в детском оздоровительном лагере, приведены примеры классификаций игр. Также описывается организация и результаты педагогического исследования по выявлению роли подвижных игр в детском оздоровительном лагере. В заключении говорится о важности игры в развитии личности ребенка и общества в целом.

Для определения влияния подвижных игр на развитие физических качеств были проведены контрольные упражнения, включающие:

1. Бег 60 метров
2. Прыжки в длину с разбега
3. Метание мяча 150 г.
4. Подтягивание

-Мальчики на высокой перекладине из вися.

-Девочки на низкой перекладине из вися лежа.

Эти контрольные упражнения были проведены дважды, в начале лагерной 1 смены и в конце лагерной 4 смены.

Принимали участие в эксперименте две группы:

- 1) Дети, посещающие лагерь (экспериментальная группа)
- 2) Дети, не посещающие лагерь (контрольная группа)

В первый день смены были приглашены 9 ребят, не посещающих лагерь, и с ними были проведены контрольные упражнения, которые указаны

выше. В это же время были проведены эти же упражнения с другой группой детей, который посещают лагерь, тоже 9 человек.

В конце лагерной смены проводились эти же контрольные упражнения, чтобы определить влияние подвижных игр, которые были проведены в процессе лагерной смены.

Во время смен проводились подвижные игры для повышения результатов в контрольных упражнениях по которым отслеживается влияние игр на физическое развитие:

Для повышения результатов по прыжкам в длину использовались игры:

1) “ПОЛУЧИТЬ МЯЧИК “.

Инвентарь – мячик, шнурок.

Основная цель – усвоение ритма выполнение последних трех шагов и отталкивание.

Организация. Подвесить на шнурке мячик на доступной ученикам высоте. Установить по очередность выполнения упражнения.

Проведение. Ученик выполняет три шагу разбега, отталкивается одной ногой и старается затронуть рукой подвешенного на шнурке мячика. Высота, на которой подвешенный мячик, постепенно увеличивается. Для того, чтобы знать, на сколько сантиметров поднимается мячик, нужно на шнурке каждые пять сантиметров завязывать узелок. Для определения личного или командного первенства за каждый удачный прыжок начисляется одно очко. Удачным считается прыжок, если ученик затронул рукой мячика. На каждой высоте выполняется одна попытка.

2) “ ОТТАЛКИВАНИЕ И ПРИЗЕМЛЕНИЕ В ЗОНАХ “.

Место проведения – сектор для прыжков в высоту.

Инвентарь – резиновый бинт или планка для прыжков в высоту.

Основная цель – научиться отталкиваться и приземляться.

Организация. Провести с обеих сторон от планки, в яме для приземления и на секторе, на всю ширину ямы по трех – четыре линии. Отстань между линиями 20-30 см. Линии пронумеровать. Первая от планки

линия, с обеих сторон, проводится на расстоянии 40-50 см, и имеет наибольший порядковый номер, вторая - на единицу меньше и т.д.

Например, первая от планки линия имеет номер 3, вторая №2, третья №1 и т.д. Учеников поделить на две команды и выстроить с обеих сторон от ямы в колонну по одному. Строят учеников через одного: один ученик с одной команды, второй – из другой. Прыгают сначала все ученики с одной стороны, а потом из второго. Преподаватель наблюдает по месту отталкивания и приземления, сразу подсчитывает очки, которые набрал каждый ученик. Подсчет очков проводится так: ученик отталкивается из второй линии, которая имеет порядковый номер 2 - получает два очка, приземляется тот же ученик на линию, которая имеет номер 3, - получает трех очки. Плюсуются очки за отталкивание и приземление. В примере ученик набрал пять очков.

Командное первенство определяется путем подсчета всех очков, которые набрало участники команд.

### 3) “ КТО ВЫШЕ “.

Место проведения – сектор для прыжков в высоту.

Инвентарь – резиновый бинт или планка для прыжков в высоту, мел двух цветов.

Основная цель – изготовление опыта соревнований и привычки идти на риск.

