

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра методологии образования

**Подвижная игра как средство  
физического развития дошкольников в ДОО**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса группы 421  
направления 44.03.01 Педагогическое образование  
профиля «Дошкольное образование»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**Васильевой Ксении Алексеевны**

Научный руководитель:  
канд. пед. наук, доцент

\_\_\_\_\_

подпись , дата

Ю.Ю. Колесниченко

Зав. кафедрой  
доктор пед. наук, профессор

\_\_\_\_\_

подпись , дата

Е.А. Александрова

Саратов 2019

## ВВЕДЕНИЕ

В современном мире развитие технологий обрело необыкновенный рост. Этот прогресс необходим для того, чтобы качественно улучшать жизнь человека, экономить время и силы, удовлетворять потребности к максимальному комфорту и удобству. Помимо технических устройств сейчас существует множество сервисов, призванных упростить жизнь современного человека. Например, личный транспорт становится доступным как никогда ранее. Всё вышеперечисленное является причиной того, что стиль и образ жизни современного человека становится всё менее подвижным, и, соответственно, повседневная активность, так же как и потребность в ней, снижается. Это явление носит название гиподинамии — болезни нашего времени, которой подвержены как взрослые, так и дети. В XXI веке стали более востребованы интеллектуальные профессии, поэтому детей с самого раннего детства ориентируют на образование. Родители чаще выбирают для своих детей дошкольного возраста кружки с интеллектуальной направленностью, жертвуя физкультурно-оздоровительной деятельностью. Вместе с развитием и изменением современного мира изменяется государственная политика в сфере образования, содержание и структура образовательного процесса, модели воспитания в семье. Сейчас много говорят и пишут об успехах современных детей, их интеллектуальных способностях. Эти сдвиги в лучшую сторону только нас радуют. Но в это же время катастрофически увеличивается количество детей с ослабленным здоровьем, множество детей имеют замедленное психическое развитие, фонетические и тяжёлые нарушения речи, а также расстройства морально-волевой сферы.

В области физического развития, как и в других аспектах жизни для детей важную роль играют взрослые. Только своим примером родитель может некоторые ритуалы проработать в привычку для ребенка. Делать зарядку по утрам, гулять и бегать на свежем воздухе,

Изучение здоровья детей дошкольного возраста и разработка эффективных методик, направленных на его укрепление, в настоящий момент являются комплексной проблемой, от которой зависит будущее нации и государства.

В последнее время наблюдаются значительные изменения процесса физического воспитания в дошкольном учреждении, связанные как с ухудшением состояния здоровья детей, так и с внедрением большого числа образовательных и оздоровительных инновационных технологий. В этих условиях особую роль играет профессиональная компетентность педагога, так как только грамотная организация занятия физическими упражнениями может гарантировать реализацию прав дошкольников и их родителей в области физической культуры.

Объект исследования – физическое развитие детей дошкольного возраста в ДОО.

Предмет исследования – подвижная игра как средство физического развития дошкольников в ДОО.

Цель исследования – изучить возможности подвижных игр в физическом развитии дошкольников.

С учетом объекта, цели и предмета исследования были определены задачи:

- представить теоретические основы проблемы физического развития дошкольников;
- описать роль подвижных игр в физическом развитии дошкольников;
- выяснить важность подвижной игры как средства физического развития дошкольников;
- дать характеристику формам, методам и средствам физического развития дошкольников.

Методы исследования:

– теоретический анализ (психолого-педагогической, методической литературы, обобщение данных по проблеме, изучение методических руководств);

– общенаучные методы: (сравнительный анализ, системный метод, анализ, классификация, обобщение метода)

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух разделов, списка использованных источников, который содержит 24 материала, и трёх приложений.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

Актуальность данного исследования определяется тем, что физическое развитие детей имеет важнейшее значение для гармоничного развития ребенка во всех сферах жизни.

Проблема физического развития у детей дошкольного возраста является принципиально важной. Происходящие изменения образа жизни современного общества обуславливают необходимость модернизации в направлении физического развития детей, укрепления здоровья.

Все вышесказанное обусловило выбор темы выпускной квалификационной работы «Подвижная игра как средство физического развития дошкольников в дошкольной образовательной организации».

Объект, предмет, цель и задачи исследования представлены в самой ВКР, поэтому разрешите приступить к изложению основной части работы.

В теоретической части работы мы рассмотрели формы, методы и средства физического развития, а также подвижную игру как средство физического развития детей дошкольного возраста. Проанализировав литературу по данной

теме, мы пришли к выводу, что физическое развитие - динамический процесс роста (увеличение длины и массы тела, развитие органов и систем организма и так далее) и биологического созревания ребёнка в определённом периоде детства.

В области физического развития в ДОО применяются: формы (физкультурные занятия, различные физкультурно-оздоровительные мероприятия, организация деятельности по физическому воспитанию в ежедневной жизни); методы (специфические: (метод строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод, метод круговой тренировки; общепедагогические (название упражнения, описание, объяснение, указания, команды, вопросы к детям); практические (показ физических упражнений, имитация). Также мы выявили значимость гигиенических факторов в процессе физического развития и роль и организация совместной деятельности с родителями.

