

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

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

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**«Развитие координационных способностей с использованием
подвижных игр на секциях в младшем школьном возрасте»**

Автореферат

БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 5 курса Института физической культуры и спорта

Бочковой Ангилины Петровны

прошедшей обучение по направлению

подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль «Физическая культура»

Научный руководитель:

Старший преподаватель

подпись, дата

П.А. Андюков

Зав. кафедрой:

Доцент, к. м. н.

подпись, дата

Т.А. Беспалова

Саратов 2022

ВВЕДЕНИЕ

В системе всестороннего развития личности физическое воспитание ребенка занимает важное место. У детей с раннего возраста закладываются основы здорового образа жизни, происходит формирование двигательных навыков, создается фундамент развития воспитания физических качеств. Поэтому важно в игровой форме организовать процесс обучения и воспитания физкультуры. Именно подвижные игры позволяют эффективно реализовать данный процесс в обучении младших школьников.

Игровой метод представляет собой использование игр, с моделями элементов реальной жизни, отражающих поведение людей в определенных ситуациях.

Игровой метод заключается в том, что осуществляется двигательная активность детей, которая организуется на основе содержания, условий и правил игр. Педагогам важно понимать, что в процессе обучения детей младшего школьного возраста монотонность и шаблонность не приемлемы, т.к. в таком случае учащиеся быстро устают. Поэтому важно насыщать уроки разнообразными увлекательными занятиями, постоянно двигаться с детьми и играть, что будет вызывать позитивные эмоции у детей и желание продолжать занятия.

Подвижные игры занимают особое место в реализации оздоровительных и воспитательных задач в процессе обучения младших школьников. Игры дают возможность правильному росту и формированию детского организма, а также влияют на всестороннее развитие. Посредством игровых заданий дети познают окружающий мир. Поэтому на уроках и секциях по физической культуре рекомендуется использовать игры, обеспечивающие необходимый уровень двигательной активности учащихся.

Игровая деятельность в физическом воспитании в основном создаётся на комплексном материале двигательных действий. Игры позволяют детям найти другие виды движений. Среди которых ходьба, бег, метание мяча, преодоление препятствий, гимнастика и т.д. Игры имеют высокую

динамичность движений, которые связаны с непрерывным решением быстро и внезапно выполнять новые двигательные задачи. Все вышеперечисленные факторы эффективно влияют на развитие координационных и иных двигательных способностей младших школьников.

Нельзя не отметить ценность игровой деятельности во время занятий физической культуры в том, что это позволяет формировать у детей навыки ориентирования в пространстве, а также закреплять ранее приобретённые умения и навыки.

Актуальность исследования. Игровой метод имеет ряд особенностей, что положительно отражается на процессе его использования в процессе физического воспитания детей в начальной школе, поскольку игры положительно влияют на двигательные и другие способности развития детей.

Цель исследования - определить влияние подвижных игр на секциях на координационные способности школьников 7-8 лет.

На основании поставленной цели выделены следующие **задачи исследования:**

- 1) определить особенности физиологического развития детей младшего школьного возраста;
- 2) изучить понятие и виды координационных способностей;
- 3) рассмотреть способы проведения подвижных игр в младшем школьном возрасте и их использование на секциях;
- 4) провести экспериментальное исследование по подбору и использованию подвижных игр для детей младшего школьного возраста;
- 5) провести анализ результатов исследования по подбору и использованию подвижных игр для детей младшего школьного возраста;
- 6) разработать рекомендации по использованию подвижных игр на уроках физической культуры в младшем школьном возрасте.

Объект исследования – координационные способности детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования – процесс использования подвижных игр на секциях по физической культуре для младших школьников.

Методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, педагогическое наблюдение.

Экспериментальной базой исследования стала МОУ «СОШ с. Теликовка Духовницкого района Саратовской области».

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе работы «Общая характеристика методов физического воспитания детей младшего школьного возраста» изучены особенности физиологического развития детей младшего школьного возраста.

