

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**
Балашовский институт (филиал)

Факультет физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Кафедра физической культуры и спорта

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

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
Панькина Григория Андреевича

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
профессор кафедры физической культуры и спорта,
доктор педагогических наук _____ А.В. Тимушкин
(подпись, дата)

Зав. кафедрой физической культуры и спорта
кандидат педагогических наук,
доцент _____ А.В. Викулов
(подпись, дата)

Балашов 2019

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Физическое воспитание для детей младшего школьного возраста является неотъемлемой частью всей учебно-воспитательной работы школы и занимает важное место в жизни обучающихся подготовке к общественно полезному труду.

Работа в школе по физическому воспитанию отличается большим многообразием форм, которые требуют проявления такого качества как: организованность, что содействует воспитанию активности, находчивость и конечно же организационных навыков. Физическое воспитание способствует содействию всестороннего развития школьников.

Физическое воспитание детей младшего школьного возраста имеет свою специфику, обусловленную их анатомо-физиологическими и психологическими особенностями, а также приспособлением к новым условиям. С началом новых учебных занятий значительно растет нагрузка в теоретической сфере и в связи с этим ограничивается их двигательная деятельность, все меньше времени дети проводят на открытом воздухе. В связи с этим правильная организация уроков физического воспитания в младшем школьном возрасте является необходимым условием для всестороннего гармоничного развития личности ученика, и способствует повышению его умственной работоспособности.

Цель работы: разработать программу внеурочной деятельности младших школьников с использованием средств физической культуры.

Объект исследования — учебно-воспитательный процесс в общеобразовательном учреждении.

Предмет исследования — физическая культура во внеурочной деятельности со школьниками младших классов.

Задачи:

- 1) показать особенности физического воспитания детей младшего школьного возраста;
- 2) определить формы и средства воспитания детей младшего

школьного возраста;

3) разработать программу физического воспитания младших школьников условиях внеурочной деятельности.

Методы исследования: анализ научной, педагогической, методической литературы по проблеме исследования, синтез и обобщение результатов информационного поиска по теме исследования; метод анкетирования.

Структура работы. Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных литературных источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе **«Физическое воспитание детей младшего школьного возраста»** описываются формы физического воспитания школьников, показаны особенности физического воспитания детей младшего школьного возраста.

Физическое воспитание школьников осуществляется в процессе преподавания учебной дисциплины «Физическая культура». Основной формой физического воспитания является урок физической культуры, на котором решаются образовательные, оздоровительные, воспитательные задачи, а также задачи обеспечения безопасности жизнедеятельности детей в современных условиях. Уроки физической культуры тесно взаимосвязаны с внеклассной, массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в младших классах. Обучение и воспитание детей являются основными направлениями деятельности педагога в педагогическом процессе. К основным компонентам педагогического процесса относят цель, задачи, содержание, средства, методы и формы взаимодействия педагогов и школьников. Обучение и воспитание детей проводятся в процессе учебной деятельности, внеклассных и внешкольных занятий физической культурой и спортом. Наряду с традиционными формами физического воспитания в

последнее время используют альтернативные формы физического воспитания детей. Они включают в себя: интегрированные уроки, уроки-сказки, сюжетные уроки, соревнования, мини турниры, флешмобы, уроки с использованием технических средств, мультимедиа и т.д. Благодаря этим формам, ученики быстрее и лучше усваивают учебный материал. Введение в школьную программу альтернативных форм организации физического воспитания вносит разнообразие в учебный процесс и помогает развивать личностные качества ребёнка.

Во второй главе **«Организация физического воспитания школьников во внеурочное время»** описываются современные подходы к формам физического воспитания во внеурочное время; определяется отношение детей младшего школьного возраста к процессу физического воспитания; разрабатывается программа физического воспитания младших школьников во внеурочное время.

Внеклассная работа и внеурочная деятельность по физической культуре дает возможность ученику проявлять интерес к физической культуре и развивать различные физические качества. Эта деятельность организуется после уроков в свободное для учащихся время.

Формы внеклассных и внеурочных занятий должным образом реализуются в кружке физической культуры, в группах ОФП, в спортивных секциях. Одним из важных факторов при проведении внеклассных и внеурочных занятий является место, где проходят эти занятия. При проведении занятий на улице учитывается время года, погодные условия и температурный режим. С учащимися младших классов (1 и 2 классы) рекомендуется в начале занятий проводить простые игры, с несложными правилами. Это могут быть сюжетные игры. Объяснение игры следует проводить образно, кратко, четко.

Для того, чтобы узнать отношение детей младшего школьного возраста к процессу физического воспитания, на базе МОУ «СОШ с. Хоперское Балашовского района Саратовской области» мы провели анкетирование

младших школьников на тему «Отношение учащихся школы к занятиям физической культурой и спортом». Анкета состояла из 8 вопросов. В анкетировании приняли участие 20 учеников второго класса.

