

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

**«ВЛИЯНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 414 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Цуркан Елены Николаевны

Научный руководитель
старший преподаватель

_____ Е.А. Антипова
подпись, дата

Заведующий кафедрой
доцент, кандидат медицинских наук

_____ Т.А. Беспалова
подпись, дата

Саратов 2018

ВВЕДЕНИЕ

Главными задачами физического развития в младшей школе считаются: укрепление здоровья, помощь правильного развития, обучение обучающихся жизненно важным двигательным навыкам, воспитание физических и моральных качеств. Решению данных задач предпринимчиво способствует игра, выступающая средством и методом физического воспитания. Игра представляется спутником детства, поэтому понять природу игры – означает познать природу детства. Младший школьный возраст считается наиболее благоприятным временем для введения игры в воспитательный процесс.

Актуальность темы «Влияние подвижных игр на физическое развитие детей младшего школьного возраста» заключается в том, что недостаточная двигательная активность детей младшего школьника является основной причиной слабости всего организма, что влияет на уменьшение его общей биологической устойчивости. Среди младших школьников чаще всего имеются хронические заболевания дыхательных путей, что является причиной болезней внутренних органов и является постоянным очагом интоксикации сенсibilизации организма. Особо важную роль в профилактике заболеваний органов дыхания имеет организация всевозможных подвижных игр и прочих физических упражнений на открытом воздухе. Так, как при регулярных занятиях резко изменяется число заболеваний дыхательных путей (тонзиллитов, бронхитов), а также сильно улучшается осанка детей, снижается лишний вес у детей, страдающих ожирением.

Процесс игры связан с приятными для детей физическими и двигательными действиями так, как в игре постоянно имеется что-то новое, ранее неизвестного. Потому что одна и та же игра, если даже она часто повторяется, не схожа с предшествующими варианты, действия ее игроков

различны. Даже одно ожидание предстоящей игры дает детям положительные эмоции.

С помощью игрового метода учитель может быстро создать радостную атмосферу общения, побудить у детей желание скорее включиться в предложенную деятельность. При этом неверно думать, что в игровой ситуации, когда задания выполняются на игровой основе, не решаются нравственные проблемы. В подвижной игре, особенно коллективной или групповой, всегда подразумевается выполнение долга. Чувство чести, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

Игры, которые рекомендуются школьной программой, адресованы кроме решения образовательных, также и воспитательных и оздоровительных задач. Что имеет особую важность, так как всех, кто принимает участие в педагогике беспокоит гиподинамия детей. Двигательный режим ребенка очевидно сокращается со времени зачисления его в школу, что сопряжено с началом новой деятельности – учебы. Единственным средством профилактики гипокинезии детей может стать создание оптимального объема двигательной активности с правильной постановкой учебной и внеклассной работы по физической культуре в школе. Огромная роль принадлежит здесь и подвижной игре – естественному виду живой и непосредственной деятельности, любовь и привычка к которой закладывается с раннего детства.

Проблемами данной темы занимались такие ученые и педагоги, как М. А. Бутко, Н. В. Васягина, И. П. Волчок, А. А. Демчишин, А. Г. Капустин, Т. М. Максимова и многие другие.

Новизна исследования состоит в том, что на основе анализа научно-методической литературы по проблемам теории осмысления влияния подвижных игр на физическое развитие ребенка, мы постараемся обобщить опыт внедрения новых форм обучения на примере преподавания в младших

классах основного образовательного учреждения. Особенно пристально рассмотрим такие важные для нас аспекты, проблемы, как требования к современным подвижным играм на уроках физкультуры и переменах, рабочей программе, учебникам, рекомендованным и прошедшим государственную экспертизу.

Объект исследования: процесс развития физических качеств у детей младшего школьного возраста при помощи подвижных игр.

Предмет исследования: организация и проведение подвижных игр на уроках физической культуры, как фактор повышения физических качеств обучающихся младших классов.

Цель исследования – раскрыть особенности физического развития детей младших классов при помощи подвижных игр.

Рабочая гипотеза: организация и проведение подвижных игр будет способствовать развитию физических качеств у учащихся младшего школьного возраста. Применение методики занятий подвижными играми различной направленности (по развитию физических качеств) на уроках физической культуры и во внеурочное время у учащихся младших классов, позволит повысить уровень их физической подготовленности.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические основы влияние подвижных игр на физическое развитие младших школьников.
2. Изучить методику применения подвижных игр на уроках физической культуры для физического развития детей младшего школьного возраста.
3. Разработать сравнительный анализ развития физических качеств и физической подготовленности учащихся опытных групп.

Методы исследования: анализ научной и методической литературы; естественно-педагогические исследования, эмпирические методы: изучение и обобщение опыта социально-педагогической работы с школьниками младшего возраста при приобщении их к социокультурным нормам, традициям общества и государства.

