

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

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

Кафедра спортивных игр

**«ВИДЫ СПОРТИВНЫХ ИГР АДАПТИРОВАННЫХ ДЛЯ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА »**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 403 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Запьянкина Вячеслава Дмитриевича

Научный руководитель

старший преподаватель

_____ О.В. Дергунов

Зав. кафедрой

к.философ.н, доцент

_____ Р.С. Данилов

Саратов 2019

Введение

Актуальность курсовой работы. Спортивные игры представляют собой важнейший элемент в разнообразии средств физического воспитания детей дошкольного возраста.

Подвижные и спортивные игры положительным образом воздействуют на здоровье дошкольника, развивают двигательные качества, навыки, ритмичность и безошибочность движений, способствуют совершенствованию работы основных физиологических систем организма – нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, оптимизации физического развития детей, складыванию соответствующих морально-волевых качеств. Крайне значимым является то, что занятия спортивными играми и упражнениями благоприятствуют воспитанию у дошкольников позитивных свойств характера, формируют комфортные условия для складывания дружеских отношений в коллективе [31, с.15].

Ключевое место в физическом развитии и воспитании дошкольника отведено игре – ведущей форме деятельности в этот период. Она является качественным инструментом формирования личности ребенка, его морально-волевых и физических качеств. Воспитательная роль игры очень зависит от профессионализма тренера-воспитателя, от понимания им психологии дошкольника, учета его возрастных и личностных особенностей, от эффективного методического руководства взаимоотношениями воспитанников, от уровня организации и осуществления различных игр.

Подвижные игры со спортивными компонентами входят в актуальную программу физического воспитания всех учебно-воспитательных учреждений.

Цель выпускной квалификационной работы: изучить значение спортивных игр как эффективного средства воспитания у детей дошкольного возраста положительного отношения к спорту.

Для реализации поставленной цели необходимо выполнить ряд **задач**:

- определить место и значение спортивных игр в детском саду;
- раскрыть виды спортивных игр, адаптированных для детей дошкольного возраста (элементы баскетбола, футбола, бадминтона, городков, настольного тенниса, хоккея);
- изучить специфику осуществления спортивных игр с дошкольниками (компоненты техники, обучение способам действия, подводящие упражнения, организация игры);
- дать общую характеристику условиям осуществления спортивных игр в дошкольном образовательном учреждении.

Предметом исследования выпускной квалификационной работы является процесс проведения спортивных игр среди детей дошкольного возраста.

Объектом исследования выпускной квалификационной работы является дети 4-6 лет, занимающиеся в детской школе «Футболика».

Практическая значимость: материалы данной выпускной квалификационной работы можно рекомендовать для применения в своей профессиональной деятельности воспитателям, руководителям физического воспитания в дошкольных учреждениях.

Методы исследования: эксперимент, сравнительный анализ, анализ научно-методической литературы по проблеме исследования, синтез и обобщение полученных знаний.

Гипотеза исследования: проведение различных видов спортивных игр положительным образом повлияет на формирование и совершенствование физических качеств детей дошкольного возраста.

Структура выпускной квалификационной работы состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы.

Основное содержание работы

Принимая во внимание ключевые направления деятельности и задачи ДООУ, основываясь на результатах констатирующего этапа эксперимента, был спланирован и апробирован формирующий эксперимент.

Цель исследования: разработать и апробировать комплекс подвижных и спортивных игр, ориентированных на формирование и совершенствование физических качеств детей дошкольного возраста.

Формирующий эксперимент осуществлялся с детьми 4-6 лет детской школы «Футболика» экспериментальной группы в течение 4 месяцев (январь 2019 г. – апрель 2019 г.). В работе он отражен в виде перспективного плана различных подвижных игр во время проведения формирующего эксперимента.

Данный комплекс подвижных и спортивных игр сформирован так, чтобы в течение каждого месяца совершенствовались все ключевые двигательные навыки и физические качества. Он включает в себя принцип систематичности подбора игр, куда включены взаимосвязь знаний, умений и навыков детей, регулярность, планомерность, непрерывность в ходе спортивно-игровой деятельности.

В течение 4 месяцев запланировано более 10 подвижных и спортивных игр, из них в течении месяца разучивалось 2-3 новые игры. Каждая новая игра или элементы, повторялись в течение месяца 4-5 раз, исходя из ее трудности, что дает возможность детям хорошо понять правила игры, а также сохранить интерес к ней. Вместе с тем для поддержания интереса детей к подвижным и спортивным играм их содержание усложняется. В ходе всего эксперимента было установлено сотрудничество с педагогами групп. Воспитатели были ознакомлены с системой планирования игровых мероприятий, который был одобрен, принят ими и применялся в учебно-воспитательной деятельности.

