

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Психология и педагогика дошкольного образования

(направленность (профиль) / специализация)

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)

на тему **РАЗВИТИЕ ЛОВКОСТИ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

Студент

Ю.А. Михайленко

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

к.п.н., доцент Г.М. Клочкова

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

Тольятти 2020

Аннотация

Бакалаврская работа рассматривает решение актуальной проблемы развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.

Целью исследования является теоретическое обоснование и экспериментальная апробация развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.

В исследовании решаются следующие задачи: анализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр; выявить уровень развития ловкости детей 6-7 лет; определить и апробировать комплекс подвижных игр для развития ловкости у детей 6-7 лет; выявить динамику в развитии ловкости у детей 6-7 лет.

Новизна исследования заключается в теоретическом обосновании влияния подвижных игр на развитие ловкости детей 6-7 лет.

Бакалаврская работа имеет новизну и практическую значимость; работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (31 источник) и 5 приложений.

Текст бакалаврской работы изложен на 59 страницах. Общий объем работы с приложением – 85 страниц. Текст работы иллюстрируют 12 рисунков и 3 таблицы.

Оглавление

Введение	4
Глава 1 Теоретические основы развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.....	8
1.1 Проблема развития ловкости детей дошкольного возраста в психолого-педагогических исследованиях	8
1.2 Возможности подвижных игр в развитии ловкости детей 6-7 лет	14
Глава 2 Экспериментальное исследование развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр	27
2.1 Диагностика уровня развития ловкости детей 6-7 лет.....	27
2.2 Содержание работы по развитию ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр	39
2.3 Выявление динамики в уровне развития ловкости детей 6-7 лет	45
Заключение	55
Список используемой литературы.....	57
Приложение А Список детей экспериментальной и контрольной групп.....	60
Приложение Б Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет на констатирующем этапе	62
Приложение В Тематическое планирование.....	64
Приложение Г Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет на контрольном этапе.....	68
Приложение Д Картотека конспектов досуга и развлечений с использованием подвижных игр	70

Введение

Забота о здоровье дошкольника стала занимать на всей планете приоритетные роли. В каждой стране необходимы личности творческие, гармонически развитые, активные, успешные и обладающие хорошим здоровьем. Физкультурно-оздоровительное направление деятельности российских детских образовательных учреждений всегда составляло самую важную и значимую сторону работы.

Всесторонне развитая личность является важной составной частью современного общества. Основной этап формирования такой личности приходится на время воспитания в дошкольной организации. ФГОС дошкольного образования, который утвержден приказом Министерства образования и науки РФ 17 октября 2013 года, содержит перечень требований к базовой программе дошкольных образовательных организаций (ДОО). Требования ориентируют ДОО на создание таких условий для ребенка, которые помогут раскрыть его личностный потенциал в ходе видов деятельности, характерных для того или иного возраста.

В современном мире наблюдается жесткий дефицит двигательной активности детей, что останавливает их нормальное физическое развитие, угрожает здоровью, поэтому начиная с самого младшего возраста, необходимо способствовать воспитанию у дошкольников твердого интереса, запроса на регулярные занятия спортивными упражнениями, ценностной нацеленности на здоровый образ жизни.

Разрешение задач физического развития детей дошкольного возраста связано с улучшением работы по общефизическому воспитанию в дошкольных образовательных организациях, с развитием физических качеств ребенка: силы, выносливости, быстроты, гибкости и ловкости.

Ловкость, играя одну из важных ролей в жизни ребенка, давно является предметом изучения различных исследователей. Так структура двигательных действий нашла свое отражение в трудах таких ученых, как: В.К. Бальсевич,

Н.А. Бернштейн, Ю.Д. Железняк, Л.П. Матвеев, И.М. Туревской, В.П. Филин, Н.А. Фомин и др.