Структура дипломной работы: работа состоит из введения, двух глав, подразделяющихся на отдельные параграфы, заключения, списка используемой литературы и приложений.

Организация и проведение педагогического исследования

Укрепление здоровья детей, а особенно младших школьников является приоритетной, тем более в нашей школе, мы выполняем эту задачу самыми доступными средствами и методами. В школе имеется спортзал, в котором имеется все спортивное оборудование. К году здоровья нами был приобретен весь недостающий спортивный инвентарь, поэтому вот уже в течении нескольких лет, мы стараемся следить за спортивными достижениями учеников, а в некоторых случаях и помогать учащимся осваивать спортивные навыки. Помимо занятий непосредственно на уроках физической культуры, мы разработали дыхательную гимнастику, которые непосредственно проводит учитель той или иной дисциплины, а также проводим различные спортивные развлечения.

Такая работа, привела нас к тому, что мы решили, провести эксперимент, влияние подвижных игр на физическое развитие младших школьников, для этого, весь спектр намеченных мероприятий мы включили в план школы. Исследование мы проводили в три этапа.

Первоначальный этап включал изучение специальной литературы по теме, опыт коллег. Нами было просмотрено и проанализировано более 65 источников.

Изучены результаты работы ведущих педагогов, которые непосредственно трудились над решением задач по укреплению здоровья.

Мы считаем, что сейчас как никогда, проблема физического развития детей стоит как нельзя очень остро. В школе ответственность несет прежде всего учитель физической культуры, от того насколько профессионально и грамотно учитель подходит к выполнению поставленных задач, а именно воспитание здорового поколения, планирование каждого урока с учетом физических особенностей каждого учащегося. Конечно, необходимо и сотрудничество с медицинским работником школы, но что делать, если такового нет. Как учителю разработать правильный план занятий физкультуры. Именно по этим причинам и решили провести эксперимент, с младшими школьниками, как влияют подвижные игры на физическую активность ребенка.

На втором этапе, перед нами стояла задача отобрать участников для нашего эксперимента. Отбор осуществлялся среди учащихся в возрасте 8-9 лет, нами было отобрано 30 детей младшего школьного возраста.

Далее мы провели ряд тестов, для выявления уровня физической подготовки по контрольным испытаниям, согласно действующей программе по физическому воспитанию детей младшего школьного возраста.

Тестирование проводилось следующим образом:

1. **Челночный бег 3 x 10 метров.** В забеге принимают участие один-два человека. Перед началом бега на линию старта для каждого кладут два кубика. По команде «На старт» участники выходят к линии старта. По команде «Внимание» они наклоняются и берут по одному кубику. По команде «Марш» бегут к финишу, кладут кубик на линию, не останавливаясь, возвращаются за вторым кубиком и также переносят его на линию финиша. Бросать кубики запрещается. Секундомер включают по команде «Марш» и выключают в

момент, когда кубик касается пола. Результат фиксируется с точностью до 0,1 сек.

2. **Прыжок в длину с места.** Выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела. Ученику предоставляется три попытки. В зачет записывается лучший результат.

3. **Метание набивного мяча 1 кг (см)**

Стойка ноги врозь; руки согнуты над головой, бросок на дальность « Кто дальше бросит?» (поставить ориентир – мяч, кубик, кеглю). Ученику предоставляется три попытки. В зачет записывается лучший результат.

4. **Метание малого мяча 150 г. (м)** Метание спортивного снаряда (весом 150 г) на дальность проводится на стадионе или любой ровной площадке в коридор шириной 15 м. Длина коридора устанавливается в зависимости от подготовленности участников. Метание выполняется с места или прямого разбега способом "из-за спины через плечо". Другие способы метания запрещены. Участнику предоставляется право выполнить три броска. В зачет идет лучший результат. Измерение производится от линии метания до места приземления снаряда. Спортивные снаряды разработаны специально для применения на спортивных соревнованиях и имеют специфическую форму и оптимальный вес, обеспечивающие наилучшую дальность полета.

5. **Метание мяча в цель с 6 м** производится с расстояния 6 м в закрепленный на стене гимнастический обруч (диаметром 90 см). Нижний край обруча находится на высоте 2 м от пола. Ученику предоставляется право выполнить пять бросков. Засчитывается количество попаданий в площадь, ограниченную обручем.

6. **Прыжки через скакалку за 30 сек количество раз.** Упражнение выполняют с вращением скакалки вперед на количество выполненных прыжков

за 30 сек. При задевании ног скакалкой и вынужденной остановке участник продолжает прыжки.

Результаты педагогического исследования

Таблица 5. Результаты экспериментальной группы.

Упражнения	Средний результат		
	В начале исследования	В конце исследования	Улучшение результата (%)
«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	10,43	9,6	0,7%
Прыжок в длину с места (см)	135,8	151,4	15,6%
Метание набивного мяча (см)	219	338	36%
Метание малого мяча 150 г (м)	12,8	14,98	2,2%
Метание мяча в цель с 6 м	3	4,6	1,5%
Прыжки со скакалкой за 30 сек.	30	36,5	6,4%

Таблица 6. Результаты контрольной группы.

