

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 физической культуры и спорта

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ МИНИ-ФУТБОЛОМ ВО ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

название темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студента 4 курса 42 к группы
направления (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование»
код и наименование направления (специальности)
факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности
наименование факультета, института, колледжа
Троицкого Владислава Игоревича
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель

профессор, доктор педагогических наук
должность, уч. степень, уч. звание

дата, подпись

Тимушкин А.В.
инициалы, фамилия

Заведующий кафедрой

доцент, кандидат педагогических наук
должность, уч. степень, уч. звание

дата, подпись

Викулов А.В.
инициалы, фамилия

Балашов 2018

Актуальность. Проблема физического воспитания во все времена была актуальной, но на современном этапе развития общества этот вопрос приобрел глобальный масштаб. Научно-технический прогресс, бурное развитие средств массовой информации, напряженная умственная работа в школе и дома вызывают у учащихся значительную перегрузку организма. Вместе с тем большую часть свободного времени они проводят, сидя за компьютерами. А это отрицательно сказывается на физическом развитии, общем состоянии здоровья, уровне физической подготовленности.

Эффективной возможностью нейтрализовать отрицательные явления, развивающиеся у младших школьников при продолжительном и напряженном умственном (учебном) труде, является активная и определенным образом организованная физкультурно-оздоровительная работа в школе не только на уроках физкультуры, но и во внеурочное время. Именно в младшем школьном возрасте закладываются основы физической культуры человека, формируются интересы, мотивации и потребности в систематической физической активности. В ряду наиболее результативных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время футбол и мини-футбол занимают значимое место.

Объект исследования: внеурочная деятельность детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: воспитание физических качеств детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности в спортивной секции по мини-футболу.

Цель работы: разработать программу внеурочной деятельности в секции мини-футбола, направленную на повышение физических качеств детей младшего школьного возраста, экспериментально проверить ее эффективность.

Задачи:

- охарактеризовать содержание и формы внеурочной работы по физическому воспитанию со школьниками;
- обозначить задачи и принципы организации внеклассной работы по физическому воспитанию с младшими школьниками;
- определить средства физического воспитания, используемые во внеклассной работе со школьниками;
- разработать программы физкультурной работы с младшими школьниками в секции мини-футбола, направленные на повышение уровня их физической культуры; провести экспериментальное исследование влияния занятий в секции мини-футбола на развитие физических качеств младших школьников.

Методы:

- анализ педагогической, методической литературы по проблеме исследования;
- метод синтеза и обобщения результатов информационного поиска;
- метод планирования внеурочной деятельности школьников;
- анкетирование;
- тестирование физической подготовленности;
- педагогический эксперимент;
- математико-статистическая обработка полученных данных

В первой главе **«Внеклассная работа с младшими школьниками»** определяются ***задачи внеклассной работы со школьниками*** и ее преимущества в развитии ребенка по сравнению с учебной работой (физическое совершенствование ребенка, раскрытие его индивидуальных способностей, обогащение личного опыта, приобретение необходимых практических умений и навыков, развитие у детей интереса к различным видам деятельности, обучение правилам сотрудничества в коллективе).

Соблюдение во внеклассной работе общепедагогических принципов способствует формированию у школьника положительной «Я-концепции»,

которая характеризуется тремя факторами: а) уверенностью в доброжелательном отношении к нему других людей; б) убежденностью в успешном овладении им тем или иным видом деятельности; в) чувством собственной значимости.

Исходя из особенностей внеклассной воспитательной работы, необходимо соблюдать определяющие **требования** к ней: при организации и проведении внеклассной работы обязательна *постановка цели*; перед началом необходимо определить *ожидаемые результаты*; необходимым условием является *оптимистический подход*, опора на лучшее в каждом ребенке, постоянный творческий поиск педагога или тренера, обладание высокими личностными качествами.

