

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

Кафедра дошкольной педагогики и психологии

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ
СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

студентки 4 курса 342 группы
направление подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»,
профиль «Психология и педагогика дошкольная»
факультета естественно-научного и педагогического образования
Бабкиной Валерии Валериевны.

Научный руководитель
Доцент кафедры ДПиП,
кандидат педагогических наук,
доцент _____

(подпись, дата)

И.Г. Андреева

Зав. кафедрой ДПиП
кандидат педагогических наук,
доцент _____

(подпись, дата)

Е.А. Казанкова

Балашов 2017

Введение. На сегодняшний день физическое воспитание занимает одно из главных мест в развитии детей дошкольного возраста. Дошкольные образовательные организации стараются подобрать максимально подходящие и адаптивные программы, пособия в целях всестороннего развития личности детей, в том числе и физического. В каждой из этих программ существуют свои представления, методы, концепции и подходы к проблемам физического воспитания. Все программы, методические пособия признают в первую очередь значимость подвижных игр в развитии физических качеств, умений и навыков.

Игра является ведущей деятельностью в дошкольном возрасте.. Значение подвижных игр и упражнений в дошкольный период жизни человека заключается в создании фундамента для всестороннего физического развития, укрепления здоровья, формирования разнообразных двигательных умений и навыков. Таким образом, это все приводит к возникновению объективных предпосылок для гармоничного развития личности.

Игра - это собирательный термин, обозначающий исторически сложившийся аспект деятельности человека. Иными словами, игра - это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательным для всех играющих правилами.

Актуальность данной темы обусловлена тем, что у детей дошкольного возраста необходимо увеличивать продуктивность физической деятельности. Высокая продуктивность физического развития наблюдается в тех случаях, когда дети максимально заинтересованы, а так же когда они включаются в игровую деятельность, требующую физической активности. Дети, как правило, с самого рождения стремятся к двигательной деятельности. Данную потребность в движениях дети стремятся удовлетворить в играх. В дошкольных образовательных учреждениях задача формирования и сохранения здоровья стоит на первом месте. Если учесть, что двигательная

деятельность является так же фактором интеллектуального и эмоционального благополучия, то актуальность данного вопроса вполне очевидна.

Цель исследования: теоретически обосновать и разработать методические рекомендации по обучению детей подвижным играм как основного средства физического развития старших дошкольников.

Объект исследования: образовательный процесс в ДОУ.

Предмет исследования: физическое развитие старших дошкольников средствами подвижных игр.

Гипотеза исследования: процесс физического развития старших дошкольников средствами подвижных игр будет наиболее эффективным, если:

- выделены приёмы обучения подвижным играм;
- предложена программа диагностики физического развития дошкольников;
- разработана система подвижных игр и упражнений, направленных на улучшения физических качеств и навыков детей дошкольного возраста;

Задачи исследования:

- ознакомиться со значением и задачами физического воспитания детей дошкольного возраста;
- рассмотреть особенности подвижных игр как основную двигательную деятельность детей;
- описать классификацию подвижных игр дошкольников;
- изучить методики диагностики физических навыков детей дошкольного возраста;
- подобрать систему подвижных игр и упражнений для детей дошкольного возраста;
- предложить методические рекомендации.

Теоретико-методологические основы исследования составили работы, имеющие прямое или косвенное отношение к проблемам физического развития дошкольников. Это труды педагогов,

исследователей, врачей (Е.А. Аркин, Л.И. Чулицкая, Е.Г. Леви-Гориневская, А.И. Быкова, Н.И. Щелованов, Н.М. Аксарина, Т.Н. Богина, Е.А. Тимофеева, А.В. Кенеман, Т.И. Осокина, Ю.Ф. Змановский и многие другие).

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы следующие методы исследования: анализ научных источников, учебных и учебно-методических материалов; анализ опыта педагогических инноваций; прямое и косвенное наблюдение; эксперимент, сравнение и обобщение; тестовые беседы.

Основное содержание работы. В первой главе нашего исследования рассмотрены теоретико-методологические основы физического развития детей дошкольного возраста, а именно: особенности физического воспитания дошкольников, особенности подвижных игр и их роль в физическом развитии старших дошкольников.

Под физическим развитием дошкольника понимается процесс изменения внешних и внутренних естественных морфофункциональных свойств его организма в процессе онтогенеза.

К внешним количественным показателям физического развития относятся изменения размеров и массы тела, к качественным показателям физического развития относятся, прежде всего, изменения функциональных возможностей организма в период возрастного развития, которые отражаются в изменении отдельных физических качеств и общего уровня физической работоспособности.

У детей старшего дошкольного возраста по сравнению с младшим, тело крепче, пропорционально развита мускулатура. У них постепенно доводятся до автоматизма основные движения в ходьбе и беге, улучшается согласованность движений, заметно повышается способность к ручному труду. Благодаря большей устойчивости тела, ребенку становятся доступнее простейшие упражнения в равновесии, беге на ловкость. У детей развивается выносливость, однако им нужно чаще менять исходные положения и разнообразить движения. Деятельность детей в этом возрасте постепенно

наполняется содержанием и становится более сознательной.

