

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

Кафедра методологии образования

**Развитие ловкости у детей 5-6 лет в процессе занятия
мини-футболом**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

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

Кузнецовой Татьяны Александровны

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент

_____ Л.В. Горина

Зав. кафедрой
доктор пед. наук, профессор

_____ Е.А. Александрова

Саратов 2021

Введение. Актуальность исследования обусловлена тем, что основы гармоничного психического и физического развития личности закладываются именно на этапе дошкольного детства, а старший дошкольный возраст является наиболее благоприятным для развития ловкости и других физических качеств.

Общеизвестно, что основной формой работы с дошкольниками является игра и игровая деятельность. Игра с мячом является излюбленной для детей. Они бросают мяч, ловят, катят его рукой и ногой без особых физических усилий, и каких-либо указаний. Ребенок способен самостоятельно определить, что делать с этим уникальным для него предметом.

О влиянии подвижных игр с мячом на развитие физических качеств детей дошкольного возраста проведен ряд исследований, среди которых труды В. В. Бойко, описывающие характерные особенности игры с мячом и упражнения с мячом, влияющие на развитие координации и ловкости. Особого внимания заслуживают исследования Э. Г. Алиева, О. С. Андреева, С. Н. Андреева, В. П. Губа, раскрывающие значение игры в мини-футбол, как одного из вида игры с мячом, в решении задач физического развития детей.

В этом контексте весьма привлекательной является идея реализации в дошкольных организациях занятий мини-футболом. Мини-футбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок. Основное внимание должно быть направлено не на специальную подготовку, а на создание общих предпосылок успешного обучения спортивной игре в мини-футбол.

С уверенностью можно утверждать, что мини-футбол – стремительно развивающийся, сравнительно молодой вид спорта. Он соединяет в себе преимущества наиболее популярного во всем мире вида спорта футбола и нетребовательность к спортивным сооружениям для его повсеместного внедрения. В связи с этим у нас появилась необходимость изучения

теоретических вопросов по организации занятий мини-футболом с дошкольниками и обобщения опыта реализации данных занятий в дошкольной образовательной организации.

Объект исследования – развитие физических качеств у детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования – занятия мини-футболом как средство развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

Цель исследования – определить влияние занятий мини-футболом на формирование физических качеств детей старшего дошкольного возраста и провести опытно-экспериментальную работу.

Гипотеза: мы предположили, что развитию ловкости у старших дошкольников будет способствовать специально организованная физкультурно-оздоровительная работа с включением занятий мини-футболом.

В соответствии с объектом, предметом, целью и гипотезой были определены следующие задачи исследования.

1. Проанализировать сущность понятия «физические качества» и раскрыть особенности их развития у детей дошкольного возраста.
2. Рассмотреть подвижные игры с мячом и выявить их значение в развитии физических качеств дошкольников.
3. Изучить и обобщить педагогическую практику развития ловкости у детей 5-6 лет в процессе занятий мини-футболом.
4. Провести опытно-экспериментальную работу по изучению влияния занятий мини-футболом на развитие ловкости у детей 5-6 лет в условиях дошкольной образовательной организации.

В работе использовались следующие методы исследования:

- теоретические (изучение и анализ литературы, научное исследование, метод обобщения, синтез, наблюдение);
- эмпирические (беседа с детьми, педагогический эксперимент, тестовые методики определения ловкости у старших дошкольников:

«Быстрота», «Сила», «Прыжок с места», «Ловкость», «Гибкость» (Л. Н. Пензулаева);

- методы математической обработки полученных в исследовании данных.

Методологическая и теоретическая база исследования представлена информацией из учебников и учебных пособий, статей из журналов и монографий, посвященных развитию физических качеств старших дошкольников с применением подвижных игр с мячом.

База исследования: МДОУ «Детский сад №19 «Капелька» с. Куриловка Новоузенского района Саратовской области.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования его материалов студентами факультета психолого-педагогического и специального образования при прохождении педагогической практики, а также педагогами дошкольных образовательных организаций при планировании работы с детьми.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух основных разделов, заключения, списка использованных источников и приложения.

Во введении определяются актуальность, объект, предмет, цель, задачи и методы исследования.

В первом разделе рассматриваются научные основы развития физических качеств детей 5-6 лет. Раскрывается сущность понятия «физические качества» и особенности их развития у детей дошкольного возраста, рассматриваются виды подвижных игр с мячом и их значение в развитии физических качеств дошкольников.