Упражнения	Средний результат		
	В начале исследования	В конце исследования	Улучшение результата

			(%)
«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	10,54	9,92	0,62%
Прыжок в длину с места (см)	131,9	141,4	9%
Метание набивного мяча (см)	209,6	223	13%
Метание малого мяча 150 г (м)	10	11,15	1,3%
Метание мяча в цель с 6 м	3	4,2	1,2%
Прыжки со скакалкой за 30 сек.	28,5	33,5	5%

Успешное решение задач развития физических качеств во многом зависит от возможностей осуществления своевременного и правильного контроля за подготовленностью занимающихся. В связи с этим широкое распространение получила методика контрольных испытаний, проводимых с помощью различных нормативов, проб, упражнений и тестов. Их применение позволяет преподавателям определить состояние тренированности у занимающихся, уровень развития физических качеств и других показателей, позволяет, в конечном итоге, судить об эффективности применяемого метода развития физических качеств.

Таким образом, перед началом эксперимента было проведено тестирование, результаты занесены в протокол, группы подобраны так, что их данные примерно одинаковы. Результат по нормативам средний и ниже среднего уровня. С учетом этих показателей мы выбрали конкретные виды игр для экспериментальных групп на развитие физических возможностей.

Тестирование дало возможность определить уровень развития физической подготовки детей, на основании которого мы разработали программу для эксперимента, которая включала целый спектр занятий подвижными играми разнообразной направленности на уроках физической культуры для детей младшего школьного возраста.

Необходимо отметить, что в план занятий физической культуры было внесено дополнительно 3 часа, что позволило значительно увеличить использование на занятиях подвижных игр и упражнений для подъема степени физической подготовки, а также укрепление здоровья младших школьников. Считаем, что эти занятия поспособствовали развитию интереса к уроку физкультуры, а также привить желание и любовь к занятиям.

Как было упомянуто выше, к эксперименту привлекли 30 детей, из них 15 вошли в экспериментальную группу, а остальные 15 были отнесены к контрольной группе, где методика не применялась, так как нам было необходимо выяснить результативность нашего эксперимента.

Для экспериментальной группы мы выбрали, такие виды подвижных игр, в которых учитывались степень подготовки младших школьников. Забегая вперед, скажем, что в конце эксперимента, мы провели контрольные испытания, которые дали возможность определить уровень физической подготовки и выводы.

Разрабатывая план занятий и подбор подвижных игр, мы руководствовались использованием таких игр, которые бы отвечали за развитие физических качеств. В первую очередь мы исходили из того, что главный компонент действия рассматривался с принципов двигательной установки, где качественные характеристики избираемых игр и упражнений находятся в изолированном соответствии с характером физических качеств. Благодаря такому подходу нами была установлена специфика качественной

направленности подвижных игр в виде некоторых правил, которые позволили более точно определить соответствие игр, направленных на развитие физических качеств.

Как отмечалось, выше невозможно формировать и развивать физические возможности детей, только учителю физкультуры, для этого нужен совместный план работы с медицинским работником. К счастью, в нашей школе имеется детский врач, так что мы совместно смогли проанализировать и выделить группы здоровья, так как эксперимент связан с подвижными играми, поэтому нам был нужен объективный анализ специалиста и разрешение на проведение действий с определенными группами детей. Таким образом, группы здоровья сформировались следующим образом:

1. дети с отличными функциональными показателями, естественным физическим развитием. Дети этой группы редко болеют, быстро без последствий справляются с заболеванием и имеют минимальное число пропусков по болезни.
2. дети, не имеющие хронических заболеваний. Однако у них низкие показатели мышечной силы, жизнеспособности легких, содержания гемоглобина в крови, могут наблюдаться небольшие отклонения со стороны зрения, речи, физического развития, осанки, сердечнососудистой системы, частые или длительные заболевания из-за сниженной сопротивляемости.
3. дети с хроническими заболеваниями в компенсированном состоянии. Эти дети состоят на диспансерном учете у педиатра или специалиста и получают регулярное лечение.

Чтобы у нас появилась возможность для соотнесения детей к той или иной группе здоровья, мы изучили и проанализировали состояние детей по 4 главным компонентам:

- имеются ли заболевания;
- степень физического и умственно-психического развития;
- каков уровень физических систем организма;
- иммунитет к вредным воздействиям окружающей среды.

В итоге для участия в эксперименте мы отобрали детей из 1 и 2 групп здоровья. Для ребят подобрали специальные игры, такие как лапта, пионербол и городки.

Сравнительный анализ развития физических качеств и физической подготовленности учащихся опытных групп в результате эксперимента.