Большое значение в физическом воспитании ребёнка имеют практические методы, которые характеризуются общей или частичной регламентацией, проведением занятий в игровой форме, использование элементов соревнования и эстафет [35].

Самой популярной разновидностью практических методов является игровой метод, который способствует развитию и усовершенствованию двигательного аппарата детей. Игры дают возможность одновременного совершенствования разнообразных двигательных навыков, самостоятельности действий, быстрой ответной реакции на изменяющиеся условия, проявления творческой инициативы.

Основная цель подвижной игры - решение двигательной задачи.

Специфика подвижной игры заключается в том, что у ребенка формируется моментальная ответная реакция на сигналы [7].

Структура игры регламентируется правилами. Содержание и правила игры четко объясняются с самого начала, и им должны подчиняться и четко следовать все играющие. В правилах указано время выполнения двигательных действий и требования к их точности.

Важной отличительной особенностью подвижных игр является направленность на результат.

Во многих сборниках, а так же в «Программе воспитания в детском саду» подвижные игры классифицируют по преобладающему виду движений. Это – бег, прыжки, лазанье, метание и др.

В сборнике М.М. Конторович и Л.И. Михайловой деление игр осуществляется по степени вызываемого у детей мышечного напряжения. Авторы классифицируют подвижные игры: на игры большой, малой, средней степени подвижности.

Можно отметить, что некоторые подвижные игры имеют свои роли и правила; действия игры производятся в соответствии с заданной ролью. В связи с этим выделяют сюжетные и бессюжетные игры.

Так же выделяют такие виды подвижных игр как игры с элементами соревнований. Такие подвижные игры требуют выполнения определенных двигательных заданий в соответствии с правилами.

Подвижная игра является одним из важных средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерная ее особенность - комплексное воздействие на организм и на все стороны личности ребенка, где одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

В процессе подвижных игр дети старшего дошкольного возраста развиваются не только с физической, но и с психической стороны. Они познают себя, своё тело, знакомятся с его строением, свойствами, возможностями, изучают способы перемещения в пространственно-временной среде. Двигательная активность детей шести лет становится более осознанной и разнообразной. По мере формирования двигательных навыков и умений, у них проявляется значительный интерес к спортивным играм и упражнениям.

Во второй главе нашего исследования представлены практические аспекты обучения детей подвижным играм, предложены методики диагностики физической подготовленности детей, разработана система подвижных игр и упражнений на развитие физических качеств старших дошкольников.

Для определения уровня сформированности двигательных качеств в дошкольном возрасте применяют различные методики. На основе изученной литературы нами были использованы следующие методики.

Тест на определение скоростных качеств, а именно определение быстроты в беге на 30 м с высокого старта. Тест на определение ловкости, который в полной мере показывает, насколько ребёнок имеет возможность управления и сознательного контроля за своими движениями. Тест на определение выносливости, которая отражает способность противостоять утомлению. Тест на определение скоростных и силовых качеств, с

использованием прыжков в длину с места. Тест на определение гибкости, который выполняется во время стойки на гимнастической скамейке.

В практической части мы провели опытно-исследовательскую работу на базе в МДОУ №1 «Мечта» и МДОУ № 5 «Сказка» города Ртищево Саратовской области.

В экспериментальной работе принимали участие две подготовительных группы дошкольников - экспериментальная и контрольная - по 20 испытуемых в возрасте 6-7 лет. Экспериментальная группа - воспитанники подготовительной к школе группы «Радуга» детского сада №1 «Мечта», контрольная группа - воспитанники подготовительной к школе группы «Ручеек» детского сада №5 «Сказка».

Экспериментальная работа по формированию и развитию у детей старшего дошкольного возраста физических качеств и определению эффективности использования для этого методики расширенного использования подвижных игр и упражнений включала в себя несколько этапов:

- первый этап - проводился анализ научно-методической литературы, диагностика сформированности физической подготовленности дошкольников и получение исходных данных об уровне развития физических качеств у детей экспериментальной и контрольной групп. Данный этап включал разработку системы подвижных игр и упражнений для формирующей части эксперимента.

-второй этап включал внедрение разработанной нами системы игр и упражнений в образовательный процесс экспериментальной группы.

-третий этап включал повторную диагностику контрольной и экспериментальной групп дошкольников участвующих в эксперименте, обработку полученных данных, их анализ, формулировку выводов и заключения.

Анализ исследования результатов констатирующего этапа эксперимента показал, что у детей подготовительных групп «Ручеек» и

«Радуга» степень совершенствования основных движений не высока: показатели сформированности физических качеств у детей по всем тестам находились на среднем уровне и ниже.

В формирующей части эксперимента нами была разработана и апробирована система подвижных игр и упражнений для развития физических качеств детей в экспериментальной группе.