Во втором параграфе первой главы работы **«Формы физкультурно-спортивной работы со школьниками во внеурочное время»** характеризуется физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня школы с младшими школьниками, в режиме группы продленного дня, во внеурочное время, в группах по общей физической подготовке (ОФП), в специальных медицинских группах (СМГ), в группах лечебной физической культуры (ЛФК), в спортивных секциях.

Главной задачей в физическом воспитании младших школьников остаётся развитие координационных и скоростных способностей, а также гибкости, силовой и общей выносливости. Очень важным является создание предпосылок для развития интереса к занятиям физическими упражнениями, формирование личностного отношения ребёнка к физической тренировке, воспитание активной позиции в отношении к своему здоровью, крепости тела и закалке.

При этом важно осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в соответствии со специфическими **принципами физического воспитания** (сбалансированное повышение нагрузок; соответствие педагогических воздействий возрасту занимающихся;

системное чередование нагрузок и отдыха; постепенное наращивание нагрузок).

Задача подготовки учащихся к выполнению учебных нормативов занимает одно из центральных мест в учебной деятельности по физической культуре. Подготовка к сдаче учебных нормативов ведется не только на уроках физической культуры, но и на внеклассных и внешкольных занятиях по различным видам спорта, в работе спортивных секций.

Глава 2 «**Занятия мини-футболом во внеурочной деятельности**» содержит характеристику организации занятий с младшими школьниками в секции мини-футбола.

С 2005-2006 учебного года в России началось внедрение в школы страны Общероссийского проекта «Мини-футбол – в школу!».

Мини-футбол иначе называют футзалом, то есть футболом в зале, значит, секцию мини-футбола можно создать в спортивном зале школы, как это и осуществлено в практике МБОУ СОШ № 8 г. Щелково Московской области, что позволило организовать эксперимент по теме дипломного исследования на базе школы.

Целью организации тренировок в секции мини-футбола являлось укрепление физического здоровья, содействие нормальному физическому развитию, формирование устойчивой и осознанной потребности в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.

При этом ставились **задачи**:

- формирование понятия «ценность здоровья», мотивации к здоровому образу жизни;
- обучение технике и тактике мини-футбола;
- укрепление опорно-двигательного аппарата, совершенствование вегетативных функций и сенсомоторных координаций;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- первичный отбор и ориентация по видам спорта, формирование фонда знаний в области физической культуры и спорта.

Благодаря своему особому воздействию на физическое развитие, мини-футбол, как и футбол, служит хорошим средством общей физической подготовки младших школьников. Разнообразный бег с изменением направлений, различные прыжки, богатство самых разнохарактерных по структуре движений тела, удары, остановки и ведение мяча, проявление быстроты движений, развитие волевых качеств, тактического мышления – всё это позволяет считать мини-футбол такой спортивной игрой, которая формирует и совершенствует многие ценные качества ребёнка, так необходимые ему в его жизнедеятельности.

Процесс обучения в мини-футболе складывался из нескольких взаимосвязанных **этапов**, где каждый последующий обуславливался предыдущим:

- создание представлений об изучаемом двигательном действии;
- первичное освоение в облегченных, то есть неигровых условиях;
- овладение двигательными действиями в постепенно усложняющихся условиях, в которых последовательно моделируются типовые игровые ситуации;
- закрепление осваиваемых двигательных действий в специально организуемой игре;
- совершенствование двигательных навыков в условиях соревнований.

Обучение техническим приемам проводилось в следующей последовательности:

- общее ознакомление с приемом;
- разучивание приема в упрощенных условиях, формирование начального умения игрока;
- разучивание приема в усложненной обстановке, уточнение системы движений;
- закрепление приема, совершенствование навыков.

Схема разучивания игровых приемов строилась в соответствии с закономерностями формирования двигательного навыка.

Сформировав элементарные знания и навыки в технике игры, следует начинать **обучение тактике**. Тактическая подготовка - это процесс овладения занимающимися теоретическими основами тактики и навыками их использования как в тактике атаки, так и в тактике обороны. Важным разделом тактической подготовки как полевых игроков, так и вратаря являлось овладение практическими элементами спортивной тактики:

- целесообразными средствами и способами соревновательных действий, обеспечивающими эффект спортивной борьбы;
- способами рационального раскрепощения сил в процессе соревнований;
- приемами психологического воздействия на соперников и маскировки собственных намерений;
- приемами целесообразных действий, направленных на обеспечение безопасности ворот.