На протяжении всего времени в группе были сформированы условия для игровых действий. Детям были предоставлены широкие возможности для

интенсивного использования имеющих у них способностей: прыгать и лазить по-разному, а не только как на занятиях; играть с мячом, метать разные предметы так, как они хотят. В группе и на участках предлагались пособия, стимулирующие различные движения детей: мячи, скакалки, вожжи, обручи, гимнастические скамейки, лесенки, мишени, и др. Кроме вышеуказанных пособий и предметов для осуществления подвижных игр применялось немало различных мелких пособий и игрушек, которые целесообразно применять как в помещении, так и на участке. Данные пособия дали возможность разнообразить игры детей, изменять условия осуществления двигательных заданий в подвижных играх. Воспитатели хвалили самостоятельные попытки овладения движениями, придумывания новых вариантов игр с пособием [19, с.91].

Педагоги с интересом подходили к введению в игровую деятельность детей подвижных игр и эстафет с интересным захватывающим сюжетом, постоянно наблюдали за игрой детей, по необходимости руководили игрой, участвовали в них, следили за правилами игры. С учетом физического состояния каждого ребенка в группе, воспитателями использовались такие приемы, как игровые сюрпризные моменты при сборе на игру, четкое последовательное объяснение игры, честное распределение ролей в игре, поощрение удачного исполнения, подсказ лучшего способа действия, пояснения, указания, личный пример, правильное варьирование и усложнение игр. Активное, заинтересованное участие педагогов в играх доставляло детям большую радость, создавало хорошую эмоциональную атмосферу, способствовало вовлечению в игру всех детей, активизировало их действия.

Этапы организации спортивных и подвижных игр в формирующем эксперименте был определен следующим алгоритмом:

а) формирование базы определенных физических качеств на основе разработанных нами комплексов спортивных и подвижных игр с учетом программных требований и подбор к каждой игре речевого материала;

б) построение подвижных и спортивных игр с учетом сложности движений и физических возможностей детей;

в) за основу был взят объем игр, рекомендованный программой физического воспитания дошкольного учреждения;

г) внедрение специальных атрибутов (шапочки, маски, костюмы), решающих задачи формирования мотивации к деятельности [21, с.44].

В течение четырех месяцев через подвижную игру были закреплены и развиты такие движения как: бег, прыжки, различные виды ползания, подлезание под предметами правым и левым боком вперед, бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; отбивание мяча о землю.

Также закреплялись движения через элементы спортивной игры баскетбол, волейбол. Они строились на упражнениях в прыжках, в беге задачи решались такие: совершенствовать навыки ведения мяча правой и левой рукой; воспитывать прыжковую выносливость; закреплять бег, отрабатывая непринужденную постановку корпуса и головы; совершенствовать навыки, закреплять навыки мягкого приземления на полусогнутые ноги в прыжках.

Приведем пример реализации разработанного плана.

Так, в январе, согласно программного содержания физкультурного занятия на первом этапе - закрепления и совершенствования - в детской школе «Футболика» находились такие движения как: бег «змейкой», по сигналу – смена ведущего; прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места; бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками; пролезание в обруч правым и левым боком.

Следовательно, в содержании подвижных игр были включены игровые упражнения: бег «змейкой со сменой ведущего (по сигналу) в игре «Автогонки» играющие друг за другом двигались, оббегая препятствия (крупные кубики), по сигналу бегущий впереди игрок должен уйти в конец «змейки». Если участник после сигнала не уступил место бегущему за ним – выбывает из игры.

Игровое упражнение ориентировано на совершенствование у детей двигательных навыков, внимания, быстроты реакции и координации движений.

Прыжки на двух ногах, благоприятствующие совершенствованию силы и выносливости были включены в игру «Лягушки и цапля», где один игрок (цапля) должен догонять остальных ребят (лягушат), лягушата убегают от цапли по кочкам, стараясь прыгать на двух ногах, в свои домики. Тот, кого поймали, выходит из игры. Игра осуществлялась в спортивном зале.

