

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра методологии образования

Автореферат

Подвижная игра как средство физического воспитания
ДОШКОЛЬНИКОВ

4 курса 422 группы

направления 44.03.01 Педагогическое образование

профиля «Дошкольное образование»

факультета психолого-педагогического и специального образования

ПАРФЕНОВОЙ СВЕТЛАНЫ ИГОРЕВНЫ

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент

Ю.Ю. Колесниченко

Зав. кафедрой
доктор пед. наук, профессор

Е.А. Александрова

Саратов
2016

Введение

Здоровье человека является сложнейшим феноменом, который исследуется разными науками: медициной, биологией, психологией, социологией, валеологией и т.д. Представители каждой из названных наук придерживаются общего мнения по поводу положительного влияния двигательной активности на здоровье человека с младенчества и до глубокой старости.

Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм. Уменьшается и количество открытых мест для игр. Родители и педагоги все более и более обеспокоены тем, как, где и когда можно предоставить детям возможность активно и творчески поиграть. А чтобы поддержать интерес детей к таким играм, они должны их узнать, и задача педагога помочь им в этом.

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Подвижные игры – это одно из средств физического воспитания детей. Они дают возможность развивать и совершенствовать их движения, упражнять в беге, прыжках, лазанье, бросании, ловле и т.д. Разнообразные движения требуют активной деятельности крупных и мелких мышц, способствуют лучшему обмену веществ, кровообращению, дыханию, т.е. повышению жизнедеятельности организма [Степаненкова 2005: 75].

Большое влияние оказывают подвижные игры и на нервно-психическое развитие ребенка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развиваются воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др. Совместные действия в играх сближают детей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

Актуальность проблемы позволило сформулировать тему дипломной работы: «Подвижная игра как средство физического воспитания дошкольников».

В первом разделе раскрывается сущность основных понятий дипломной работы. Обосновывается и раскрывается сущность процесса физического воспитания и развития дошкольников в ДОУ, раскрываются особенности использования подвижных игр в дошкольном возрасте как средства физического воспитания.

Приоритетными направлениями в физическом воспитании дошкольников являются охрана жизни, борьба с заболеваемостью, повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды, повышение общей резистентности организма к простудным и прочим заболеваниям, правильное и своевременное развитие всех систем организма, расширение их функциональных возможностей, формирование правильной осанки и стопы, развитие мелкой моторики, гармоничное физическое развитие.

Наряду с этим в процессе физического воспитания решаются задачи по формированию первоначальных знаний, связанных с занятиями физическими упражнениями и освоением культурно-гигиенических навыков, формированием навыков личной и общественной гигиены, обеспечением целостного развития ребенка.

Основными средствами физического воспитания являются:

- гигиенические факторы (режим, рациональное питание, гигиеническая обстановка, одежда, формирование культурно-гигиенических навыков);
- естественные силы природы (для закаливания и укрепления организма);
- физические упражнения.

В дошкольном детстве дети осваивают несколько групп физических упражнений:

- основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, упражнения в равновесии);
- общеразвивающие упражнения, построения и перестроения;

- спортивные упражнения (летние: плавание, катание на велосипеде, самокате, роликовых коньках; зимние: ходьба на лыжах, катание на коньках, на санках, скольжение по ледяным дорожкам);
- **подвижные игры** (сюжетные, бессюжетные, игры с элементами спорта);
- элементарный туризм (пешеходный, лыжный, велосипедный в форме длительных прогулок за пределы участка в летнее и зимнее время года) [Степаненкова 2005].

В современном педагогическом процессе все большее место занимают специально спланированные и стихийно возникающие *образовательные ситуации*. В таких ситуациях полезна интеграция двигательной деятельности с другими образовательными областями. Остановимся на одном из средств физического воспитания и развития дошкольника – подвижной игре.

Всестороннее воспитание и гармоничное развитие занимающихся возможно только в результате многолетнего, систематического и правильно организованного процесса обучения подвижным играм. Ведущая роль в этом принадлежит педагогу. Организуя обучение, педагог должен стремиться воспитывать у занимающихся высокие морально-волевые качества; укреплять их здоровье и способствовать правильному физическому развитию; содействовать формированию жизненно важных двигательных навыков и умений.

Дети дошкольного возраста отличаются особой подвижностью и постоянной потребностью к движению. Однако при выборе игр нужно помнить, что организм дошкольников не готов к перенесению длительных напряжений. Их силы быстро истощаются и довольно быстро восполняются. Поэтому игры не должны быть слишком длительными, обязательно нужно делать паузы для отдыха.