Во втором разделе описываются ход и результаты опытно-экспериментальной работе по изучению влияния занятий мини-футболом на развитие ловкости у детей 5-6 лет. Описываются диагностические методики исследования, обобщается анализ результатов начального обследования дошкольников, представлена методика обучения дошкольников игре в мини-

футбол и обосновывается его влияние на развитие ловкости у детей.

В заключении приводятся выводы, сделанные в ходе исследования.

Список использованных источников включает 32 наименования работ: книг, учебной, методической литературы, периодических изданий.

В приложении представлены фотоматериалы занятий мини-футболом в МДОУ «Детский сад №19 «Капелька» с. Куриловка Новоузенского района Саратовской области.

Основное содержание работы. Первый раздел выпускной квалификационной работы носит наименование *«Научные основы развития физических качеств детей 5-6 лет»*.

В подразделе 1.1. раскрываются сущность понятия «физические качества», а также возрастные особенности развития физических качеств у детей дошкольного возраста. Физические качества – это различные стороны двигательных возможностей человека, степень овладения определенными движениями. Развитость физических качеств проявляется в виде освоения дошкольниками основных видов движений: бег, прыжки, ходьба, метание и т.п., а также и в ходе спортивных и физкультурных занятий.

Физические качества у детей проявляются через двигательные навыки и умения, а они, в свою очередь, обусловлены достаточным уровнем их развития. Эти стороны двигательной функции тесно взаимосвязаны и взаимообусловлены. Таким образом, если формирование двигательных навыков у детей закрепляется при низком уровне развития двигательных качеств, то в дальнейшем это может привести к закреплению неправильных навыков выполнения движения.

Задачи развития физических качеств направлены на развитие у дошкольников общих физических качеств, работу над которыми необходимо начинать с младшего возраста.

Физическое развитие оказывает разностороннее влияние на развитие личности дошкольника только в случае осуществления на научной основе. Несомненно, сформированные физические качества являются одним из

главных показателей и факторов полноценного гармоничного развития детей дошкольного возраста.

В подразделе 1.2. рассматриваются виды подвижных игр с мячом и их значение в развитии физических качеств дошкольников. Все подвижные игры и упражнения с мячом, используемые в педагогической практике, условно можно поделить на следующие виды: направленные на развитие общей моторики; нацеленные на усовершенствование мелкой моторики; сконцентрированные на улучшение ориентировки.

Подвижные игры с мячом имеют огромное значение для всестороннего развития, в том числе развития физических качеств у каждого ребенка. Психолого-педагогические исследования доказывают, что при правильно организованном руководстве подвижная игра с мячом является эффективным средством развития физических качеств у ребенка дошкольного возраста. Подвижные игры являются не только средством для развития движений, но и воспитания таких качеств, как ловкость, быстрота, выносливость.

К одному из видов игр с мячом относится игра в мини-футбол. Эффективность применения упражнений с мячом в практике физического воспитания и оздоровления детей подтверждается многочисленными научными исследованиями педагогов и психологов. Так, М.М. Борисова, Е.Г. Сайкина, С.О. Филиппова и другие рассматривают физические упражнения и подвижные игры с мячом в рамках внедрения современных технологий с целью обновления содержания физкультурного пространства подрастающего поколения.

Анализ современных исследований подтверждает эффективность внедрения занятий мини-футболом в процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста при использовании методически грамотного использования их широкого потенциала. Именно поэтому особую актуальность приобретает умение специалистов в области физического воспитания детей старшего дошкольного возраста внедрять гимнастические

упражнения и подвижные игры с мячом в практику физкультурно-оздоровительной работы.

Во втором разделе описаны ход и результаты опытно-экспериментальной работы по изучению влияния занятий мини-футболом на развитие ловкости у детей 5-6 лет.

Опытно-экспериментальная работы была проведена на базе МДОУ «Детский сад №69 «Капелька» с. Куриловка Новоузенского района Саратовской области с 26 воспитанниками старшей группы и включала три основных этапа:

- констатирующий – определение исходного уровня развития ловкости и основных движений у воспитанников старшей группы;
- формирующий – внедрение дополнительной образовательной программы занятий мини-футболом в образовательный процесс старшей группы как средства развития ловкости и основных движений;
- контрольный – оценка эффективности проведенной работы.

На констатирующем этапе опытно-экспериментальной работы при оценке развития ловкости и освоения основных движений детей мы учитывали отдельные качественные стороны их двигательных возможностей: выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость. Для тестирования мы использовали контрольные упражнения, которые предлагали детям в игровой или соревновательной форме: быстрота, сила, прыжок в длину с места, гибкость, ловкость.

