

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

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

Кафедра спортивных игр

**«ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ
ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 414 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Добрынина Бориса Николаевича

Научный руководитель

старший преподаватель

подпись, дата

О.В. Дергунов

Зав. кафедрой

кан. фил. наук, доцент

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2021

ВВЕДЕНИЕ

Функционально правильно развитый ребенок стремится к движению с рождения. Дети обычно пытаются удовлетворить большую потребность в движении с помощью игр. Играть для них – это, прежде всего, двигаться, действовать.

Показатели уровня здоровья, физического и двигательного развития детей школьного возраста в последние годы указывают на тревожные тенденции. Статистика показывает, что от 30% до 40% детей школьного возраста имеют низкий уровень двигательного развития. Причины этого кроются в современном образе жизни. [9; С.6]

Врачи, учителя и психологи отмечают общую закономерность для образовательных учреждений - снижение двигательной активности детей (Ю.Ф. Змановский, М.А.Рунова, С.Б. Шарманова, А.И. Федоров), а для школьника потеря движения - потеря здоровья. Неслучайно тема здоровья находится в авангарде программы воспитания и обучения детей в образовательных школах. Если учесть, что физическая активность – это, еще и одна из составляющих, стимулирующая развитие интеллектуальной, эмоциональной и других сфер, то актуальность этой проблемы становится вполне очевидной.

Основная задача при решении этой проблемы - выявление источников пополнения и обогащения средств двигательного развития ребенка. По мнению отечественных педагогов Е.Н. Водовозова, П.Ф. Каптерев, П.Ф. Лесгафт, Э.А. Покровский, К. Ушинского и др. подвижные игры - эффективное средство физического развития и воспитания.

Все подвижные игры, основанные на движениях, которые требуют больших затрат энергии (бег, прыжки и т. д.), увеличивают обмен веществ в организме. Они оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка, помогают создать у детей счастливое настроение. Активные движения повышают сопротивляемость ребенка болезням, провоцируют

мобилизацию защитных сил организмов, улучшают питание тканей, способствуют формированию правильной осанки и повышают иммунитет к болезням.

Во время подвижных игр дети совершенствуют движения, развивают такие качества, как инициативность и независимость, уверенность и настойчивость. Они учатся согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

В то же время ряд проблем, связанных с физическим воспитанием школьников и их развитием, до сих пор полностью не решен. Сюда входит, в частности, использование большего разнообразия подвижных игр в системе физического воспитания школьников.

Таким образом, **актуальность исследования** заключается в правильном и организованном педагогическом воздействии по целенаправленному формированию и совершенствованию физических качеств оказывает положительное влияние на здоровье ребёнка, на работоспособность организма, умственное развитие.

Цель исследования: доказать влияние подвижных игр на развитие быстроты и ловкости у детей 6-7 лет.

Объект исследования: учебно-воспитательный процесс развития быстроты и ловкости детей 6-7 лет.

Предмет исследования: методика развития физических качеств «быстрота» и «ловкость» детей младшего школьного возраста.

Методы исследования:

- анализ и обобщение научно-методической литературы;
- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- педагогический эксперимент;
- математический метод.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть научно – теоретические основы учебно-воспитательного

процесса детей 6-7 лет;

2. Проанализировать особенности психофизического развития детей 6-7 лет;

3. Определить значение развития ловкости и быстроты в психофизическом развитии детей 6-7 лет;

4. Выявить уровень развития быстроты и ловкости у детей 6-7 лет;

5. Изучить методику организации и проведения подвижной игры;

6. Проанализировать разработанные комплексы подвижных игр, полученные результаты и оценить эффективность используемых методических разработок на развитие быстроты и ловкости детей 6-7 лет.

Гипотеза исследования: предполагается, что развитие физических качеств быстроты и ловкости будет наиболее эффективным при занятиях подвижными играми.

Теоретической и методологической основой явились исследования отечественных психологов и педагогов по проблемам детской игры.

Практическая значимость состоит в возможности использования предложенных подвижных игр для занятий физической культурой с детьми 6-7 лет в школьных образовательных учреждениях.

Структура и объем работы

Дипломная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованных источников в количестве 26 и приложений, проиллюстрирована таблицами и диаграммой. Общий объем работы составляет 62 страницы. Исследование проводилось в МОУ «СОШ №18» города Энгельс Саратовской области, в период сентябрь – февраль 2020г.

Основное содержание работы

С целью определения влияния подвижных игр на развитие скорости и ловкости у детей в возрасте от 6 до 7 лет было организовано и проведено исследование на базе общеобразовательной школы № 18 города Энгельса Саратовской области. Программа: Рабочая программа по физической культуре составлена на основе нормативных документов:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011);

- Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2010).

В соответствии с учебным планом на занятие физической культурой в 1 классе отводится 3 часа в неделю всего 99 часов в год. Программа адаптирована к условиям нашей школы.

Задачи:

- укрепление здоровья школьников через развитие физических качеств и улучшения функциональных средств жизнеобеспечивающих системы организма;

- совершенствование наиболее важных навыков и умений через обучение подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

– обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

В МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 18» проводится планомерная работа по оздоровлению детей доступными средствами и методами, проводятся следующие формы работы по физическому воспитанию: физкультура 3 раза в неделю, подвижные перемены каждый день, внеурочные занятия 1 раз в неделю, внеклассные спортивные мероприятия по плану. Есть все условия для реализации этого блока: есть спортзал, наличие оборудования и спортивного инвентаря.

В ходе проведения педагогического исследования принимали участие 12 детей определенной возрастной принадлежности (6-7 лет), из которых были сформированы две группы: первая группа (6 детей) - экспериментальная (ЭГ), вторая группа - контрольная (КГ) - 6 детей.