Педагогический эксперимент был проведен на базе основной школы в МБОУ «ООШ села Сплавнуха» Красноармейского района Саратовской области в период с 01.10.2016 г. по 01.04.2017 г. В нем приняли участие учащиеся 2-3 классов в возрасте 8-9 лет общеобразовательной школы.

Главная цель педагогического эксперимента заключалась в том, чтобы экспериментально обосновать эффективность проведения подвижных игр «Лапта», «Пионербол», «Городки» у учащихся младших классов на развитие физических качеств и повышение их уровня физической подготовленности. Были сформированы экспериментальная и контрольная группы. В эксперименте доказывалась эффективность занятий подвижными играми у учащихся младших классов.

Для определения исходного уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста тестирование осуществлено в рамках занятий по физической культуре. Всем выполняемым упражнениям предшествовала разминка, которая включала ходьбу, бег, дыхательные подготавливающие упражнения. Детям дали две пробные попытки с настройкой на максимальный результат во время последней. В протоколы мы внесли лучший результат. При

оценке двигательных умений и физических качеств использовались количественные и качественные показатели.

В нашем эксперименте, в качестве тестовых упражнений предложили следующие задания:

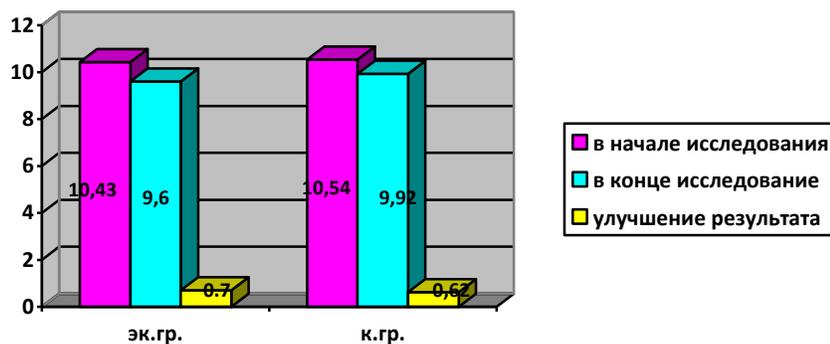
- скоростные способности бега на 30 метров с высокого старта;
- скоростно-силовые способности плечевого пояса измерим по расстоянию, на которое дети бросают двумя руками набивной мяч массой 1000г стоя ноги врозь, без шага вперед;
- скоростно-силовые способности нижних конечностей определим по результатам в прыжках в длину с места;
- ловкость, в связи с широким понятием, можно определять как ловкость в беге 3 x 10 м (челночный бег);
- скоростно-силовые способности прыжки через скакалку за 30 сек. количество раз.

Физическая подготовленность учащихся опытных групп претерпевала определенные изменения в зависимости от используемых упражнений и методов воздействия в занятиях подвижными играми. На протяжении всего исследования, изменения изучаемых показателей у детей экспериментальной группы имели положительную динамику.

Эффективность методики оценивалась посредством сравнения показателей физического развития и физической подготовленности детей экспериментальной и контрольной групп до и после проведения эксперимента. Как мы видим результаты по основным показателям стали намного лучше. Повышение представленных показателей физической подготовленности состояния за время проведения основного исследования следует рассмотреть в отдельности с целью получения более полной информации о полученных результатах исследования.

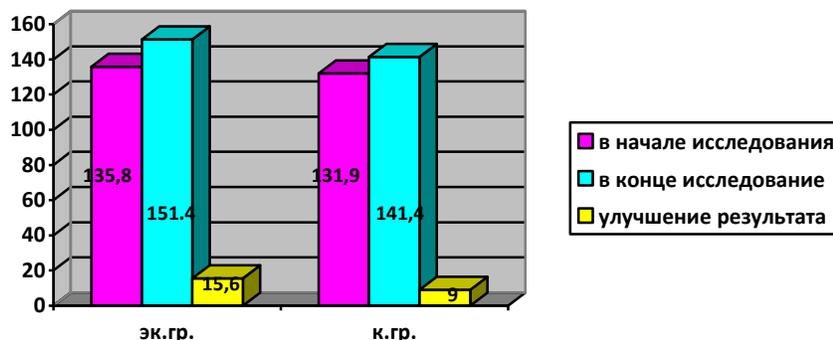
Челночный бег - ловкость, в связи с широким понятием, можно определять как ловкость в беге 3 x 10 м, а также как координационные возможности. В таблице видно, что у обучающихся показатели улучшились, мы считаем, что ребята научились правильно бегать, в результате предложенных нами игр, например игра «Лапта», где бег представлен и как челночный и с высокого старта. Увеличение показателя у экспериментальной группы $>0,7\%$, у 2 группы $>0,62\%$, мы видим, что увеличение показателей произошло на десятые доли секунд, что позволило экспериментальной и контрольной группой войти в норматив на оценку 4.