Бросание мяча и ловля его двумя руками – упражнение, развивающее ловкость рук (оно нужно при игре в волейбол, баскетбол и пр.). Данное упражнение отработывалось в игре «Ловишка с мячом» - стоя по кругу, играющие передают мяч со словами: «Раз-два-три – мяч скорей бери. Четыре-пять-шесть – вот он, вот он здесь. Семь-восемь-девять – бросай кто умеет». Тот, у кого на последнее слово оказался мяч, говорит «Я» и бросает мяч в разбегающихся детей. В игре фиксируется способность ориентироваться в пространстве, глазомер, мышечная сила рук и ловкость.

Для детей с низким уровнем подготовки давали индивидуальные занятия на отработку самых сложных для них компонентов: бег змейкой – индивидуально на малые расстояния; отбивание мяча – стоя и у стены; упражнения в парах. Весь первый месяц им было позволено просто осуществлять упражнения, а игра планировалась специально для данной подгруппы детей. Хорошим признаком было желание поиграть в интересные игры. Чаще всего это были игры с мячом, которые нравились мальчикам, девочки же лучше выполняли задание «бег змейкой» [22, с.90].

На втором этапе, в марте, нужно было отработать определенные двигательные навыки: бег с ускорением, прыжки на обеих ногах, бросок и ловля мяча, метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.

Для совершенствования этих двигательных навыков использовались определенные игры.

Целесообразно также сказать о том, что в экспериментальной группе подобную проблему решали углубленно. Воспитатели и родители отметили существенное воздействие разнообразных форм подвижных игр и эстафет, индивидуальных методов и приемов, на совершенствование физических качеств детей старшего дошкольного возраста. Поменялся общий эмоциональный фон в группе. Имеет место в данной ситуации активная физическая деятельность детей и педагогов – участников эксперимента.

Исследование дало возможность сделать вывод о том, что определенная цель формирующего этапа эксперимента реализована. По его завершению есть возможность полагать, что в результате использования подвижных и спортивных игр у детей дошкольного возраста увеличился уровень физической подготовленности и физического развития, стала лучше результативность двигательной деятельности, т.е. дети стали не просто много двигаться, но и овладели правильной техникой различных движений.

Таким образом, интенсивное применение подвижных и спортивных игр оказало определенное воздействие как на уровень овладения двигательными умениями, так и увеличило степень развития двигательных качеств – быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, дало возможность достигнуть более гармонического физического развития ребят.

Для реализации эффективности осуществленной работы проводился контрольный эксперимент.

Цель: проверка эффективности экспериментальной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста по складыванию и совершенствованию физических качеств.

Первый этап контрольного эксперимента. Контрольная стадия эксперимента осуществлялась по технологии подобно констатирующему этапу эксперимента в обеих группах, где с помощью существующих тестов дети диагностировались по количественным и качественным характеристикам. Тесты осуществлялись по подгруппам с принятием во внимание групп здоровья детей 4-6 лет, с применением упражнений

соревновательного типа, красочных пособий и физкультурного оборудования, инвентаря. Во всех тестах предоставлялось 2 попытки, и определялся результат. Сведения фиксировались в протоколе.

Второй этап эксперимента. По завершении обследования характеристики каждого дошкольника исследовались и сравнивались с нормативами. Анализ результатов контрольного этапа эксперимента позволил сделать вывод о том, что уровень развития ключевых движений существенным образом изменился у детей экспериментальной группы (№ 1), а в контрольной группе (№2) остался приблизительно на таком же уровне.

Анализ результатов данного экспериментального этапа позволяет сделать вывод о том, что у многих детей подобного возраста уровень сформированности основных движений увеличился. Например, в группе №1 из 20 детей, участвующих в эксперименте, идентифицировано следующее: высокий уровень основных движений, у 6 детей это равняется 1/3 от общего количества дошкольников, у 4 детей низкий уровень, что равняется 1/5 от общего количества дошкольников, средний уровень у 1/2 детей.

В группе №2, несмотря на то, что немало детей обладают высоким уровнем, результаты детей почти не поменялись, только у некоторых детей смогли развиваться отдельные технические составляющие, однако, это недостаточным образом оказало воздействие на итоговый результат.