Грамотная реализация физических, технических и тактических средств в процессе тренировок позволяет добиваться намеченных результатов в обучении младших школьников в секции мини-футбола, что подтверждает экспериментальное исследование.

Исследование проводилось в течение 2015/2016, 2016/2017 учебных годов и первой половины 2017/2018 учебного года на базе секции мини-футбола младших школьников МБОУ СОШ № 8 г. Щелково Московской области, где автор исследования работает учителем физкультуры. В эксперименте участвовало 15 школьников начальных классов. Занятия проводились два раза в неделю по два часа.

Эксперимент проходил в три этапа.

В 2015/2016 учебном году изучались теоретические источники по теме исследования, осуществлялось знакомство с опытом работы предшественников по организации секции мини-футбола младших школьников и первое знакомство с составом участников экспериментальной секции мини-футбола, определялись цели и задачи предстоящего исследования и проводились тренировочные занятия. В сентябре 2015 года

проведено анкетирование членов секции (15 мальчиков), а также первичное тестирование и замеры с целью констатации исходных физических качеств членов секции.

В 2016/2017 учебном году осуществлялись текущие тренировки и подготовка к участию в муниципальных соревнованиях по мини-футболу. В сентябре 2016 года осуществлены вторые замеры данных физических показателей участников секции для оценки изменений физических способностей занимающихся (силовых, скоростных, координационных способностей, общей выносливости и гибкости), достигнутых в результате первого года тренировок.

В сентябре 2017 года проведены в третий раз замеры физических показателей членов секции, систематизированы и обработаны полученные данные, на основе чего были сформулированы выводы. Также в декабре было проведено тестирование на знание правил игры и истории мини-футбола, что позволило выяснить образовательный уровень игроков в области мини-футбола.

Задачами эксперимента являлось:

- выявить исходный уровень развития физических способностей (силовые, скоростные, координационные способности, выносливость и гибкость.), а также внешкольные интересы учащихся;
- разработать программу занятий в секции мини-футбола для младших школьников;
- проследить влияние занятий мини-футболом на уровень развития физических способностей младших школьников в ходе эксперимента;
- выяснить уровень владения членами секции теоретических знаний по правилам игры и истории мини-футбола.

Физические качества, технические и тактические знания, навыки и достижения членов секции прослеживались в процессе тренировок, при сдаче нормативов по физической культуре, в участии юных спортсменов в соревнованиях по мини-футболу.

На первом этапе эксперимента было проведено анкетирование по анкете «Мотивация занятий физической культурой и спортом». В результате анкетирования были выявлены и интересы школьников, и их слабые стороны (отсутствие регулярных зарядок, малоподвижный образ жизни большинства во внеурочное время), а также минимальные познания в области истории футбола и мини-футбола.

Также на первом этапе эксперимента (сентябрь 2015/2016 учебного года) важно было выявить исходные физические данные членов секции (второклассников) и их соответствие нормативам за 1-й класс. С этой целью было проведено первичное тестирование по определенному блоку упражнений, определяющих двигательные физические возможности младших школьников. 15 членов секции должны были сдать нормативы по 8 упражнениям (прыжок в длину с места (см), челночный бег 3x10 м (сек.), прыжки со скакалкой за 1 мин., поднимание туловища за 1 мин., наклон вперед сидя (см), бег 30 м (сек), подтягивание в висе (раз), многоскоки (8 прыжков), (м) - то есть в итоге получены 120 результатов.

Результаты сдачи нормативов свидетельствовали о необходимости целенаправленно заниматься в процессе тренировок дальнейшим развитием скоростно-силовых способностей членов секции, их выносливости, ловкости, маневренности, чувства ритма, что и предпринималось в ходе эксперимента.