Анализируя количественные данные, полученные в ходе диагностического обследования, мы сделали следующие выводы: 4 ребенка (15%) показали высокий уровень развития ловкости и освоения основных движений; 19 детей (73%) находятся на среднем уровне развития физических качеств; 3 ребенка (12%) показали низкий уровень развития ловкости и освоения основных движений.

Таким образом, результаты проведенного обследования нацелили педагогов на разработку системы работы по развитию ловкости и освоения

основных движений старшими дошкольниками с применением занятий мини-футболом как разновидности подвижной игры с мячом.

С целью развития ловкости и освоения основных движений старшими дошкольниками нами совместно с инструктором по физкультуре МДОУ «Детский сад №69 «Капелька» с. Куриловка Новоузенского района Саратовской области была разработана и внедрена в физкультурно-оздоровительный процесс программа «Мини-футбол в ДОО». Программа рассчитана на 2 года обучения (сентябрь 2020 года – май 2022 года) для старшего дошкольного возраста (5-7 лет).

Особенностью программы является, что она предназначена для обучения детей старшего дошкольного возраста игре в мини-футбол. Сами занятия проходили в спортивном зале. Многие упражнения по обучению тактике игры в мини-футбол проводились инструктором по физкультуре только на половине площадки зала.

Еще одной отличительной особенностью программы является то, что она построена с учетом основополагающих принципов здоровьесбережения детей дошкольного возраста.

В основе реализации программы «Мини-футбол в ДОО» используются разнообразные формы и методы работы со старшими дошкольниками: словесный (объяснения, разъяснения), наглядный (демонстрация), практический (отработка упражнений).

Педагогические средства и методы программы направлены на то, чтобы каждый ребенок нашел себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в мини-футбол.

Итак, все занятия мини-футболом с детьми по программе проводились 2 раза в неделю во второй половине дня. Основной нашей задачей было – не только обучить старших дошкольников технике игры в мини-футбол, но и приобщить их к спорту, формировать привычку заниматься спортивными играми и вести здоровый образ жизни.

В ходе реализации программы нами были замечены положительные изменения в развитии ловкости и основных движений у старших дошкольников. Дети стали более подвижными, внимательными, легко ориентируются в пространстве, используют полученные в ходе занятий мини-футболом навыки в практической деятельности. При этом наши воспитанники стали более усидчивыми во время проведения непрерывной образовательной деятельности.

Во время реализации программы мы стремились к тому, чтобы подготовить старших дошкольников к овладению навыками игры в мини-футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей, а также совершенствованием ловкости и физических качеств.

С целью проверки эффективности проведенной работы было организовано контрольное обследование, результаты которого показали положительную динамику в развитии физических качеств старших дошкольников.

Таким образом, развитию ловкости и освоения основных движений у старших дошкольников способствовала специально организованная физкультурно-оздоровительная работа с включением занятий мини-футболом, что полностью подтверждает выдвинутую нами ранее гипотезу исследования.

Заключение. Выполнив исследование по теме: «Развитие ловкости у детей 5-6 лет в процессе занятия мини-футболом», мы можем сделать следующие выводы:

Проанализировав сущность понятия «физические качества» и особенности их развития у детей дошкольного возраста, мы определили, что физические качества – это различные стороны двигательных возможностей человека, степень овладения определенными движениями. Они проявляются в конкретных действиях – основных движениях, в таких как ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, а также игровых и спортивных занятиях.

Огромное значение в развитии детей дошкольного возраста играют такие физические составляющие как быстрота, точность и своевременность движений, согласованность движений и развитая кинестезия. Все эти физические характеристики связаны напрямую с таким физическим качеством как ловкость, наличие которой свидетельствует о завершении этапа овладения дошкольниками движениями.

Период дошкольного детства является очень важным в становлении двигательных функций ребёнка, особенно его физических качеств. На протяжении всего периода дошкольного детства физические качества ребенка развиваются и обогащаются. В младшем дошкольном возрасте дети еще быстро утомляются, поэтому могут возникать типичные ошибки в формировании навыков ходьбы, бега, прыжков, бросания и ловли. В среднем дошкольном возрасте дети уже обладают значительным запасом двигательных навыков и умений, движения постепенно становятся преднамеренными. Дети этого возраста способны удерживать равновесие, стоя на одной ноге 15 секунд, хорошо прыгать, ходить по бревну, ловко прыгать через скакалку, выполнять под музыку различные движения. К старшему дошкольному возрасту дети уже могут самостоятельно без помощи взрослого играть в подвижные и спортивные игры, заниматься, выполняя правила безопасности жизни, с физкультурно-оздоровительными тренажерами и упражнениями.