Тестирование проводилось учителем физической культуры Добрыниным Борисом Николаевичем.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования:

1. теоретический анализ и обобщение литературы;
2. педагогическое контрольное исследование (тестирование);
3. метод сравнительного анализа;
4. математический метод.

Теоретический анализ и обобщение литературы предлагает поиск литературных источников, который выполняется в библиотеках, анализу были подвержены научные материалы журналов, сборники научных трудов, многие другие научные и научно-методические издания, кроме того я пользовался ресурсами сети Интернет.

В результате теоретического анализа и обобщения литературных источников, был выявлен смысл работы, и установлена её актуальность на сегодняшний момент.

Многие образовательные программы по оценке физической подготовленности школьников (6-7 лет) содержат достаточно вариативную систему показателей развития моторики и основных физических качеств, которая может включать как ряд основных, так и блок дополнительных параметров физической подготовки. Анализ научно-методической литературы, а также обобщение опыта работы с детьми школьного возраста (6-7 лет) показывают, что в практике физического воспитания широко используются контрольные упражнения и двигательные задания (тесты) школьников, по результатам которых оцениваются различные аспекты физической подготовленности детей.

Данные тесты прошли широкую апробацию в школах различного вида; утверждены Министерством образования РФ; полностью соответствуют анатомо-физиологическим особенностям школьников; имеют минимум медицинских противопоказаний; не требуют больших временных затрат; позволяют прослеживать динамику показателей, дают возможность сравнительного анализа результатов тестирования современных детей с данными прошлых лет.

Педагогическое контрольное испытание (тестирование). Основными в педагогическом тестировании являются контрольные упражнения. Прежде чем приступить к тестированию, нужно четко представить, для чего оно производится и с какой целью.

Обследование следует выполнять не ранее 30 мин после принятия пищи. Целесообразно проводить тестирование в часы наибольшей биологической активности – с 9 до 13 ч, перед тестированием необходимо организовать небольшую разминку для подготовки организма школьников к предстоящей мышечной нагрузке.

Целесообразно разделить показатели физической подготовленности по половозрастным группам с указанием возраста (месяц, год) и пола детей (мальчики и девочки).

Место или зал, для занятий физической культурой, где проходят

тестирование дети, должны быть подготовлены (без посторонних предметов; иметь хорошую вентиляцию; утвержденное стандартное оборудование должно быть надежно закреплено, не иметь острых краев и т. д.). Условия, при которых проводятся посещения, также должны соответствовать необходимому требованию: наличие специального оборудования, ямы для прыжков, грунтовой трассы для гонки. Чтобы получить объективные данные, установочные и контрольные исследования должны проводиться в одинаковых условиях.

Детей при выполнении двигательных задач страховать обязательно. Это особенно важно для бега, прыжков и упражнений на выносливость. Детям разрешается выполнять испытания в соответствующей спортивной форме, выбранной по сезону и пригодной для тренировок. Обязательно соблюдайте методику тестирования. Единая методика подачи команд прорабатывается заранее.

Результат теста засчитывается, если ребенок справился с заданием в соответствии с методикой. При выполнении тестовых заданий комментарии и анализ детских ошибок учителями недопустимы. Их следует учитывать в процессе обучения.

На тестах должно присутствовать как минимум два человека (один записывает результаты, другой объясняет двигательные задачи). Очень важно четко и правильно заполнить протокол испытаний.

Метод сравнительного анализа используется для более глубокого и качественного изучения проблемы. С его помощью стало возможным сравнивать полученные результаты испытаний с мерами проверки и контроля - основной задачей моей работы. Собрав необходимые материалы, я провел математические расчеты.

Организация эксперимента проходила по следующей схеме:

- предварительное тестирование;
- проведение экспериментальных занятий с активным использованием подвижных игр;

– контрольное тестирование.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В общей системе образовательной работы Муниципальных Образовательных Учреждений физическое воспитание детей занимает особое место. В результате целенаправленного педагогического воздействия улучшается здоровье ребенка, реализуется тренировка физиологических функций организма, быстро развиваются, двигательные навыки и физические качества, нужные для многогранного гармоничного развития человека.

Главенствующую роль в развитие детей, занимает развитие двигательных способностей. Практика говорит о том, что большинство детей не способны достичь хороших показателей в беге, прыжках метании не из-за того, что у них плохая техника движений, а ввиду плохого развития основных двигательных качеств — силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

В этом плане, подвижные игры играют роль качественного средства физической подготовленности. Грамотное, методически-продуманное руководство подвижной игрой в большой степени улучшает, активизирует деятельность детей.

Выводы

1. Осуществленный анализ литературы указал на то, что подвижные игры, это очень хорошее средство развития физических качеств физической подготовленности.

2. При организации и проведение подвижных игр различной направленности у учеников, нужно опираться на основные требования, предъявляемые к всестороннему развитию двигательных качеств у учеников. При положительном их развитии у детей выявляются психофизиологические и физические качества, которые нужно совершенствовать в наибольшей

степени, так как они являются основными в достижении необходимого уровня физической подготовленности.

3. Полученные данные, в ходе педагогического эксперимента, говорят о том, что развитие организма происходит более эффективно на уроках, где используется подвижная игра с определенной направленностью.

4. Различные органы и система ребенка формируются более интенсивно с учетом личностных особенностей с усилением его мотивации.

5. В основе эксперимента, обнаружена огромная роль подвижной игры в формировании физических качеств.

В следствие чего, подвижную игру можно было бы назвать важным воспитательным институтом. Обоснованный выбор содержания и методов развития физических качеств – важная сторона повышения эффективности физического воспитания.