В ответах на вопрос «Занимаешься ли ты в спортивной секции?» преобладали положительные ответы у 55% учащихся, отрицательно ответили 45% учащихся.

На вопрос «Участвуешь ли ты в спортивных соревнованиях класса, школы?» положительные ответы дали 60% опрошенных, у 40% учащихся ответ был отрицательным.

Отвечая на вопрос: «Нравится ли тебе занятия физической культурой?» 90% учащихся ответили положительно, отрицательно — 10% обучающихся.

При ответе на вопрос: «Занимаешься ли ты каким-либо видом спорта вне урока физической культуры» 70% учащихся ответили, что занимаются физкультурой и спортом не только в школе, но и в свободное время, а 30% учащихся — только в школе.

Отвечая на вопрос: «Нравятся ли тебе уроки физкультуры», большинство учащихся (80%) ответили положительно, отрицательные ответы дали 20% учащихся.

При ответе на вопрос: «Есть ли у тебя дома книги по физкультуре и спорту», положительно ответили 20% опрошенных, у 40 % учащихся такие книги отсутствуют и 40% учащихся затруднились ответить на поставленный вопрос.

При ответе на вопрос: «Считаешь ли ты урок физкультуры таким же важным, как и все остальные» 60% учащихся ответили положительно, 20% учащихся затруднились в выборе ответа и 20% учащихся не придают данному уроку важность и значимость в сравнении с другими предметами.

Профессионализм, высокий уровень организации уроков физической культуры, удовлетворенность данными уроками в нашем учебном заведении отметили 80% учащихся, затруднялись ответить или воздержались — 20% школьников.

Программа физического воспитания для обучающихся 2 класса во внеурочное время рассчитана на 34 занятия по 1 часу в неделю. Основу программы составляют подвижные игры, в ходе которых развиваются физические качества учащихся.

Рабочая программа «Подвижные игры» МОУ «СОШ с. Хоперское Балашовского района Саратовской области» составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО).
3. Положение о порядке разработки рабочей программы по учебным предметам (курсам) в начальной школе в соответствии с ФГОС НОО.
4. Основная образовательная программа начального общего образования в соответствии с ФГОС НОО МОУ «СОШ с. Хоперское Балашовского района Саратовской области»

Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Подбор оборудования и инвентаря определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий. Формы занятий должны быть полностью построены на игровых ситуациях обучающего характера с использованием спортивного инвентаря и без него.

Распределение часов внеурочной деятельности (таблицы 1, 2)

свидетельствует о построении занятий «от простого к сложному», что позволяет учителю физической культуры знакомить детей с играми в соответствии с их возрастными возможностями.

Таблица 1. Годовой план внеурочной работы с обучающимися начального общего образования

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	Основы знаний и умений в различных жизненных ситуациях	Во время занятий
2.	Строевые упражнения	Во время занятий
3.	Общefизическая подготовка	Во время занятий
4.	Подвижные игры	34
	Всего:	34

Таблица 2 — Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся 2 года обучения

№ п/п	Тема	Цель занятия	Кол-во часов	Место проведения
Игры с элементами легкой атлетики				
1	«Осенний марафон»	Формирование ЗОЖ через активное участие в соревнованиях	1	Стадион
2	Игра «Чай-чай выручай»	Развитие быстроты и ловкости, формирование чувства коллективизма	1	Площадка
3	Игра «День и ночь»	Совершенствование быстроты реакции на слуховые сигналы	1	Площадка
4	Игра «Вызовы»	Воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки	1	Площадка
5	Игра «Гонка мячей по кругу»	Совершенствование навыков ловли и передачи мяча, развитие быстроты реакции и ориентировки	1	Стадион
6	Прыжки в длину	Развивать навык прыжков на одной и двух ногах	1	Площадка
7	Игра «Караси и щука»	Воспитание быстроты, ловкости, ориентировки, смелости, коллективности действия	1	Спортивный зал
8	Игра «Кто выше?»	Развитие внимания, ловкости; умения соблюдать правила ТБ	1	Спортивный зал, площадка
9	Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик»	Усвоение ритма выполнения последних трех шагов разбега при прыжке в высоту и отталкивании	1	Спортивный зал
10	Игра «К своим флажкам»	Развитие быстроты, формирование умения ускорять и замедлять бег	1	Спортивная площадка
11	Игра «Пустое место»	Развитие быстроты, формирование умения ускорять и замедлять бег	1	Спортивная площадка