Затем были повторно проведены контрольные тестовые задания, с помощью которых мы смогли увидеть, что на контрольном этапе, после проведённой работы, был отмечен значительный прирост всех показателей физического развития в экспериментальной группе. Прирост к концу исследования наблюдался по всем проведенным измерениям.

Несмотря на то, что динамика уровня развития физических качеств была зафиксирована как в контрольной, так и в экспериментальной группах, все же больший прирост наблюдался в экспериментальной группе.

Педагоги оказывают огромное влияние на физическое развитие ребёнка. Именно они контролируют и помогают развивать этот процесс.

Мы предлагаем следующие методические рекомендации по обучению и организации подвижных игр, как основной формы развития физических навыков и качеств.

Важное значение имеет подбор подвижных игр. При подборе подвижных игр следует ориентироваться на возрастные особенности детей, их знания об окружающем мире, а так же на содержание игровых действий, правил. С младшими дошкольниками можно использовать игры с небольшим художественным текстом, которые заменяют в игре правила и подсказывают движения.

Количественный состав группы так же имеет большое значение при подборе игр. В начале года рекомендуется организовывать игровые упражнения для небольшого числа детей, а также подвижные игры, более простые по содержанию и не требующие четкого согласования движений играющих.

Объясняя игру, педагог использует довольно большое количество слов, выразительную речь, различные интонации, что значительно обогащает словарный состав детей.

Во время игр педагогу необходимо осуществлять индивидуальный подход к каждому ребенку. Это является обязательным условием при руководстве подвижными играми. Сюжеты, правила и организация предложенных игр несложны, к тому же они вполне допускают выполнение заданий в соответствии с возможностями и желаниями каждого ребенка.

Заключение. В общей системе образовательной работы дошкольных учреждений физическое воспитание детей занимает особое место.

Правильно организованное, целенаправленное воздействие педагогов помогает укрепить здоровье ребенка, закаливает организм, тренирует физиологические возможности организма, благодаря этому, у детей совершенствуются движения, активно развиваются физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Кроме того, целенаправленное физическое воспитание влияет на познавательную деятельность детей.

Совершенствование физической подготовленности занимает важное место в физическом воспитании дошкольников. Практика показывает, что многие дети не могут добиться высоких результатов в прыжках, метании, беге, из-за недостаточно сформированных главных физических качеств - силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. В этом аспекте, подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности. Целенаправленное, методически продуманное руководство подвижной игрой помогает активировать деятельность детей, пробудить интерес к играм.

В ходе работы была изучена научная, педагогическая и методическая литература. Многие исследователи рекомендуют включать подвижные игры различной направленности в непосредственно образовательную деятельность детей в рамках ДОУ и в повседневную жизнь детей.

В практической части мы провели опытно-исследовательскую работу на базе в МДОУ №1 «Мечта» и МДОУ № 5 «Сказка» города Ртищево Саратовской области.

В констатирующей части исследования для выявления сформированности физических качеств мы применили диагностику, которая позволила определить уровень развития детей. После исследования показатели каждого ребенка анализировались и сопоставлялись с нормативными данными. Полученные данные сравнивались с установленными возрастными-половыми критериями оценки детей 6-7 лет.

Показатели физических качеств определялись по пяти уровням: высокий (В), выше среднего (ВС), средний (С), ниже среднего (НС) и низкий (Н).

Результаты исследования на констатирующем этапе эксперимента показали, что у детей подготовительной к школе групп «Ручеек» и «Радуга» степень совершенствования основных движений не высока: показатели сформированности физических качеств у детей по всем тестам находились на среднем уровне и ниже. Диагностические методики показали и разноплановость двигательных умений.

В формирующей части эксперимента нами была разработана и опробована система подвижных игр и упражнений для развития физических качеств детей в экспериментальной группе.

В контрольном эксперименте мы повторно применили диагностику физических качеств, которая показала, что после проведенной работы, был отмечен существенный прирост всех показателей физического развития в экспериментальной группе.

Сравнение динамики показателей физических качеств детей экспериментальной группы «Радуга» и контрольной группы «Ручеек» на констатирующем и контрольном этапах, позволило судить об эффективности созданной нами системы игр.

Прирост показателей к концу исследования наблюдался по всем проведенным измерениям. Данные подверглись математической обработке, которые показали темпы прироста по всем проводимым тестам.

Несмотря на то, что динамика уровня развития физических качеств была зафиксирована как в контрольной, так и в экспериментальной группах, все же больший прирост наблюдался в экспериментальной группе.

В начале данной работы, была выдвинута гипотеза о том, что процесс физического развития старших дошкольников средствами подвижных игр будет наиболее эффективным, если:

- выделены приёмы обучения подвижным играм;
- предложена программа диагностики физического развития дошкольников;
- разработана система подвижных игр и упражнений, направленных на улучшения физических качеств и навыков детей дошкольного возраста.

Из всего этого можно сделать вывод, выдвинутая нами гипотеза подтвердилась.