Младший школьный возраст – это период с 6 до 11 лет. В этом возрасте дети получают знания и навыки в процессе обучения в начальной школе. В течение данного периода ребенок продолжает развиваться, получает систематическое обучение, заключающееся в совершенствовании работы мозга и нервной системы. К 7 годам кора больших полушарий мозга у детей признается зрелой. Однако, важные, части человеческого мозга, которые ответственны за программирование, регулирование, а также контроль сложных форм умственной деятельности, еще не до конца создались у детей изучаемого возраста, в связи с этим регуляторный и ингибирующий эффект коры на подкорковом структур недостаточно развит.

Примерно в 7 лет у детей происходит кризис физиологического развития, это объясняется тем, что происходит резкий скачок развития ребенка, который сопровождается быстрым ростом тела, а также увеличением внутренних органов. Таким образом, у ребенка, происходят значительные перемены в системе социальных отношений, а также деятельности ребенка. У детей происходит перестройка всех функций и систем организма, поэтому осуществляется значительный стресс и активизируются его ресурсы.

В связи с тем, что происходят физиологические изменения у детей, а также 7 лет это возраст перехода из детского сада в школу, то от ребенка начинают требовать увеличения умственных качеств. Однако в данный период развития детей интеллектуальные и психологические процессы не стабильны, устойчивость к усталости признается низкой. Не смотря на то, что в течение 6-11 лет все эти показатели возрастают, производительность и

качество работы детей в данном возрасте значительно ниже, чем у детей среднего возраста.

Как уже было отмечено ранее в психике детей также происходят значительные перемены, что влияет на развитие потенциала ребенка, который реализуется посредством активности ребенка, познающего мир вокруг себя, а также себя в целом. Все полученные знания и навыки преобразовываются в опыт ребенка.

Для реализации учебного процесса в полной мере необходимо, чтобы соблюдались обе группы мотивов. Мотивы, которые исходят из образовательной деятельности, оказывают непосредственное влияние на получение знаний и навыков, в то время как социальные мотивы необходимы для стимулирования своей деятельности детьми самостоятельно. Социальные мотивы достигаются с помощью постановки цели, выбора необходимых решений и достижения конечного результата.

Важно отметить, что категории мотивов характеризуются специфическими особенностями на различных этапах детского развития. Среди детей, поступающих в школу, широкие социальные мотивы выражают необходимость того, чтобы пожилой дошкольный возраст занимал новую позицию среди окружающих, а именно положение школьника и желание провести серьезную социально значимую деятельность, связанную с этой ситуацией. При переходе детей из детского сада в начальную школу, они имеют когнитивные интересы, которые стоят на определенном уровне **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Таким образом, важно в первые 1-3 года обучения в школе педагогам заинтересовать детей, так как педагог является неким авторитетом с серьезной и сильной социально значимой деятельностью.

Итак, под младшим школьным возрастом принято понимать период развития и трансформации когнитивных процессов, которые начинают приобретать косвенный характер, и становятся сознательными и произвольными. В процессе обучения в начальной школе дети постепенно

получают навыки по овладению своими умственными процессами, а также учатся контролировать собственное внимание, память, мышление, двигательные процессы.

Координационные возможности людей зависят от выполнения двигательных действий. В научной литературе по физической культуре координационные способности обозначают ловкостью. Эти понятие близки по смыслу, но не тождественны.

Ловкость является проявлением координационных способностей. Главное особенностью и различием этих понятий является то, что координационные способности проявляются во всех видах деятельности, которые связаны с управлением согласованностью и соразмерностью движений, а также с позой. Ловкость в свою очередь отвечает лишь за регуляцию движений, а также переключаемость движений.

Таим образом, ловкость – это способность человека искусно и успешно справляться с любыми двигательными задачами, в том числе быстро и правильно находить выход из любого положения. Уровень развития ловкости зависит от степени развития психических способностей, которые занимают важное место в решении сложных координационных задач. С целью решения таких задач человеку необходимо хорошо быть развитым, как физически, так и психически.

Координация представляет собой сочетание движений. А координация движений имеет большое количество пониманий, с различными аспектами, которые высказывают как отечественные, так и зарубежные исследователи.