Организация. Принимают участие две команды. Участники имеют порядковые номера, прыгают поочередно. Каждый участник выбирает для себя высоту, которую будет одолевать, и заявляет об этом тренеру. Тем временем, каждый участник одолевает только одну высоту. Каждой команде присваивается цвет.

Ход командной борьбы отображается на стойках для прыжков цветным мелом (по цвету команды). Отметки одного цвета делаются на одной стойке, а второй – на второй.

Проведение. К началу соревнований пометки мелом находятся на одной высоте. На каждую заявленную участником высоту дается три

попытки. За каждую взятую участником высоту команде начисляются очки, которые отвечают взятой высоте.

Например: минимальная высота 100 см оценивается в одно очко, 105 см оценивается в два очка, 110 см оценивается в трех очки и т.д. Таким образом, каждая следующая высота, которая поднимается через пять сантиметров, оценивается на одно очко больше предшествующей.

Та команда, которая набрала больше очков, выигрывает первое место.

Для повышения результатов в беге использовались игры:

1) “ БЕГ С МЯЧОМ “.

Место проведения – игровая площадка, футбольное поле.

Основная цель – научить бега по дистанции.

Инвентарь – большой или маленький мячик.

Организация. Начертить дугу, позади которой размещенные две и больших команды игроков, которые выстроены в колонну по одному. Двое ведущих, назначаются из учеников, один из них находится за дугой посередине между командами, держа в руках мячик, а второй стоит впереди на определенном расстоянии от первого, расстояние между двумя ведущими может быть произвольной и зависит от века, стати и подготовки учеников.

Проведение. За сигналом тренера ведущий, что находится за дугой, передает мячик второму ведущему, катя его по земле. Участники по одному с каждой команды бегут за мышцей.

Команда, представитель которой первым затронет мячика, получает очко. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не возьмут участия в игре.

Выигрывает команда, которая в сумме набрала больше очков.

2)“ ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ “.

Место проведения – беговая дорожка стадиона.

Основная цель – воспитание умения владеть собою, усвоение техники старта и развитие скорости.

Организация. Разметить две стартовых линии на расстоянии 20-30 метров одна от одной. Две команды, поделившись на две половины (в

каждой половине должна быть одинаковое количество игроков), выстраиваются за линию старта в колонну по одному. Одна половина команды выстраивается одна за одной, а вторая за второй стартовой линией. Игроки команды имеют одинаковые номера.. В одной команде – парные, в второе – нечетные.

Проведение. Игроки принимают низкий или высокий старт.

По сигналом стартуют первые номера, которые бегут к вторым номерам и касаются их рукой. Прикосновение рукой есть командой для бега вторым номерам, которые бегут к третьим номерам, третьи к четвертым и т.д.

Выигрывает команда, которая первой заняла свои начальные места.

Для повышения результатов в метании использовались игры:

1) “ МЕТАНИЕ В ПОДВИЖНУЮ ЦЕЛЬ “.

Место проведения – ровная площадка, футбольное поле.

Инвентарь – три флажка для разметки площадки, мячик для игры в ручной мяч.

Основная цель – научиться метко метать мячик.

Организация. Разметить треугольник с длиной сторон 10-15 метров. Возле любой из вершин треугольника игроки выстроены по одному. Все игроки имеют порядковые номера. Мячик находится в руках у игрока под первым номером. За сигналом ведущего, игрок, у которого мячик в руках, начинает бежать первой. Как только он сделал 2-3 шага, начинает бежать игрок под первым номером из группы, которая выстроенная возле следующей вершины треугольника. Игрок, у которого мячик, передает в движении игроку, который начал бежать второй. Если второй игрок получил мячик, бег начинает игрок под первым номером из группы. что выстроенная возле третьей вершины треугольника. Если он пробежал несколько шагов ему передают мячик. Бегают игроки по сторонам треугольника.

Игра проводится к тому времени, пока все игроки не возвратятся на свои производные места.