Успех физического воспитания и развития дошкольников зависит: от правильного сочетания различных форм занятий. Подбора средств и методов, которые отвечают требованиям умственного и физического развития дошкольников и являются неотъемлемой частью всей образовательной системы

ДОУ, решая образовательные, воспитательные, развивающие и лечебно-оздоровительные задачи, учитывающие требования, предъявляемые к организму детей в этом возрасте.

Во втором разделе представлены результаты опытно-экспериментальной работы по проблеме исследования.

Организация эксперимента проходила по следующей схеме: предварительное тестирование - проведение экспериментальных занятий с активным использованием подвижных игр - контрольное тестирование.

Рассматривая показатели физического развития и их изменения в течение эксперимента у детей 6-7 лет было выявлено, что практически по всем проведенным измерениям к концу исследования в экспериментальной группе наблюдался прирост. Анализ сдвигов в показателях физической подготовленности дает основание говорить о положительном влиянии подвижных игр на развитие двигательных качеств детей.

За время эксперимента уровень быстроты движений, мышечной силы, скоростно-силовых качеств, гибкости возрос как в экспериментальной, так и контрольной группе. Этот рост отражает возрастные изменения, связанные с совершенствованием функциональной деятельности детского организма в этом возрасте.

Однако анализ результатов эксперимента свидетельствует о более выраженных изменениях у детей экспериментальной группы, по сравнению с контрольной, в которой велась целенаправленная работа над развитием двигательных качеств с применением подвижных игр.

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать вывод об эффективности использования предложенной методики физического воспитания с активным использованием подвижных игр.

Подтвердилась выдвинутая гипотеза о том, что активные занятия подвижными играми содействует процессу правильного физического развития ребенка.

При планировании содержания физического воспитания дошкольников преимущество должны иметь подвижные игры, оказывающие разностороннее воздействие на организм и выраженный эффект, тренирующий вышеназванные физические качества.

Изучив психолого-педагогическую и специальную литературу, рассмотрев теоретические основы организации подвижных игр в дошкольном возрасте как одно из средств физического воспитания в ДОУ, а так же проанализировав результаты, полученные в процессе опытно-экспериментальной работы по данной проблеме, мы получили следующие выводы.

Изучение растущего организма как целостной динамической системы позволило определить и общие нормы тренировочных нагрузок, их интенсивность в разные возрастные периоды.

В старшем дошкольном возрасте необходимо воспитывать интерес ребенка к освоению новых видов движений и физических упражнений, к повышению уровня своих физических способностей, стимулировать стремление к участию в коллективных играх и соревнованиях со сверстниками.

Главная задача физического совершенствования 6-7 летних детей состоит в расширении объема двигательных навыков за счет овладения более сложными видами движений из арсенала различных видов спорта и повышения внимания к развитию физических качеств – преимущественно быстроты и выносливости.

Физическое воспитание – это организованный педагогический процесс, направленный на разностороннее морфологическое и функциональное совершенствование организма, формирование двигательных навыков и психофизических качеств, достижение физического совершенства организма.

Физическое развитие – это процесс изменения форм и функций организма под воздействием условий жизни и воспитания.

В узком смысле этот термин используется для обозначения антропометрических и биометрических понятий (рост, вес, окружность грудной клетки, состояние осанки, жизненная емкость легких и т.д.)

Физическое воспитание обеспечивает освоение физической культуры — части общей культуры общества, одной из сфер социальной деятельности, направленной на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека.

Содержание физического развития и воспитания детей дошкольного возраста составляет та часть социально-исторического опыта, которая включает знания, умения, навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья человека, а также двигательную культуру.

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Подвижные игры – это одно из средств физического воспитания детей. Они дают возможность развивать и совершенствовать их движения, упражнять в беге, прыжках, лазанье, бросании, ловле и т.д. Разнообразные движения требуют активной деятельности крупных и мелких мышц, способствуют лучшему обмену веществ, кровообращению, дыханию, т.е. повышению жизнедеятельности организма

В заключении подводятся итоги проведенного исследования, делаются выводы об эффективности данной работы.

Изучение литературы и анализ теоретических основ организации и проведения подвижных игр в детском саду дают возможность прийти к выводу, что подвижные игры способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма, улучшению физического развития, подготовленности детей. Игры проводятся в любое время года и являются средством закаливания организма.

Даже если из ребенка не получится спортсмена, не достанутся рекорды и медали, ребенок получит хорошее настроение, а главное – здоровье и привычки к здоровому образу жизни.

На практике мы подтвердили, что подвижные игры являются как источником веселья и положительных эмоций для детей, так и основой физического здоровья. С помощью игр можно распределить атмосферу скуки, проводить другие занятия с пользой. Преобразовав в игру сложный для детей материал, можно добиться успехов в усвоении детьми программы.