Игры с элементами ритмической гимнастики				
12	Игра ««Веселые ладошки»»	Совершенствовать навык детей в перестроениях; развивать чувство ритма	1	Спортивный зал
13	Игра «Веселый зоопарк»	Развивать умение передавать движения животных в ритмичном танце	1	Спортивный зал
14	«Красивая спина»	Развитие правильной осанки, умения правильно ходить	1	Спортивный зал
15	Игра «Дружные ребята»	Проверить координацию движений ребёнка	1	Спортивный зал
16	Игра «Веселый сапожок»	Разучивание нескольких базовых шагов под счёт, составление небольших связок из движений	1	Спортивный зал
17	Игра "Непоседы"	Разучивание комплекса составленного совместно с детьми	1	Спортивный зал
18	Игра «Веселый сапожок»	Разучивание нескольких базовых шагов под счёт, составление небольших связок из движений	1	Спортивный зал
19	Игра "Непоседы"	Разучивание комплекса составленного совместно с детьми	1	Спортивный зал
20	Игра "Непоседы"	Разучивание комплекса составленного совместно с детьми	1	Спортивный зал
21	Игра «Ритмическая мозаика»	Закрепление движений комплекса под музыку, работа над выразительностью выполнения движений комплекса	1	спортивный зал
22	Игра «Зайцы в огороде»	Развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	Спортивная площадка
Подвижные игры				
23	Игра «Защита укрепления»	Развивать двигательную активность, умение сотрудничать	1	Снежная площадка
24	Игра «Класс, смирно!»	Усвоение строевых команд и перестроения, воспитание внимания и быстроты реакции.	1	Спортивный зал, площадка
25	Броски мяча в корзину	Развитие меткости	1	Спортивный зал
26	Игра «Боулинг»	Развитие меткости, внимания	1	Спортивный зал
27	Игра «Картошка»	Развивать быстроту реакции, умение ловить мяч	1	Площадка
28	Соревнование по прыжкам через скакалку	Развивать умение прыгать через скакалку	1	Площадка
29	Игра «Веселые пингвинята»	Развивать умение быстро передвигаться с мячом	1	Спортивный зал
30	Игра «Солнышко»	Развивать умение высказывать свое мнение, приходить к единству; уважать чужое мнение	1	Площадка
31	Игры по выбору	Развитие интереса к играм и	1	Спортивный

	учащихся	коммуникативных способностей		зал, площадка
32	Игры по выбору учащихся	Развитие интереса к играм и коммуникативных способностей	1	Спортивный зал, площадка
33	Игры и эстафеты с мячами	Развитие умения быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре	1	Спортивный зал, площадка
34	Игра «Попади в цель»	Развивать глазомер, ловкость	1	Площадка

Реализация программы внеурочной деятельности с использованием средств физической культуры позволит реализовать принципы всестороннего и гармоничного развития личности, прикладного характера обучения и его оздоровительной направленности. Благодаря тому, что содержание данной программы направлено на всестороннее и гармоничное воспитание детей, проведение подвижных игр будет способствовать воспитанию таких качеств личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Физическое воспитание школьников осуществляется в процессе преподавания учебной дисциплины «Физическая культура». Основной формой физического воспитания является урок физической культуры, на котором решаются образовательные, оздоровительные, воспитательные задачи, а также задачи обеспечения безопасности жизнедеятельности детей в современных условиях. Уроки физической культуры тесно взаимосвязаны с внеклассной, массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работой в младших классах. Обучение и воспитание детей являются основными направлениями педагогического процесса, осуществляемыми в процессе учебной деятельности, внеклассных и внешкольных занятий физической культурой и спортом. Наряду с традиционными формами физического воспитания детей в настоящее время используют альтернативные формы.

Такие формы представлены интегрированными уроками, уроками-сказками, сюжетными уроками, мини турнирами, флешмобами, уроками с использованием технических средств, мультимедиа и т.д. Применяя нестандартные подходы, ученики быстрее и лучше усваивают учебный материал. Введение в школьную программу альтернативных методов воспитания вносит разнообразие в формы организации учебного процесса и помогает развить личностные качества ребёнка.

Младший школьный возраст совпадает с периодом интенсивного развития функциональных систем организма детей. В этом возрастном периоде необходим большой объем двигательной активности, что не может быть обеспечено только уроками физической культуры. Поэтому необходимо вовлекать детей в дополнительную кружковую и внеурочную деятельность. В процессе этой деятельности ребенок сможет восполнить недостаток двигательной деятельности.

Внеклассная работа и внеурочная деятельность по физической культуре дает возможность ученику проявлять интерес к процессу физического воспитания и способствовать развитию различных физических качеств. Внеурочная и внеклассная деятельность проводится после уроков в свободное для учащихся время.

Нами разработана и предлагается к реализации во внеурочной деятельности с младшими школьниками программа «Подвижные игры». Она составлена на основе действующих нормативных документов: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО); Основная образовательная программа начального общего образования в соответствии с ФГОС НОО МОУ «СОШ с. Хоперское Балашовского района Саратовской области».

Программа рассчитана на 34 занятия по 1 часу в неделю Основу этой программы составляют подвижные игры, в ходе которых развиваются физические качества учащихся. Цели и задачи данной программы:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать;
- воспитание чувства ответственности за принятые решения;
- развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся начального общего образования.