Рис. 1. Сравнительная диаграмма экспериментальной и контрольной групп теста «Челночный бег» 3x10 (сек.)



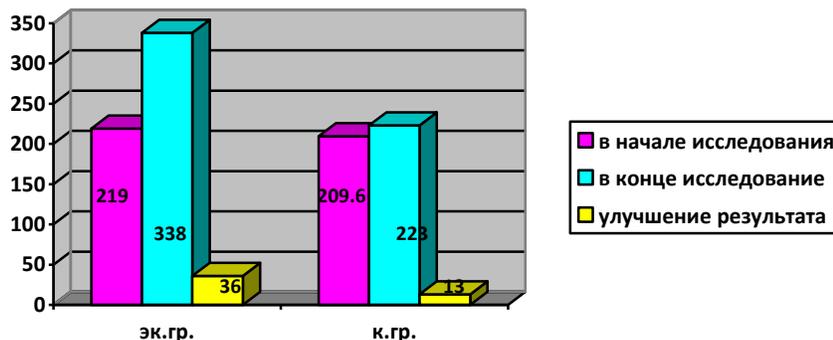
Скоростно-силовые показатели нижних конечностей, а именно прыжки в длину с места – у 1 группы $>15,6$ см., у контрольной группы не участвующей в эксперименте этот показатель изменился на > 9 см. Здесь, мы видим, заметно преимущество экспериментальной группы на $>6,6\%$.

Рис. 2. Сравнительная диаграмма экспериментальной и контрольной групп теста «Прыжки в длину с места» (см.)



Скоростно-силовые способности плечевого пояса, метание набивного мяча экспериментальной группы этот показатель заметно вырос, мы считаем, что в силу того, что ребятам пришлось по душе игра «Городки», особенно мальчикам, где метание биты основной элемент. Из сравнительной диаграммы видим, в целом, результаты этого теста в экспериментальной группе улучшились на 36%; в контрольной группе – на 13, что позволило экспериментальной группе войти в норматив на оценку «5», а контрольной группе на оценку «3».

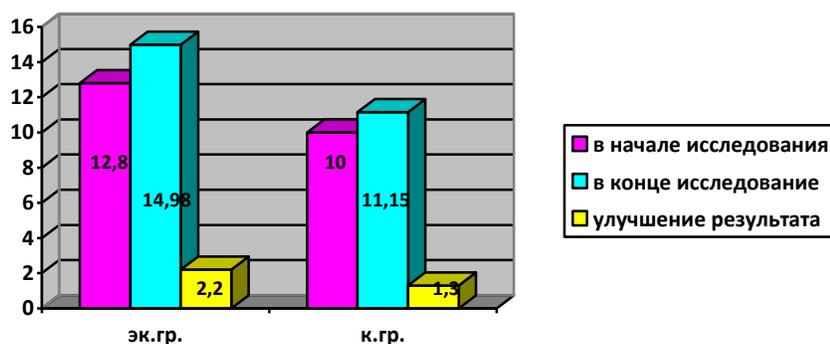
Рис. 3. Сравнительная диаграмма экспериментальной и контрольной групп теста «Метание набивного мяча» (см)



На рис. 4 представлена динамика результатов теста «Метание малого мяча» 150 г (м). Здесь, как и в предыдущих тестах, заметно преимущество

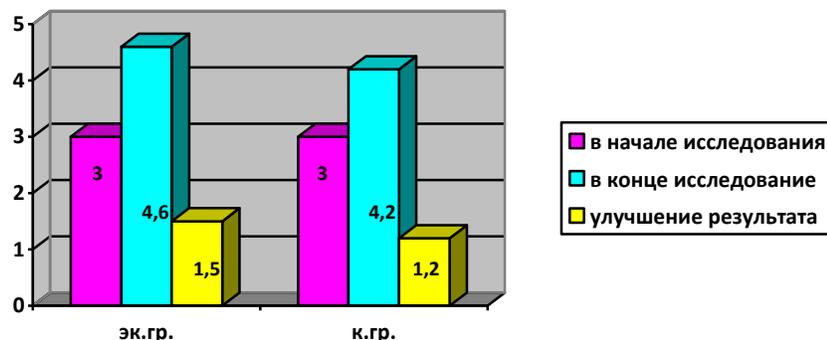
экспериментальной группы, чей средний результат на 0,9 % превысил аналогичные показатели контрольной группы. В целом, результаты этого теста в экспериментальной группе улучшились на 2,2%; в контрольной группе – на 1,3%.

Рис. 4. Сравнительная диаграмма экспериментальной и контрольной групп теста «Метание малого мяча» 150 г (м.)