2) “ТОЛКАНИЕ МЯЧА В ОБРУЧ “.

Место проведения – небольшая площадка.

Инвентарь – гимнастический обруч, набивной мяч.

Основная цель – научиться толкать мяч под правильным углом.

Организация. Подвесить обруч на высоту 2,5-3 метры над землей. На расстоянии 3-4 метров от места, над которым подвешенный обруч, провести линию, от которого будут толкать мяч. Одна команда становится за этой линией, а вторая занимает место на второй стороне от обруча на расстоянии 3-4 метры от него.

Проведение. Ученики одной команды поочередно толкают мячик, так, чтобы он пролетел через обруч. Ученики второй команды в настоящее время, подают мяч ученикам, которые его толкают. После того как все ученики сделали по одной попытке, команды меняются местами. Каждое попадание в обруч оценивается в одно очко. Ученик, который не попал в обруч, или задевал ободок, штрафуются одним очком.

Выигрывает команда, которая набрала большее количество очков.

Такое разнообразие подвижных игр дает возможность направленно развивать определенные физические качества.

С целью выявления различия уровня физической подготовленности учащихся, принимающих участие в эксперименте, проводилось тестирование в начале 1 смены и в конце 4 смены. Использовались следующие тесты-упражнения:

- бег 60 метров (для определения скоростных качеств);
- прыжки в длину с разбега (для определения скоростно-силовых качеств);
- метание мяча (м.)
- подтягивание (для определения силовых способностей);

На основе результатов тестирования проведены сравнительные характеристики уровня двигательных способностей контрольной ( дети, не посещающие оздоровительный лагерь) и экспериментальной (дети, посещающие оздоровительный лагерь) групп по среднему результату.

По всем результатам физической подготовки наибольшие темпы прироста за время смен наблюдались в экспериментальной группе, (см. Приложение 1) где проводилось целенаправленное развитие двигательных качеств. В контрольной группе, результаты физической подготовки изменились не значительно. (см. Приложение 2)

Таким образом, это позволяет утверждать, что:

- целенаправленное применение подвижных игр положительно воздействует на формирование всех двигательных качеств;
- использование расширенного объема подвижных игр способствует более высокому приросту двигательных качеств;
- дети экспериментальной группы (посещающие оздоровительный лагерь) с увеличенным объемом подвижных игр превосходят детей контрольной группы (не посещающих оздоровительный лагерь) по темпам прироста показателей физической подготовленности. (см. Приложения 3,4)

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В заключение можно сказать, что игра - это жизненно важный и необходимый элемент в развитии, как индивидуума, так и общества в целом. По сложности характера игр можно судить о быте, нравах и навыках данного общества.

Для ребёнка в игре предоставляется возможность представить себя в роли взрослого, копировать увиденные когда-либо действия и тем самым, приобретая определенные навыки, которые могут пригодиться ему в будущем. Дети анализируют определенные ситуации в играх, делают выводы, предопределяя свои действия в схожих ситуациях в будущем.

Игра одновременно – развивающая деятельность, принцип, метод и форма жизнедеятельности, зона социализации, защищенности, самореабилитации, сотрудничества, содружества, сотворчества с взрослыми, посредник между миром ребёнка и миром взрослого.

Вместе с тем, как полагал когда-то А.С.Макаренко, создать некий идеальный комплекс игр, идеальную модель игры, которые можно было бы рекомендовать всем детским учреждениям, детским коллективам разного типа, детям разных возрастов и на все времена, невозможно. Игра стихийна. Она вечно обновляется, изменяется, модернизируется. Каждое время рождает свои игры на современные и актуальные сюжеты, которые интересны детям по-разному.

Игры учат детей философии осмысления сложностей, противоречий, трагедий жизни, учат, не уступая им, видеть светлое и радостное, подниматься над неурядицами, жить с пользой и празднично, "играючи".

Игра – реальная и вечная ценность культуры досуга, социальной практики людей в целом. Она на равных стоит рядом с трудом, познанием, общением, творчеством, являясь их корреспондентом