Координированность выступает результатом согласованного сочетания движений на основании поставленной задачи, состоянием организма и условиями деятельности. Координированность имеет разную меру выраженности у конкретного индивида. Мера индивидуальной выраженности координированности обнаруживается в успешности и качественном своеобразии организации и регулирования движений. При оценке индивидуальной выраженности координированности человека,

целесообразно использовать целый ряд критериев (свойств), отражающих разнообразные координационные способности. На основе данных критериев можно судить о степени эффективности управления определенными двигательными действиями у разных людей.

Для детей младшего школьного возраста, игры занимают очень значимое место в развитии целого комплекса физических качеств: скорость, координация, сила, а также гибкость и выносливость. Большинство игр требуют от занимающихся проявления быстроты (как можно быстрее убежать, догнать), а также быстрое реагирование на различные сигналы (развитие внимательности и скорости реакций).

В педагогическом процессе игра выполняет ряд функций: обучающую, развлекательную, коммуникативную, релаксационную, психотехническую, самовыражения, компенсаторную.

Секция - наиболее распространенная и эффективная форма обучения. В основе организации курса лежит принцип добровольности. Секция - это форма углубленного изучения одного из предметов по выбору учащихся, средство развития познавательных интересов школьников, их способностей, а также профессиональной ориентации учащихся.

Несмотря на то, что секции, как факультативные занятия, проводятся на добровольной основе, их посещение записавшимися учениками обязательно. Занятия включаются в расписание, и их проведение входит в учебную нагрузку учителя.

Секции проводятся с группой учащихся по программам, утвержденным Министерством образования РФ, или по авторским программам, утвержденным местными органами образования.

В связи с тем, что секции добровольные, то педагоги стараются уделить внимание тому, чтобы привлечь детей к занятиям посредством использования большого количества игр. На секциях учителя используют те же самые методы и формы обучения, что и на уроках. Однако секции могут дополняться внеклассными мероприятиями, которые позволяют раскрыть

личность ребенка, а также оказать влияние на развитие координационных способностей, ловкости, быстроте и других способностях учащихся.

Во второй главе исследования «Экспериментальное исследование по подбору и использованию подвижных игр для детей младшего школьного возраста» проведен эксперимент.

В рамках эксперимента проведен анализ рабочей документации и программ занятий. Это необходимо для определения направленности и содержания уроков и секций по физической культуре в данной школе, а также определению объема и интенсивности нагрузок детей, выполняемых на занятиях.

Педагогическое наблюдение применялось с целью контроля над качеством выполнения предложенных программ и его содержанием.

Для определения методики подбора игр на секциях был определен перечень упражнений и игры для учащихся. Занятия проводились на базе МОУ «СОШ с. Теликовка Духовницкого района Саратовской области» на протяжении 1, 2 и 3 четвертей. Экспериментальная группа детей занималась на секциях с уклоном на использование подвижных игр, которые должны оказать влияние на координацию движений. Контрольная группа занималась по обычной школьной программе. В исследовании приняли участие 20 учащихся, из них 10 девочек и 10 мальчиков. Все участники эксперимента отнесены к основной медицинской группе здоровья.

В экспериментальной группе подвижным играм уделялось в два раза больше внимания, с целью проверки эффективности таких игр на координацию движений.

На первом этапе эксперимента были определены объект и предмет исследования, поставлены цели и задачи и проведен анализ источников литературы электронного и печатного характера по данной проблеме.

С целью выявления уровня физического развития проведено исследование физической подготовки детей по следующим критериям, которые разработаны в исследованиях Антоновой Т.В. (программа «Истоки»).

По результатам исследования автор пришел к следующим выводам:

1. Изучив теоретические и методические нюансы трудности развития двигательных способностей учащихся младших классов средствами подвижных игр, выделено значение подвижных игр в развитии младших школьников, определены индивидуальные возможности развития двигательных возможностей детей.

2. Определены методические приемы, нужные в процессе проведения подвижных игр.

3. В ходе опытно-поисковой работы мной была испытана продуктивность развития двигательных возможностей детей средствами подвижных игр. Тестирование физических качеств и оценивание уровня сформированности в умении выполнять основные виды движений свидетельствуют о том, что влияние подвижных игр на физическое развитие детей велико.