Развитие различных физических качеств, по утверждению В.И. Лях, возможно уже с шести летнего возраста. Существование предпосылок для успешного развития всех двигательных способностей у дошкольников доказывают исследования В.В. Зайцевой, С.П. Левушкина, С.Н. Блинкова. По их мнению, развитие ловкости у детей 6-7 лет происходит под воздействием постоянных упражнений, что уменьшает вероятность создания у детей основ для ошибок при выполнении упражнений. Работа над их совершенствованием расширяет диапазон спортивных возможностей детей, формирует их координационные способности.

Ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста является игра. Поэтому исследователи: Ю.И. Портных, Е.Р. Яхонтов, Д.А. Синяжников связывают развитие ловкости с подвижными играми, обусловленными определенными правилами и имеющие эмоциональную окраску. Подвижные игры оказывают всестороннее влияние не только на организм, но и на формирование личности ребенка. Игра, протекая ненавязчиво и незаметно, позволяет ребенку само выражаться, применять сформированные умения и осваивать новые. Только из такого обучения ребенок сможет извлечь пользу.

Таким образом, актуальность темы исследования обусловлена тем, что хоть ловкость и является врожденным физическим качеством, но существует большое количество факторов, позволяющих развивать эти способности.

Теоретический анализ исследований данной проблемы позволил выявить **противоречие** между необходимостью развития ловкости детей

6-7 лет и недостаточным использованием в этом процессе подвижных игр.

Проблема исследования: каковы возможности подвижных игр в развитии ловкости детей 6-7 лет?

Актуальность выявленной проблемы и обозначенное противоречие определили **тему исследования**: «Развитие ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально апробировать развитие ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.

Объект исследования: процесс развития ловкости детей 6-7 лет.

Предмет исследования: развитие ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.

Гипотеза исследования: развить ловкость детей 6-7 лет посредством подвижных игр возможно, если:

- разработать комплекс подвижных игр с учетом возрастных особенностей детей и в соответствии с составляющими /показателями ловкости;
- осуществлено постепенное усложнение подвижных игр и упражнений;
- включены подвижные игры на развитие ловкости в разные формы физкультурно-оздоровительной работы детского сада.

Задачи исследования.

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.
2. Выявить уровень развития ловкости детей 6-7 лет.
3. Определить и апробировать комплекс подвижных игр для развития ловкости у детей 6-7 лет.
4. Выявить динамику в развитии ловкости у детей 6-7 лет.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме; психолого-педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий и контрольный этапы), качественный и количественный анализ эмпирических данных.

Теоретическая основа исследования:

- теория о структуре двигательных действий (В.К. Бальсевич, Н.А. Бернштейн, Ю.Д. Железняк, Л.П. Матвеева, И.М. Туревской, В.П. Филина, Н.А. Фомина, В.И. Ляха, В.В. Зайцевой, С.П. Левушкина, С.Н. Блинкова и др.);
- теория развития физических качеств дошкольников (В.Н. Занефский, З.И. Кузнецова, М.Х. Спаева и др.);
- исследования развития различных физических качеств у детей 6 лет (В.И. Лях);
- психолого-педагогические исследования проблемы развития детской ловкости посредством подвижных игр (Ю.И. Портных, Е.Р. Яхонтов, Д.А. Синяжников).

Новизна работы заключается в теоретическом обосновании влияния подвижных игр на развитие ловкости детей 6-7 лет.

Теоретическая значимость работы состоит в том, что в работе обосновано применение подвижные игры как средства для развития ловкости детей 6-7 лет.

Практическая значимость работы заключается в том, что разработанный комплекс подвижных игр для развития ловкости детей 6-7 лет может быть использован в работе воспитателей других дошкольных образовательных организаций.

Экспериментальная база исследования: ГБОУ Школа № 1400 Дошкольный корпус № 9, Москва.

В исследовании принимали участие 40 детей подготовительной группы в возрасте 6-7 лет.

Структура бакалаврской работы: введение, две главы, заключение, список используемой литературы (31 источник), приложение (5 приложений). Текст работы иллюстрирован 3 таблицами, 12 рисунками.