Рассмотрев подвижные игры с мячом и их значение в развитии физических качеств дошкольников, мы выяснили, что все подвижные игры и упражнения с мячом, используемые в педагогической практике, условно можно поделить на следующие виды: направленные на развитие общей моторики; нацеленные на усовершенствование мелкой моторики; сконцентрированные на улучшение ориентировки.

Подвижные игры с мячом необходимо подбирать таким образом, чтобы сюжет и схема игры помогали активизации двигательной инициативы ребят. Физическая нагрузка в играх может контролироваться расстоянием для бега,

количеством повторов, временем перерыва в игре. Результатом является успешное овладение сложными координированными движениями такими, как: прыжки в длину и высоту с разбега, метание на дальность и в цель. Заметно появляется стабильное внимание к достижению коллективного результата в командных играх и эстафетах, постепенно формируются навыки по проведению подвижных игр самостоятельно.

Мы также рассмотрели особенности организации занятий мини-футболом в условиях дошкольной образовательной организации.

В физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста элементы игры в мини-футбол можно включить в содержание физкультурных занятий, физкультурных досугов и праздников, утренней гимнастики на свежем воздухе и спортивном зале, индивидуальной работы с детьми, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Наибольшую востребованность и популярность занятия мини-футболом приобретают в рамках дополнительной образовательной деятельности (кружка) физкультурно-оздоровительной направленности, как самостоятельный компонент или один из компонентов разработанной педагогом программы.

Для занятий мини-футболом характерна традиционная трехчастная структура, объединяющая вводную, основную и заключительную части. Каждая часть решает определенные задачи, в соответствии с которыми подбираются и чередуются упражнения, продумывается методика их проведения. Вместе с тем занятия мини-футболом отличаются от традиционных физкультурных мероприятий спецификой применения ее средств.

При подготовке к занятиям следует тщательно продумывать способы организации детей (фронтальный, поточный, групповой, посменный, индивидуальный) в зависимости от решаемых задач, возраста и уровня физической подготовленности детей, а также от количества футбольных мячей, имеющих в наличии.

В практической части исследования мы описали ход и результаты

опытно-экспериментальной работы по изучению влияния занятий мини-футболом на развитие ловкости у детей 5-6 лет.

Опытно-экспериментальная работа проводилась с 26 воспитанниками старшей группы МДОУ «Детский сад №19 «Капелька» с. Куриловка Новоузенского района Саратовской области и включала три основных этапа: констатирующий, формирующий и контрольный.

На констатирующем этапе опытно-экспериментальной работы с помощью контрольных тестовых упражнений, которые предлагались детям в игровой или соревновательной форме, мы определили недостаточный уровень сформированности у воспитанников ловкости и освоения основных движений. Результаты проведенного обследования нацелили нас на разработку системы работы по развитию ловкости и освоения основных движений старшими дошкольниками с применением занятий мини-футболом как разновидности подвижной игры с мячом.

Нами совместно с инструктором по физкультуре Джеманкуловым Олегом Максотовичем была разработана и внедрена в физкультурно-оздоровительный процесс программа «Мини-футбол в ДОО». Особенностью программы являлось то, что она предназначена для обучения детей старшего дошкольного возраста игре в мини-футбол. Занятия проходили в спортивном зале и за счет нестандартных подходов к организации занятий мини-футболом многие упражнения по обучению тактике данной игры проводились инструктором по физкультуре только на половине площадки зала. Еще одной отличительной особенностью программы явилось то, что она построена с учетом основных принципов сохранения и сбережения дошкольников.

В основе реализации программы «Мини-футбол в ДОО» использовались разнообразные формы и методы работы со старшими дошкольниками: словесный (объяснения, разъяснения), наглядный (демонстрация), практический (отработка упражнений). Педагогические средства и методы программы были направлены на то, чтобы каждый

ребенок нашел себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и умениям, что поможет ему самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать интерес к игре в мини-футбол. Основной целью программы явилось обучение старших дошкольников навыкам игры в мини-футбол и развитие их активных двигательных способностей и психических качеств.

Результатом реализации программы стала сформированная готовность ребенка овладением навыками игры в мини-футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

На контрольном этапе опытно-экспериментальной работы мы провели повторное тестирование старших дошкольников, выявив положительную динамику в развитии ловкости и освоении основных движений у воспитанников, полностью подтвердив выдвинутую ранее гипотезу исследования.

Таким образом, цель исследования была достигнута, задачи решены.