Таким образом, сравнительный анализ результатов уровня развития координационных способностей детей показал, что разработанная методика подвижных игр по повышению уровня двигательной активности, направленная на развитие координационных способностей эффективна.

Результаты экспериментального исследования дают возможность сделать вывод о том, систематическое использование подвижных игр, направленных на развитие координационных способностей на занятиях физического воспитания с детьми повышает двигательную активность ребенка

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, цель и задачи исследования достигнуты:

1) Мы определили особенности физиологического развития детей младшего школьного возраста. Здоровье подрастающего поколения вызывает в настоящее время особую значимость и является предметом заботы страны и общества. Для решения этой проблемы огромное значение имеет формирование физической культуры личности школьника, в развитии которой огромное значение имеют подвижные игры, которые позволяют прививать устойчивый интерес и формировать ценностные ориентации подрастающего поколения в контексте ведения здорового образа жизни.

Продуктивность процесса физического воспитания в системе образования напрямую связана с увеличением творческой инициативы, самостоятельности, расширением средств физической культуры, удовлетворением актуальных потребностей личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности. Все эти задачи с успехом могут решать подвижные игры в силу своей универсальности, простоты, доступности, высокой эмоциональной привлекательности. Раскрыты особенности использования секций для учащихся начальной школы.

2) Мы изучили понятие и виды координационных способностей детей. Для развития координационных способностей у младших школьников используются самые разнообразные упражнения, в которых они должны выходить из неожиданно сложившейся ситуации с помощью находчивых, быстрых и эффективных действий. Видами координационных способностей являются: нервная, мышечная, двигательная.

3) Мы рассмотрели способы проведения подвижных игр в младшем школьном возрасте. Применение подвижных игр позволяет усилить возможности педагогических действий, способствуя удачному формированию актуально нужных двигательных умений и способностей,

системы познаний, психологических и моральных свойств личности, универсальных учебных действий.

Подвижные игры играют огромное значение в интеллектуальном и физическом развитии малыша. Разные подвижные игры помогают развивать разные группы мышц тела, координацию движений, содействуют развитию речи и мышления. Однако для того, чтоб эффект от игры был положительный, нужно при ее выборе учесть физиологические индивидуальности детишек разных возрастов; почти во всем успех игры зависит от выбора места ее проведения и подготовки этого места к игре, объяснения правил, разделения на команды и выбора водящих.

Подвижные игры являются отличным средством развития детей. Выбор игры зависит от ее содержания и особенностей, а так же от возраста, физического состояния и уровня двигательного развития участников игры. Чем младше дети, тем проще должны быть сюжет и правила игры, продолжительность короче, степень нагрузки меньше, паузы чаще, а участие воспитателя активнее. Подвижные игры для детей 3 лет должны быть несложными, правила – понятными, простыми, количество правил игры – незначительное.

4) Во втором разделе работы мы провели экспериментальное исследование по подбору и использованию подвижных игр для детей младшего школьного возраста. По результатам исследования мы пришли к выводу, что подвижные игры позволяют улучшить динамику физического развития школьников.

5) Мы провели анализ результатов исследования по подбору и использованию подвижных игр для детей младшего школьного возраста

6) Мы разработали рекомендации по использованию подвижных игр на уроках физической культуры в младшем школьном возрасте.

В ходе опытно-поисковой работы мной была испытана продуктивность развития двигательных возможностей детей средствами подвижных игр. Тестирование физических качеств и оценивание уровня сформированности в

умении выполнять основные виды движений свидетельствуют о том, что влияние подвижных игр на физическое развитие детей велико.

Таким образом, сравнительный анализ результатов уровня развития координационных способностей детей показал, что разработанная методика подвижных игр по повышению уровня двигательной активности, направленная на развитие координационных способностей эффективна.

Результаты экспериментального исследования дают возможность сделать вывод о том, систематическое использование подвижных игр, направленных на развитие координационных способностей на занятиях физического воспитания с детьми повышает двигательную активность ребенка.