Из испытуемых экспериментальной группы, обладающих низким результатом, были дети, имеющие слабые для их возраста характеристики скорости, испытывающие проблемы с набором скорости движения. Подобных дошкольников в экспериментальной группе наблюдалось 40%, на конец эксперимента было лишь 20%. Скоростно–силовые характеристики на низком уровне имеют место у 20% мальчиков и 22% девочек – это дети дегестивного типа телосложения, и нечасто посещающие детскую школу «Футболика». В контрольной группе 20% детей испытывали проблемы с

техникой бега и недостаточный уровень развития скоростных качеств. Их результаты значительным образом не поменялись – 25%.

Положительные качественные сдвиги по силовым и скоростным характеристикам случились у 10% мальчиков. Подобные изменения закономерны, т.к. активные игры и спортивные компоненты в них благоприятствуют складыванию данных качеств. У детей, которые на констатирующем этапе демонстрировали хорошие результаты по силе и скорости количественные характеристики выросли. Видно и совершенствование техники движений при беге у 60%, что оказало воздействие на рост скорости.

При осуществлении упражнений на меткость у детей с низкими характеристиками имело место максимальное количество при принятии исходного положения и, соответственно, слабый бросок и результат. Подобных дошкольников в группе №1 было 35%, а по завершению осуществленной работы стало 20%, тогда как в контрольной группе так же 20% детей имели низкий уровень метания. Меткость практически не улучшилась, прежде всего, получила развитие техника осуществления упражнения.

Дети экспериментальной группы, обладающие низкими характеристиками силовых качеств, таких было: девочек – 50%, мальчиков – 25%; а стало 25% и 10% соответственно. Данные дошкольники имели проблемы с принятием исходного положения, нескоординированностью движений конечностей, обладали слабым толчком. Они оптимизировали собственные характеристики и стали осуществлять бросок на более далекие дистанции. В группе №2 осталось также 25% детей, испытывающих проблемы с техникой броска, т.е. обладающих недостаточным уровнем развития силовых качеств.

Характеристики ловкости в группе №1 тоже поменялись – низкие были у 20% детей. По прошествии 4-х месяцев данная цифра снизилась до 10%. К последнему этапу эксперимента имеют место средние характеристики

ловкости у мальчиков – 60% и у девочек – 50%. У 15% детей были высокие показатели ловкости. На контрольном этапе данных дошкольников стало больше на 10%.

Самые высокие характеристики показали дошкольники о тестах на гибкость 20%, их характеристики выросли на 10%.

В экспериментальной группе эту проблему исследовали углубленно. Воспитатели, родители заметили существенное воздействие разнообразных форм спортивных игр и эстафет, индивидуальных методов и приемов, на совершенствование физических качеств дошкольников. Поменялся общий эмоциональный фон в группе. Помимо всего прочего, имеет место интенсивная физическая деятельность детей и педагогов – участников эксперимента.

Исследование дало возможность сделать вывод о том, что указанная цель формирующего этапа эксперимента реализована. К концу эксперимента целесообразно сделать предположение о том, что по итогам использования подвижных и спортивных игр у дошкольников увеличился уровень физической подготовленности детей и физического развития. У детей оптимизировалась результативность двигательной деятельности, т.е. дети стали как активно двигаться, так и овладели грамотной техникой ключевых движений. Подразумевается, что интенсивное применение подвижных и спортивных игр оказало влияние на уровень овладения двигательными умениями.

Анализ результатов позволил сделать также вывод о том, что темп увеличения развития ключевых движений у детей экспериментальной группы существенно выше, чем в контрольной группе. Прирост был реализован ввиду естественного роста и ориентированной системы физического воспитания.

Осуществленное исследование лишний раз доказывает, что динамичные и спортивные игры имеют важнейшее значение в развитии основных движений у дошкольников.

Анализ результата осуществленного исследования также доказывает, что процесс развития основных движений у дошкольников будет реализован качественнее и эффективнее, если педагог ориентированно применяет систематизированные, подобранные с принятием во внимание уровня трудности и индивидуальной специфики детей.

Комплексное совершенствование физических качеств играет ключевую роль для человека. Широкая возможность их переноса на всяческую динамичную работу дает возможность применять их в различных областях человеческой деятельности – в разнообразных трудовых процессах, в постоянно меняющихся средовых условиях.

Развитие телосложения и физиологических функций человека реализуется на основе комплексного совершенствования физических качеств и двигательных способностей, что, в результате, ведет к естественно-нормальному, неискаженному складыванию телесных форм. Эта задача предполагает исправление недостатков телосложения, воспитание верной осанки, пропорциональное наращивание мышечной массы, всех частей тела, содействие стабилизации соответствующего веса при помощи физических упражнений, достижение красоты тела.

Определив физические качества и раскрыв специфику их совершенствования у дошкольников, установлено, что физические качества играют колоссальную роль для физического развития дошкольника. Совершенствование основных физических качеств осуществляется в постоянном взаимодействии со складыванием двигательных навыков. Упражнения, ориентированные на совершенствование физических качеств, используются в четкой последовательности, входят в различные виды двигательной деятельности.

Исследовав физические упражнения как способ складывания и совершенствования физических качеств у дошкольников, можно говорить о том, что для их складывания и совершенствования нужно освоение ребенком основных движений. Они в сочетании с физическими качествами

совершенствуются как в повседневной работе, так и на специально проводящихся занятиях.

На базе диагностики физических качеств дошкольников была создана система динамичных и спортивных игр, благоприятствующих их совершенствованию.

В процессе исследования установленная цель реализована, задачи выполнены.

Итак, целесообразно говорить о том, что в результате использования динамичных и спортивных игр у дошкольников увеличился уровень физической подготовленности детей и их физического развития. Это обследование дает возможность сделать учебный процесс комплексным и ориентированным, а также должны сформировать педагогические условия: учет возрастной и индивидуальной специфики детей при подборе игр, реализацию соответствующего руководства подвижной игрой, применения разных форм игр с усложнением для совершенствования необходимых физических качеств.

Заключение

1. Спортивные игры – это формы игровых состязаний, чей фундамент представляют разнообразные технические и тактические приёмы поражения в ходе противоборства определённой цели спортивным снарядом (чаще всего им является мяч спортивный, целью — ворота, площадка и пр.).

2. В старших группах детского сада применяются спортивные игры по облегченным правилам, компоненты спортивных игр. Они интегрируются в том случае, когда дети уже самостоятельно организуют подвижные игры. Игры с компонентами спортивных игр требуют большей, чем в подвижных играх, собранности, организованности, наблюдательности, определенной, доступной детям, техники движений, интенсивной динамичной реакции. Они выбираются с принятием во внимание возраста, состояния здоровья, индивидуальной специфики дошкольника.

3. Спортивные игры укрепляют крупные группы мышц, совершенствуют психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость. В спортивных играх у дошкольника активизируется умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, оперативность мышления, осуществляется понимание своих действий. Ребенок учится согласовывать собственные действия с действиями товарищей; у него развивается сдержанность, самообладание, ответственность, воля и решительность; увеличивается его сенсомоторный опыт, развивается творчество.

4. Спортивные игры позволяют любому дошкольнику почувствовать значимость участия в комплексных мероприятиях, взаимопомощи для реализации результата и успеха, т.е. приучают дошкольников к универсальным ценностям человеческой жизни: доброте, коллективизму и пр.

5. Немало известных спортивных игр (футбол, хоккей, баскетбол, гандбол, теннис, бадминтон и пр.) принадлежат к сложным играм интенсивной подвижности с бегом, прыжками, метаниями и развитием ключевых физических качеств. Соответственно, спортивные игры требуют хорошего уровня развития основных движений и физических качеств.

6. На занятиях воспитатели и педагоги применяют теоретическую подготовку, где приводятся сведения на понятном для дошкольников уровне, например: история развития игр; национальные игры со спортивными компонентами; достижения и успехи России в этой спортивной сфере; беседы с дошкольниками о знаменитых спортсменах; показ фотографий, слайдов, видеофильмов, чтение книг на тему «Спортивные игры» с дальнейшим их анализом.

7. Важность обучения компонентам спортивных игр заключается в том, что спортивные игры благоприятствуют развитию деятельности основ физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), оптимизации физического развития, физической

подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых черт характера, формируют позитивную среду для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи, развивают интерес к физической культуре, потребность к самостоятельным занятиям, удовлетворяют биологическую потребность в движениях, воспитывает любовь к спорту.

8. Помимо практических занятий спортивными играми, складывающихся и совершенствующих у дошкольников ключевые формы движений и физических качеств, осуществляются теоретические занятия с ребятами.

Теоретические занятия, посвященные спортивным играм (беседы, просмотры кино- и видеофильмов, чтение книг и т.д.) сопровождаются дальнейшим анализом, в ходе которого дошкольники горячо и заинтересованно высказывают собственное мнение, защищают и отстаивают свою точку зрения, являются эффективным видом нравственного, эстетического, волевого воспитания, воспитания позитивного отношения к спорту.