В ходе анализа мы выяснили, что подвижная игра представляет собой важное средство физического воспитания детей дошкольного возраста. В силу интереса, забавности и непринуждённости подвижных игр обеспечивается полная вовлечённость детей в процесс деятельности. Прежде чем начать проводить игру, воспитатель нужно ознакомить детей с инструкцией и правилами к ней. Также важно подбирать игры, опираясь на возраст детей и возможности их физики. Потому что это позволит гармонично и без перегрузки обеспечить положительное влияние на их развитие.

Подвижная игра — это незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. В педагогической науке подвижные игры рассматриваются как важнейшее средство всестороннего развития ребенка. Всегда ценно то, что делается добровольно, без принуждения. Вот такую свободу действий дошкольник реализует в

подвижных играх, которые являются передовым методом формирования физической культуры.

В практической части с целью обобщения опыта, нами было проанализировано множество статей педагогов по проблеме нашего исследования. Большое внимание привлекло экспериментальное исследование на базе ДОО «Детский Сад №10» г. Зеленогорска. Обратили внимание со стороны подробного раскрытия всех деталей и нюансов эксперимента, а также наглядностью итогов. В детском саду базируются 2 разновозрастные группы (от 4 до 7 лет) и существует практика круглосуточного пребывания детей на территории детского сада.

Эксперимент проводился воспитателем 2 разновозрастной группы Гук Ириной Геннадьевной. За основу были взяты такие показатели физического развития ребенка как быстрота и ловкость.

Способность осуществлять двигательную деятельность за короткий для данной ситуации промежуток времени. Данным определением обозначается физическое качество быстрота.

Ловкость определяется как способность быстро и точно отзываться на неожиданно появляющиеся ситуации, опытное владение движениями в трудных переменчивых ситуациях.

Для исследования было сформировано две группы: экспериментальная (5 детей) и контрольная (5 детей). Дети обеих групп принадлежат возрастной категории 6-7 лет.

Организация эксперимента проходила по следующей схеме: предварительное тестирование - проведение экспериментальных занятий с активным использованием подвижных игр - контрольное тестирование. Ответственным за тестирование назначена Бордовская О.И. – инструктор по физическому воспитанию ДОО.

На констатирующем этапе эксперимента проверялся уровень физической подготовленности детей, которое соответствует новым санитарным правилам для дошкольной организации.

Данные эксперимента показали, что на выполнение упражнений потребовалось: скорость бега на 10м. 2,4-1,8, 30м – 8,9-7,3; прыжок в длину 77,7-123; челночный бег 10,5-12,1; обегание препятствий 5-6.

В формирующем этапе эксперимента Ириной Геннадьевной по плану в экспериментальной группе проводились занятия, направленные на повышение уровня развития психофизических качеств.

Дополнительные занятия были организованы воспитателем и проводились по 35 минут. Использовался комплекс подвижных игр, направленных на совершенствование навыка быстроты и ловкости.

Подвижные игры, способствующие развитию быстроты и ловкости: *Успей поймать, Бери скорее, Бабочки и стрекозы, Догони, Конь – огонь, Передай мяч, Канатоходец, Коршун и наседка, Перемени предмет, Кто скорей.*

После проведенной Ириной Геннадьевной опытно-экспериментальной работы направленной на формирование быстроты и ловкости у детей наблюдаются изменения. В конце эксперимента детям экспериментальной и контрольной групп были предложены контрольные испытания, определяющие уровень физической подготовленности. По итогам диагностики выявились различия по всем применявшимся тестам. Контрольная группа: бег 10м –2-2,3; 30м – 6,9-8,; прыжок в длину 102,5-122; челночный бег 10-11,8; обегание препятствий 4,6-5,9. Экспериментальная группа: скорость бега на 10м. 1,4-1,8, 30м – 6,1-7,3; прыжок в длину 111,5-140,1; челночный бег 9-10,8; обегание препятствий 4,3-5,3.

При рассмотрении показателей физического развития можно отчётливо увидеть их изменения в течение эксперимента. Выявлено – по всем измерениям к концу исследования в экспериментальной группе наблюдается прирост. Это подтверждает положительное влияние подвижных игр на физическое развитие ребенка.

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.

Таким образом, проведенное исследование в ДОО «Детский сад №10» позволило сделать вывод об эффективности использования предложенной методики физического воспитания с активным использованием подвижных игр.

На базе эксперимента, проведенной в детском саду нам захотелось составить программу, при реализации которой у дошкольников повышался рост физического развития.