Процесс обучения младших школьников в секции мини-футбола осуществлялся в соответствии с разработанной на три года программой тренировочных занятий, его условно можно разделить на три этапа.

На первом этапе (2015-2016 учебный год) школьники знакомились с историей мини-футбола, им прививались умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечивалась разносторонняя физическая подготовка, сообщались элементарные теоретические сведения по правилам игры и истории мини-футбола.

На втором этапе (2016/2017 учебный год) ставились задачи расширения круга изучаемых технических приемов и тактических действий,

формирование умений выполнять изученные приемы в усложненных условиях.

На третьем этапе (сентябрь-декабрь 2017/2018 учебного года) особое внимание уделялось развитию тех физических качеств, которые необходимы для овладения сложными техническими приемами, групповыми и командными тактическими действиями. Также значительно расширился объем теоретических знаний, совершенствовалась психологическая устойчивость.

В ходе эксперимента мониторинг физических данных членов секции проводился по названному блоку трижды, что позволило сравнивать результаты и проследить эффективность разработанной программы обучения в секции. Результаты отражены в сравнительной таблице.

Сравнительные результаты тестирования по нормативам

Результаты	Тестирование		
	Исходное	Повторное	Итоговое
Отличные	41 (34,2%)	43 (35,8%)	66 (55%)
Хорошие	46 (38,3%)	53 (44,2%)	44 (36,7%)
Удовлетворительные	25 (20,8%)	22 (18,3%)	10 (8,3%)
Неудовлетворительные	8 (6,7%)	2 (1,7%)	0

Как показали результаты итогового тестирования (сентябрь 2017 года), мини-футбол в комплексном развитии школьников младших классов может совершенствовать функциональную деятельность организма, обеспечивать правильное физическое развитие, формировать положительные навыки и черты характера, стремление к достижению высокого результата: барьер положительных оценок состояния физических качеств, соответствующих нормативам, преодолели все члены секции, а суммарные отличные и хорошие показатели итогового тестирования по сравнению с исходным увеличились на 19,2% (в исходном – 72,5%, в итоговом – 91,7%).

В процессе тренировок младшие школьники должны были приобрести не только практические навыки по технике и тактике игры, но и теоретические знания.

В декабре 2017 года игрокам были предложены 20 тестов на знание правил игры и истории мини-футбола (к примеру: «Где обозначается отметка для пробития мини-футбольного пенальти?», «Как называется прием, который вводит мяч в игру?», «В какой стране Европы первыми стали играть в мини-футбол?», «Чья юниорская сборная команда по мини-футболу завоевала путевку на Олимпиаду 2018 года в Аргентине?» и др.).

Правильный ответ на каждый тест оценивался 5 баллами. Всего в тестировании можно было набрать 100 баллов. Шкала оценок: «3» - до 40 баллов, «4» - от 45 до 80 баллов, «5» - 85-100 баллов.

Результаты тестирования: из 15 членов секции оценку «5» получили 4(26,7%), оценку «4» - 9(60%), оценку «3» - 2(13,3%) учащихся.

В тренировочном процессе важную роль для проверки физических качеств, овладения техническими и тактическими правилами мини-футбола играл соревновательный момент как в ходе тренировок, так и при участии в соревнованиях.

В декабре 2015 года команда участвовала в соревнованиях среди школьных команд по мини-футболу, заняла 6 место среди 22 команд. В мае 2016 года команда участвовала в соревнованиях по мини-футболу на кубок Главы Щелковского муниципального района и заняла 4 место среди 20 команд. В мае 2017 года команда второй раз участвовала в соревнованиях по мини-футболу на кубок Главы Щелковского муниципального района и заняла 2 место среди 15 команд.

Реализация в ходе эксперимента намеченных в дипломной работе задач по теме исследования позволяет утверждать, что целенаправленные систематические занятия младших школьников в секции мини-футбола вносят значительный вклад в укрепление здоровья и физической подготовленности подрастающего поколения, создают реальную возможность для отбора талантливых юных футболистов не только для мини-футбола, но и для ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.