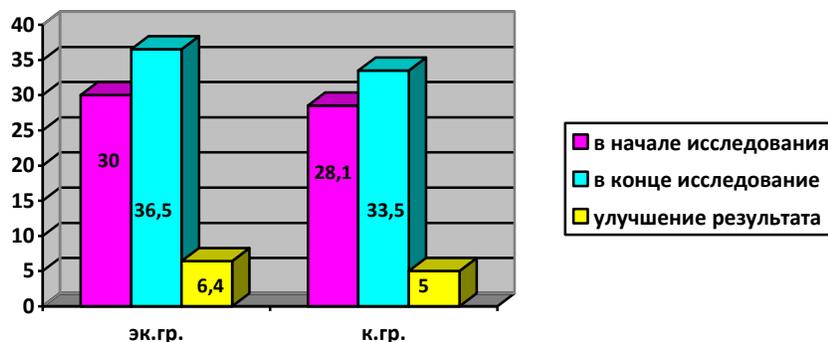
Как видно из диаграммы, средние показатели в экспериментальной группе незначительно превосходят результаты, показанные детьми контрольной группы. Метание в цель в двух группах плюс 1-2 попадание, что составило улучшение результата экспериментальной группы 1,5%; в контрольной группе 1,2 %.

Рис. 5. Сравнительная диаграмма экспериментальной и контрольной групп теста «Метание мяча в цель с 6 м»



Скоростно-силовые способности -прыжки через скакалку за 30 сек. количество раз, улучшение результата в среднем на 6 прыжков в экспериментальной группе. В контрольной группе результат улучшился на 5 прыжков, что не значительно отличается от экспериментальной группы.

Рис. 6. Сравнительная диаграмма экспериментальной и контрольной групп теста «Прыжки со скакалкой за 30 сек»



Анализируя результаты, мы пришли к выводу, что у ребят экспериментальной группы показатели стали значительно выше, чем у детей контрольной группы. Кроме, того необходимо отметить положительную динамику у контрольной группы в беге, прыжках в длину, метании, прыжках со скакалкой. Объясняем это, тем, что на основных занятиях физической культуры мы включили достаточно элементов легкой атлетики и подвижных игр на

закрепление основных изучаемых элементов. Кроме игр, которые применялись в контрольной группе на дополнительных занятиях физкультуры.

Метания мяча в цель, здесь у ребят в обеих группах наблюдалось увеличение показателя на 1-2 попадания. Как выяснилось, ребята из экспериментальной группы так были воодушевлены игрой в городки, что после занятий в школе, играли с ребятами из контрольной группы в «Городки».

Таким образом, эксперимент показал, что занятия такими играми как городки, пионербол, лапта – положительно влияют на результат количественных и качественных характеристик младших школьников. Эксперимент также показал, что необходимо включить эти игры на основных занятиях физической культуры.

Необходимо также отметить, что занятия физкультурой, а особенно в начальных классах основной образовательной школы, непосредственно влияют не только на развитие физических возможностей, но и на воспитание нравственного и духовного сознания, оказывают влияние на раскрытие творческих способностей, а также соблюдение правил здорового образа жизни.

ВЫВОДЫ

Анализ и обобщение материалов литературных источников по нашей теме, показывает, подвижные игры для детей младшего школьного возраста это отличный источник для формирования и развития физических возможностей детей. В литературе мы не нашли методики которая бы показывала у учащихся детей организацию самостоятельного выбора и использования подвижных игр, во внеурочное время, то есть за пределами стен школьного учреждения. Хотя, в результате нашего эксперимента, как было сказано в анализе, дети вне стен школы, организовали площадку для игры в «Городки», что существенным образом повлияло на результат в контрольной группе мальчиков.

Успешное решение задач развития физических качеств во многом зависит от возможностей осуществления своевременного и правильного контроля за подготовленностью занимающихся. В связи с этим широкое распространение получила методика контрольных испытаний, проводимых с помощью различных нормативов, проб, упражнений и тестов. Их применение позволяет преподавателям определить состояние тренированности у занимающихся, уровень развития физических качеств и других показателей, позволяет, в конечном итоге, судить об эффективности применяемого метода развития физических качеств.

Экспериментально установлено положительное влияние занятий подвижными играми на развитие физических качеств и показатели, характеризующие физическую подготовленность учащихся 2-3-х классов. Наблюдаемые положительные изменения связаны с тем, что учащимся экспериментальной группе были предоставлены подвижные игры, как городки, пионербол, лапта способствующие более рационально повысить уровень физической подготовленности детей. Положительная динамика, мы уверены, произошла благодаря именно внедрением этих игр, которые помогли увеличить степень физподготовки. Анализируя результаты, мы пришли к выводу, что у ребят экспериментальной группы показатели стали значительно выше, чем у детей контрольной группы. Кроме, того необходимо отметить положительную динамику у контрольной группы в беге, прыжках в длину, метании, прыжках со скакалкой. Объясняем это, тем, что на основных занятиях физической культуры мы включили достаточно элементов легкой атлетики и подвижных игр на закрепление основных изучаемых элементов. Кроме игр, которые применялись в контрольной группе на дополнительных занятиях физкультуры.