Педагогически грамотно организовав игру, мы воспитываем дружный, детский коллектив. Также игра позволяет развивать индивидуально, творческие качества: решительность, уверенность, взаимопомощь и многое другое. Самое главное, дети развиваются физически: бегают, прыгают, ползают, лазают. Трудно перечислить все достоинства игры. Знать особенности игры, в соответствии с возрастом детей, уметь грамотно подобрать и организовать подвижную игру, учитывая время суток и другую деятельность детей – главная задача педагога.

Подвижные игры привлекают детей возможностью применить свои знания для решения конкретной двигательной задачи в условиях меняющейся игровой обстановки.

Такие качества, как сила, ловкость, быстрота, выносливость развиваются и совершенствуются в процессе подвижных игр, особенно с элементами соревнования. Игры помогают развивать у детей умение согласовывать свои действия с действиями товарища, подчинить личные интересы интересам коллектива, воспитывать сдержанность, самообладание, чувство ответственности за успех команды.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // Дошкольное воспитание, 2000. № 6. С. 37–48.

Алямовская В.Г. Профилактика психоэмоционального напряжения детей средствами физического воспитания. – Нижний Новгород, 1998.

Аршавский И. А. Ваш ребенок может не болеть. – М., 1990. – С. 7.

Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально- ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.

Баландин В.А. и др. Использование подвижных игр для развития познавательных процессов детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. – Краснодар, 1999.

Бауэр О.П. Подвижные игры // Теория и методика физической культуры дошкольников: учебное пособие для студентов / О.П.Бауэр; под ред. С.О.Филипповой, Г.Н.Пономарева. – СПб.: ВВМ, 2004. - С.331-332.

Бочарова Н. Физкультурно-спортивные праздники в детском саду: новые подходы, методические рекомендации // Дошкольное воспитание, 2004. № 1. С. 46-51.

Буцинская П.П. и др. Общеразвивающие упражнения в детском саду. - М.,1990.

Вавилов Ю. Н., Керпельман Е. Л., Жириновский В. В. Игры Народов Планеты // Физическая культура, 2004. № 4. С.17–19.

Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. – М., 1983.

Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада / Е.Н.Вавилова. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.

Васильева, М.А. Программа воспитания и обучения в детском саду / Под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой. - М.: Мозаика-Синтез. 2007. – 240 с.

Васильков Г.А., Василькова В.Г. От игры – к спорту. – М., 2009.

Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. – Ярославль, 1996.

Волошина Л. Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2004. – 144 с.

Волошина Л. Н. Игровые программы и технологии физического воспитания детей 5–7 лет // Физическая культура, 2003. № 4. С. 39–43.

Волошина Л., Лунина Т., Новичкова Л. Играем в хоккей // Дошкольное воспитание, 2003. № 1. С.34–39.

Волошина Л., Новичкова Л. Играем в баскетбол // Ребенок в детском саду, 2001. № 3.

Волошина Л., Новичкова Л. Играем в городки // Дошкольное воспитание, 2003. № 4. С.36–41.

Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста / Л.Д.Глазырина, В.А.Овсянкин. - М.: Владос, 2000. - 262 с.

Горячева Т. Веселые зимние игры // Игра и дети, 2005. № 6.

Громова О. Е. Спортивные игры для детей. - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 128 с.

Дворкина Н.И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов детей дошкольного возраста / Н.И. Дворкина // Современный олимпийский спорт и спорт для всех. - 2003. - Т-1. - С. 230-232.

Демидова Е. Организация самостоятельной двигательной активности детей // Дошкольное воспитание. 2004. № 1. С. 28-32.

Демчишин А.А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А.А. Демчишин, В.Н. Мухин, Р.С. Мозола. – К.: Здоровья, 1998. – 168 с.

Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. – М.: ВАКО, 2004. – 152 с.

Доронина М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста / М.А. Доронина // Дошкольная педагогика. - 2007. - №4. - С.10-14.

Дошкольная педагогика с основами методик воспитания и обучения: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения./Под ред.А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой. – СПб.: Питер, 2013. – 464 с.

Дошкольная педагогика: учебник для бакалавров/ Под ред. Н.В. Микляевой. – М.: Юрайт, 2012. – 510 с.

Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки / М.Н. Емельянова // Ребенок в детском саду. - 2007. - №4. - С.29-33.

Ефименко Н.Н. Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2008.

Зубкова Н. А. Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей младшего дошкольного возраста / Физическое воспитание детей дошкольного возраста; Сост. Л. В. Русскова. – М., 1982.

Качанова И., Трифонова Е. Игра в новой примерной общеобразовательной программе воспитания, обучения и развития детей раннего и дошкольного возраста // Игра и дети, 2005. № 2.

Квашук П. В. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми, подростками и молодежью: Методическое пособие. – М.: Де Ново, 2004. – 51 с.

Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов