

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ ИГРЫ В
ФУТБОЛ С УЧАЩИМИСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 424 группы

направление подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Турешева Айрата Манаповича

Научный руководитель
старший преподаватель

О.В. Дергунов

подпись, дата

Зав. кафедрой
кан. фил. наук, доцент

Р.С. Данилов

подпись, дата

Саратов 2020

Введение

В настоящее время, несмотря на разнообразие программ, внедряемых в школы, проблема совершенствования физического воспитания детей остается актуальной. Это подтверждается тенденцией ухудшения состояния здоровья, снижением уровня двигательной подготовленности детей школьного возраста. Специалисты указывают, что система физического воспитания детей функционирует недостаточно эффективно, и отмечают необходимость ее совершенствования как в плане традиционно используемых, так и внедрения новых средств, форм и методов занятий физическими упражнениями.

Актуальность исследования. В данном контексте особый интерес представляет использование игрового метода и упражнений из арсенала спортивных игр в системе физического воспитания детей младшего школьного возраста. Физкультурные занятия, построенные на использовании элементов спортивных игр, в частности футбола, и упражнений, в значительной степени способствуют повышению уровня физической подготовленности, физическому и психическому развитию, вызывают повышенный интерес к занятиям двигательной деятельностью у учащихся начальных классов.

Проблема исследования. Среди спортивных игр футбол является одним из популярных видов двигательной активности детей. В теории физического воспитания детей младшего школьного возраста методика обучения элементам игры в футбол является одной из наименее изученной. При этом возможности использования упражнений с элементами игры в футбол для физического развития ребенка значительны. Наблюдения показывают, что применение на физкультурных занятиях упражнений с элементами игры в футбол с детьми данного возраста носят эпизодический характер, либо не используются совсем. Прежде всего, это объясняется отсутствием разработанной методики проведения физкультурных занятий на

основе применения элементов игры в футбол с учащимися начальных классов.

Таким образом, актуальность и проблема исследования определили тему работы: «Методика проведения уроков физической культуры на основе использования элементов игры в футбол с учащимися младшего школьного возраста».

Объект исследования – физическое воспитание детей 6-7 лет на уроках физической культуры.

Предмет исследования – особенности проведения урока физической культуры с детьми младшего школьного возраста на основе применения элементов игры в футбол.

Цель работы – разработать и экспериментально обосновать методику проведения уроков физической культуры на основе использования элементов игры в футбол с учащимися младшего школьного возраста.

В работе были поставлены следующие **задачи**:

1. Провести анализ научно-методической литературы по теме работы.
2. Изучить особенности выполнения двигательных действий ногами при выполнении различных элементов игры в футбол детьми 6-7 лет, а именно удары по мячу и ведение мяча.
3. Разработать методику проведения уроков физической культуры в начальной школе на основе использования элементов игры в футбол с детьми 6-7 лет.
4. Определить эффективность влияния разработанной методики на физическую подготовленность детей младшего школьного возраста.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**:

- анализ научно-методической литературы,
- педагогическое наблюдение,
- контрольное тестирование,

- педагогический эксперимент,
- методы математической статистики.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что использование на уроках физической культуры в начальных классах разработанной методики, включающей элементы игры в футбол, позволит повысить уровень физической подготовленности детей младшего школьного возраста.

Опытно-экспериментальная база исследования. Педагогический эксперимент проводился на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения "Гимназия №31" г.Саратова

Практическая значимость результатов исследования заключается в разработке и внедрении методики занятий на основе использования элементов игры в футбол с детьми 6-7 лет на уроках физической культуры.

Структура и объем работы. Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, практических рекомендаций, списка литературы. Работа изложена на 66 страницах машинописного текста, содержит 4 таблицы, 2 диаграммы. Список литературы включает 59 источников.

Основное содержание работы

Цель работы – разработать и экспериментально обосновать методику проведения уроков физической культуры на основе использования элементов игры в футбол с учащимися младшего школьного возраста.

В работе были поставлены следующие задачи:

1. Провести анализ научно-методической литературы по теме работы.
2. Изучить особенности выполнения двигательных действий ногами при выполнении различных элементов игры в футбол детьми 6-7 лет, а именно удары по мячу и ведение мяча.
3. Разработать методику проведения уроков физической культуры в начальной школе на основе использования элементов игры в футбол с детьми 6-7 лет.

4. Определить эффективность влияния разработанной методики на физическую подготовленность детей младшего школьного возраста.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использовались следующие методы исследования:

- анализ научно-методической литературы,
- педагогическое наблюдение,
- контрольное тестирование,
- педагогический эксперимент,
- методы математической статистики.

На основе *анализа научно-методической литературы* выявлено: состояние проблемы исследования, ее актуальность, особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в системе школьного образования; использование современных методик, направленных на физическое развитие детей; дана характеристика физической подготовленности и особенности их психического развития; использование спортивных игр в процессе физического воспитания младших школьников.

Педагогическое наблюдение проводилось с целью изучения организации двигательной деятельности на уроках физической культуры в начальных классах, определения особенностей построения физкультурных занятий у детей 6-7 лет, применения новых технологий в системе физического воспитания, использования на занятиях упражнений с элементами спортивных игр, а также организации воспитательно-образовательного процесса.

Тестирование уровня физической подготовленности учащихся начальных классов проводилось посредством использования контрольных упражнений наиболее часто применяемых в практике работы с детьми данного возраста:

1. «Бег на 10 м с хода».

2. «Бег на 30 м со старта».
3. «Прыжок в длину с места».
4. «Наклон вперед из положения сидя».
5. «Бег 10 м змейкой».
6. «Челночный бег (6 раз по 5 метров)».
7. «Подъем туловища».

Для оценки уровня развития двигательной координации использовались контрольные упражнения:

1. «Цапля на болоте» (способность к статическому равновесию).
2. «Пройти по линии» (способность к динамическому равновесию).
3. «Бег до мяча по зрительному и слуховому ориентиру» (способность к ориентированию в пространстве).
4. «Челночный бег с переноской предмета» (способность к перестроению двигательных действий).

Специальные тесты использовались для определения степени освоения детьми двигательных действий игры в футбол:

1. «Ведение мяча 10 метров с обводкой стоек».
2. «Удары по мячу в створ ворот на точность».

Педагогический эксперимент позволил проверить эффективность разработанной методики уроков физической культуры на основе использования элементов игры в футбол с детьми 6-7 лет.

Математико-статистические методы обработки данных исследования осуществлялась с использованием прикладных программ Microsoft Office Excel 2003. Определялась достоверность различия средних арифметических двух выборок с помощью Т-критерий Стьюдента.

Опытно-экспериментальной базой исследования выступила Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение "Гимназия №31" г. Саратова. В эксперименте приняли участие 24 учащихся 1-х классов. Контрольную группу, численностью 12 человек, составили

школьники 1 «А» класса. Экспериментальную группу также составили учащиеся 1 «Б» класса, численностью 12 человек соответственно.

Педагогический эксперимент проводился в период с сентября 2019 по декабрь 2019 года.

Занятия с детьми экспериментальной и контрольной групп проводились по установленной программе МАОУ "Гимназия №31". Уроки физической культуры в обеих группах приводились 3 раза в неделю (2 занятия в условиях спортивного зала и 1 занятие на свежем воздухе, что соответствует программным требованиям школы). Занятия на свежем воздухе проходили при соответствующих погодных условиях.

Исследование проводилось в несколько взаимосвязанных этапов.

На первом этапе осуществлялся анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования. Осуществлялось педагогическое наблюдение за школьниками контрольной и экспериментальной групп. По результатам предварительного тестирования физической подготовленности, выявленным особенностям владения двигательными действиями при выполнении упражнений с мячом ногами, были сформированы однородные группы детей, принявших участие в педагогическом эксперименте.

На втором этапе была разработана и внедрена в учебный процесс школьников 6-7 лет экспериментальная методика на основе применения элементов игры в футбол.

Третий этап был посвящен проведению педагогического эксперимента. Эффективность разработанной методики определялась степенью прироста результатов двигательной подготовленности, а также физического развития младших школьников.

На четвертом этапе проводились обработка и анализ полученных результатов, оценка эффективности методики и оформление работы к защите.

Заключение

1. Анализ исследований свидетельствует о том, что использование упражнений с элементами спортивных игр в процессе физкультурно-оздоровительной работы в начальной школе оказывает положительное влияние на повышение уровня физической подготовленности, физическое и психическое развитие детей младшего школьного возраста. При этом в теории физического воспитания выявлена проблема использования элементов игры в футбол на физкультурных занятиях с детьми 6-7-летнего возраста, которая является одной из наименее разработанных и экспериментально обоснованных.

2. В ходе исследования были изучены особенности выполнения двигательных действий ногами при выполнении различных элементов игры в футбол детьми 6-7 лет. Были выявлены особенности владения мячом детьми, характеризующие нерациональность совершаемых двигательных действий решения двигательных задач в футболе. Большинство мальчиков (57,1%) выполняют ведение мяча по прямой только правой ногой, ведение мяча только левой ногой осуществляют в среднем от 14 до 23% детей. Удары по мячу при ведении его наносят либо внутренней стороной стопы, либо используют сочетание ударов носком и внутренней стороной стопы, что не является рациональным с точки зрения скорости продвижения вперед. Удар по мячу большинство детей наносят носком стопы (86,3%). Другие способы ударов детьми практически не используются, что свидетельствует о низком уровне управления движениями и ограниченностью использования всего потенциала движений ноги в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.

3. Разработанная методика уроков физической культуры на основе использования элементов игры в футбол для детей 6-7 лет основывалась:

- на подборе доступных возрастным особенностям способов и приемов выполнения детьми ударов и введений мяча;

- подборе упражнений, обеспечивающих координацию движений для выполнения двигательных действий футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения и др.);
- распределении упражнений по сложности выполнения;
- составлении блоков специальных упражнений по направленности для освоения двигательных действий и игр в условиях интеграции двигательной и познавательной деятельности детей.

Занятия проводились 3 раза в неделю. Элементы игры в футбол включались в каждое занятие. Включение в содержание занятий специальных футбольных упражнений, игр и эстафет осуществлялось в основной части урока.

4. По результатам педагогического эксперимента определено, что уроки физической культуры на основе использования элементов игры в футбол оказывают положительное влияние на развитие физических качеств младших школьников. В конце исследования дети экспериментальной группы показали результаты достоверно выше, чем сверстники из контрольной группы ($p < 0,05$) во всех тестах:

- «Бег на 10 м с хода» – на 23,8%.
- «Бег на 30 м со старта» – на 22%.
- «Бег 10 м змейкой» – на 52,4%
- «Челночный бег 6x5 м» – на 24,2%.
- «Наклон вперед из положения сидя» – на 43%.
- «Прыжок в длину с места» – на 12,2%.
- «Подъем туловища» – 47,1%.

В тестах, характеризующих умение удерживать статическое равновесие «Цапля на болоте» результаты детей экспериментальной группы выше, чем в контрольной. Наибольший прирост в обеих группах был отмечен в развитии статического и динамического равновесия.

Оценка выполнения школьниками 6-7 лет элементов игры в футбол осуществлялась на основе применения специальных тестов. По результатам теста «Ведение мяча 10 метров с обводкой стоек» установлено, что после окончания педагогического эксперимента результаты контрольной группы изменились незначительно – на 2,1%. В экспериментальной группе время выполнения задания улучшилось на 18,8% ($p > 0,05$).

Анализ результатов теста «Удары по мячу в створ ворот» после педагогического эксперимента позволил констатировать, что дети экспериментальной группы использовали различные способы выполнения удара. Чаще всего детьми экспериментальной группы использовался удар подъемом стопы, являющийся наиболее эффективным при поражении ворот, о чем свидетельствуют результаты теста (время, затраченное на выполнение задания).

Рост результатов в специальных тестах у детей экспериментальной группы обусловлен большей степенью освоения двигательных действий владения мячом и развитием координационных способностей. Эффективность предложенной методики занятий подтверждается и повышением интереса детей к занятиям.