Метания мяча в цель, здесь у ребят в обеих группах наблюдалось увеличение показателя на 1-2 попадания. Как выяснилось, ребята из экспериментальной группы так были воодушевлены игрой в городки, что после занятий в школе, играли с ребятами из контрольной группы в «Городки».

Исследование также показало, что необходимо включать эти игры на основных занятиях физической культуры.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акмайкин А. И. Подвижная игра как средство развития двигательных качеств и социальной адаптации личности / Акмайкин А. И. // Дополнительное образование и воспитание. - 2015. - № 11. - С. 36-39
2. Аначев Н. Поиграть давно пора в игры нашего двора: игровая программа для младшего и среднего школьного возраста / Н. Аначев // Сценарии и репертуар. - 2015. - № 1. - С. 3-11.
3. Анисимова М. В. Подвижные (динамические) перемены / М. В. Анисимова, И. С. Бегун // Справочник классного руководителя. - 2015. - № 6. - С. 38-42.
4. Баршай В. М. Физкультура в школе и дома / В.М. Баршай. - Ростов н/Д: Феникс, 2015. - 256 с.
- a. Блонский П. П. Психология младшего школьника / П. П. Блонский. – М.: МОДЭК, 2017. – 574 с.
- b. Бродская С. Л. Возрастная психология в вопросах и ответах / С. Л. Бродская. - М.: КноРус, 2016. - 255 с.
5. Бутко М. А. Повышение двигательной активности детей младшего школьного возраста на основе интеграции её модернизированных форм в процессе образовательной деятельности / М. А. Бутко // Физическая культура в школе. - 2015. - № 6. - С. 56-62.
6. Васягина Н. В. Подвижные игры как средство повышения двигательной активности / Н. В. Васягина ; Саратов. нац. исслед. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. - Саратов: Издательство Саратовского университета, 2016. - 99 с.
- a. Вергелес Г. И. Младший школьник: Помоги ему учиться: кн. для учителей и родителей / Г. И. Вергелес, Л. А. Матвеева, А. И. Раев. - СПб.: Союз, 2017. - 158 с.

7. Волков Б. С. Психология младшего школьника / Б. С. Волков. – М.: Академический Проект, 2015. – 207 с.
8. Волчок И. П. Подвижные игры младших школьников / И. П. Волчок. - СПб: ПИТЕР, 2017. - 73 с.
а.Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский ; под ред., авт. вступ. ст. В. В. Давыдов. - М.: Педагогика, 2014. - 479 с.
9. Гаврилов Е. А. Русская лапта на уроках физической культуры / Е. А. Гаврилов, О. В. Юречко // Физическая культура в школе. - 2015. - № 7. - С. 25-28.
10. Гендин А. М. Состояние и факторы развития физической культуры и здорового образа жизни школьников. - Красноярск : КГПИ, 2015. - 215 с
11. Глейberman А. Н. Игры для детей / А. Н. Глейberman. - М.: Физ-ра и спорт, 2016. - 280 с.
12. Горниевский В. В. Теория и практика физической культуры / В. В. Горниевский. – СПб.: ПИТЕР, 2015. – 245 с.
13. Двигательная подготовленность младших школьников как средство привития интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями / В. А. Романов [и др.] // Теория и практика физической культуры. - 2017. - № 1. - С. 28.
14. Демчишин А. А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А.А. Демчишин, В.Н. Мухин, Р.С. Мозола. - М.: Физ-ра и спорт, 2016. - 168 с.
15. Дмитриев Л. Улыбнитесь - это физкультура!: как формировать положительное отношение к уроку: в начальных классах / Л. Дмитриев // Спорт в школе - Первое сентября. - 2014. - № 7/8. - С. 38-39.
16. Жуков М. Н. Подвижные игры: учеб. для студ. пед. вузов / М.Н. Жуков. - М.: Академия, 2015. - 160 с
17. Иванов Ю. И. Играйте на здоровье: Подвиж. игры, нар. забавы, аттракционы,