Поэтому мы предлагаем программу по ЗОЖ «Быстрые, ловкие смелые!», которая базируется на основе общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

Целью программы мы установили: укрепление, развитие и сохранение уровня физического развития детей, путём использования подвижных игр. Повышение эффективности здоровьесберегающей деятельности в ДОО путем организации здоровьесберегающего педагогического процесса, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям ребенка, способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Нами были сформированы задачи программы:

- Повышение уровня профессионализма педагогов в области здоровьесбережения, с помощью повышения качества методической работы.
- Создавать правильное отношение семьи, воспитателей и воспитанников, а также прививать чувство ответственности к сохранности собственного здоровья.
- Учитывать индивидуальные и возрастные особенности детей при выборе оздоровительных технологий.
- Осуществлять рост и сохранность физического развития в свободное от занятий время, путём внедрения подвижных игр.

– Подбирая подвижные игры, нужно учитывать физические и возрастные особенности ребенка дошкольного возраста.

С полным списком задач вы сможете ознакомиться на странице 36.

Для реализации программы в детском саду мы выявили требования по условиям:

– физкультурный зал, который оборудован необходимым инвентарём: тоннели, полоса препятствий из мягких модулей, гимнастические скамьи, спортивные маты; гимнастическая стенка, ребристые доски, мячи, обручи, канаты и другое необходимое оборудование. Обеспечить высокую моторную плотность физкультурных занятий поможет количество и качество спортивного инвентаря и оборудования;

– «Комната самочувствия», в которой имеется библиотека. В ней можно ознакомиться с методической литературой о ЗОЖ, а также повесить эффективность своей работы по сохранению здоровья своих воспитанников.

– «Уголок движения». В каждой группе, а также беседке на улице располагается уголок, в котором помещён нужный инвентарь для подвижных игр: скакалки, мячи, обручи, теннисные ракетки и т.д. Это позволит необходимым предметам быть в шаговой доступности для детей и воспитателей, а также уменьшит вероятность потери инвентаря т.к. не нужно за ними идти к педагогу по физической культуре или выносить из группы на улицу.

В данной программе реализуется внедрение подвижных игр (в целях физического развития) в режимные моменты дня: НОД, прогулка, свободная деятельность детей. Подвижные игры очень любят дети и поэтому, нам это сможет помочь в организации их двигательной деятельности.

Далее мы подробно описали режим двигательной активности детей, а также систему использования здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

Таким образом, мы выявили, что подвижная игра оказывает положительное влияние на физическое развитие детей дошкольного возраста,

доказана результатами обобщения опыта по педагогической практике. Подвижная игра является средством физического развития у дошкольников.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В системе работы ДОО физическое развитие занимает особое место. В результате гармоничного физического развития у ребенка укрепляются основные функции его организма: иммунитет, работа опорно-двигательного аппарата, ловкость, быстрота, выносливость, сила, координация движений и т.д. И эти показатели необходимы не только в дошкольном возрасте, а также во время школьного обучения и дальнейшей взрослой жизни.

Практика показывает, что многие дети не могут добиться успехов в сдаче спортивных нормативов или на тренировках по профессиональному спорту, не по причине плохой техники движений, а в силу плохого развития основных двигательных функций.

С этой стороны одним из эффективных средств физического развития выступают подвижные игры. Ненавязчивость, универсальность, привлекательность и эффективность метода помогает детям в непринуждённой форме достичь прогресса в физическом развитии своего тела.

Целью обобщения опыта по теме исследования было – выявить влияние подвижной игры на физическое развитие дошкольников. За основу были взяты такие основные физические качества как: быстрота и ловкость.

Способность осуществлять двигательную деятельность за короткий для данной ситуации промежуток времени. Данным определением обозначается физическое качество быстрота.

Ловкость определяется как способность быстро и точно отзываться на неожиданно появляющиеся ситуации, опытное владение движениями в трудных переменчивых ситуациях.

В практической части для рассмотрения данной проблемы мной была проанализирована работа воспитателя Гук Ирины Геннадьевны на базе ДОО №10 «Теремок» г.Зеленогорска Красноярского края.

В процессе проведения данного эксперимента были выделены две группы детей (экспериментальная и контрольная) в возрасте 6-7 лет. В каждой группе было по пять человек.

В первой части исследования были проведены тестовые задания, чтобы определить уровень развития навыка быстроты и ловкости у детей.

Ознакомившись с результатами проведенного теста, воспитатель подобрал комплекс подвижных игр, которые развивают данные качества. В основной части эксперимента Ириной Геннадьевной были проведены занятия, содержащие подвижные игры, направленные на развитие быстроты и ловкости.

После проведенного комплекса в экспериментальной группе были проведены повторно тестовые задания. В результате мы смогли пронаблюдать, что подобранный комплекс подвижных игр поспособствовал значительному приросту показателей физического развития дошкольников.

Во втором подпункте мы составили пример образовательной программы, в которой подвижная игра, как средство физического развития, внедрялась бы на протяжении всего дня.

Ознакомившись с научной литературой, экспериментами педагогов и составив пример образовательной программы, можно сделать вывод – подвижные игры можно считать достойным средством физического развития дошкольников в ДОО.