- игровые поединки / Ю. И. Иванов, Э. И. Михайлова. - М.: Московская правда, 2015. - 91 с.
18. Игры на свежем воздухе / авт.-сост. В. Н. Дмитриев. - М.: Изд. Дом МСП, 2014. - 240 с.
19. Капустин А. Г. Влияние технологии игровой деятельности на психическую сферу учащихся / А. Г. Капустин // Физическая культура в школе. - 2015. - № 8. - С. 40-42.
20. Капустин А. Г. Игровая деятельность на уроках физической культуры / А. Г. Капустин // Физическая культура в школе. - 2015. - № 6. - С. 38-43.
21. Капустин А. Г. Развитие физических качеств средствами игровой деятельности / А. Г. Капустин // Физическая культура в школе. - 2016. - № 1. - С. 15-19.
22. Колмакова Я. Веселые переменки: дежурство по школе: учебный проект по организации подвижных игр на переменах для 3-4 классов / Я. Колмакова, П. Петрова, М. Маковская // Спорт в школе - Первое сентября. - 2014. - № 11. - С. 12-13.
23. Коротков И. М. Подвижные игры детей / И. М. Коротков. - М.: Педагогика, 2016. - 154 с.
24. Кузнецов В. С. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Метод. пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2016. - 182 с.
25. Кукис Л. М. Русская лапта на уроке физической культуры / Л. М. Кукис, Г. Г. Курмаев // Физическая культура в школе. - 2013. - № 2. - С. 8-10.
26. Лебедева Н. Т. Двигательная активность в процессе обучения младших школьников: книга для учителей / Н. Т. Лебедева. – СПб.: Питер, 2015. – 319 с.
27. Ломейко В. Ф. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры в 1-10 классах / В. Ф. Ломейко. – М.: Педагогика, 2015. – 71 с.
28. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / В.И. Лях. - М.: ТВТ Дивизион, 2016. - 288 с.

- 29.Максимова А. 570 игр для умных детей / А. Максимова. - Ростов н/Д: Феникс, 2017. - 351 с.
- 30.Максимова Т. М. Физическое развитие детей России: определение путей обобщающей оценки и выявления проблемных ситуаций в росте и развитии подрастающего поколения / Т. М. Максимова, Н. П. Лушкина // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. - 2013. - № 4. - С. 3-7
- 31.Малыхина М. Во что играли наши прабабушки / М. Малыхина // Здоровье детей - Первое сентября. - 2013. - № 4. - С. 62-63.
- а.Младший школьник как субъект педагогического воздействия: межвуз. сб. научн. тр. / Ленингр. гос. пед. ин-т им. А.И.Герцена ;
- Редкол.: Г.И.Вергелес. - М.: АКАДЕМИЯ, 2015. - 131 с.
- 32.Мюллер И. П. Моя система для детей: физическое развитие детей / И. П. Мюллер. - М.: Интерграф Сервис, 2015. - 74 с.
- 33.Патрикеев А. Радость движения: подвижные игры для первоклассников / А. Патрикеев // Спорт в школе - Первое сентября. - 2014. - № 3. - С. 25-29.
- 34.Пашнина В. М. Игры и физкультминутки для веселых ребят / В. М. Пашнина // Педсовет. - 2014. - № 7. - С. 14-15.
- а.Педагогическое наследие: Я. А. Коменский, Д. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Г. Песталоцци / сост., вступ. ст. и коммент.: В. М. Кларин, А. Н. Джурицкий. - М.: Педагогика, 2015. - 414 с.
- 35.Плотникова И. И. Опережающий подход в физическом воспитании учащихся начальной школы / И. И. Плотникова, Г. Я. Галимов, М. Д. Кудрявцев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - № 1. - С. 20-22.

36. Подвижные игры, спортивные аттракционы в школе и лагере: метод. рекомендации руководителям физ. воспитания и вожатым. - СПб: ПИТЕР, 2015. - 28 с.
- а. Попов В. А. История педагогики и образования / В. А. Попов ; под ред. В. А. Сластенина. - М.: Академия, 2016. - 204 с.
37. Смирнова Е. О. Игры младшего школьника / Е. О. Смирнова // Справочник педагога-психолога. Школа. - 2015. - № 5. - С. 64-72.
38. Сухомлинский В. А. О воспитании: выдержки из работ / В. А. Сухомлинский. - М.: Педагогика, 2016. - 269 с.
39. Физическое развитие, физическая подготовленность и работоспособность учащихся и молодежи / Баршай В. М., Бобкин А. И., Колякина Э. А. и др. - Ростов н/Д: РГПИ, 2017. - 68 с.
40. Физкультура в режиме продленного дня школы / под ред. С. В. Хрущева. - М.: Физкультура и спорт, 2016. - 112 с.
41. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: пособие для учителя / Под ред. А. М. Шлемина. - М.: Просвещение, 2015. - 143 с.
- а. Харламов И. Ф. Педагогика / И. Ф. Харламов.. - М.: Гардарики, 2015. - 516 с.
42. Цымбалова Л. Н. Подвижные игры для детей / Л. Н. Цымбалова. - Ростов н/Д: МарТ, 2014. - 192 с. :
43. Чичкова Г. М. Формирование навыков здорового образа жизни в урочной и внеурочной деятельности младших школьников / Г. М. Чичкова // Начальная школа плюс до и после. - 2013. - № 1. - С. 71-73.
- а. Я. Ф. Коменский, Д. Локк, Ж.-Ж. Руссо, И. Г. Песталоцци. Педагогическое наследие: сборник / Сост. В. М. Кларин, А. Н. Джуринский. - М.: Педагогика, 2016. - 416 с.