Глава 1 Теоретические основы развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр

1.1 Проблема развития ловкости детей дошкольного возраста в психолого-педагогических исследованиях

В современной дошкольной педагогике при организации процесса воспитания детей выделены определённые направления, позволяющие более подробно рассматривать задачи, методы и средства воспитания. К таковым относятся: процесс умственного воспитания, нравственного, трудового, физического, художественно-эстетического воспитания, а также в некоторых исследованиях рассматривается процесс экологического и правового воспитания. Физическое воспитание детей дошкольного возраста является ведущим в современных дошкольных образовательных организациях [14].

В основу воспитания физических качеств положено развитие физических способностей. К физическим способностям относятся силовые, скоростные, координационные способности. Развитие этих качеств можно считать процессом, который проходит не быстро, но он способен качественно изменяться через использование физических упражнений. В современной методической науке развитие физических качеств ребенка вступает одной из актуальных проблем. Потому что базовый уровень физической подготовки зависит от того, какими качествами обладает ребенок: быстрота, выносливость, сила, ловкость, гибкость.

Ловкость – это сложный психофизический комплекс, включающий в себя: умение распределять и концентрировать внимание, способность быстро ориентироваться, оперативно мыслить, направлять волевые усилия на управление эмоциями и выполнять сложно координированные действия.

Ловкость выступает не навыками или даже не совокупностью навыков. В этом понятии заложен более глубокий смысл. Н.А. Бернштейн склонен считать ловкость качеством человека, которая показывает соотношение

нервной системы к нашим навыкам. Двигательные навыки формируются как следствие двигательной ловкости. В процессе формирования двигательных навыков формируются качества личности. Но эти две стороны взаимосвязаны [2].

Среди показателей ловкости выделим следующие: быстрая реакция на изменяющуюся ситуацию, умение четко выполнять двигательные навыки, быстро обучаться чему-то новому, использовать свои двигательные навыки. В процессе оценивания и выполнения движений в пространстве и времени так же участвует ловкость вместе с силовыми качествами человека. Если дошкольник четко и быстро выполняет требуемые движения, то это говорит о том, что у него хороший уровень ловкости, и он включает ловкость при выполнении правил подвижной игры, даже с дополнительными заданиями (например, преодоление полосы препятствий и т.д.).

Вопросы, связанные с формированием ловкости, выступают достаточно актуальными и дискурсивными. Как мы уже указывали, очень плотно проблемами сущности и природы ловкости занимался известный исследователь-физиолог Н.А. Бернштейн. Проведя скрупулезный анализ всех параметров ловкости в точки зрения физиологии человека, он считал, что ловкость – это не способность, а особое качество.

Н.А. Бернштейн считает, что само понятие «ловкость» выступает четким и логичным и отражает всю сущность данного понятия. Если надо решить двигательную задачу, но не идти напролом, а использовать находчивость, тогда, по мнению ученого, человек применяет ловкость и способен приловчиться сделать что-то. Если нельзя применить силу, то можно применить уловку. «Наловчиться» – это означает настолько овладеть некоторыми навыками, способными помочь решить человеку разнообразные жизненные задачи. То есть это некая двигательная активность, помогающая присовокупить движения человека к решаемой задаче. Это и есть ловкость.

Все эти идеи приводят Н.А. Бернштейна к формулировке понятия ловкости как способности выйти из сложного положения с помощью активности, т.е. двигательно справиться с возникшей задачей, а именно:

- справиться верно, точно и адекватно;
- достаточно быстро, т.е. скоро, без промедлений, скоро;
- рационально, т.е., с экономией ресурсов и целесообразно;
- находчиво, т.е., с использованием изворотливости и инициативы [1].

Многие ученые, изучая природу ловкости, указывают, что важным качеством ловкости выступает быстрота. Ученые отмечают важность психологической быстроты, которая стоит в умении решительно реагировать и предугадывать дальнейшие действия. В.С. Фарфель акцентирует, что ловкость – это умение быстро совершать двигательные действия. От этого зависит и рациональность движений, которая содержится в самих движениях, и которую тоже надо формировать.

Между ловкостью и координацией существует тесная связь, но, в тоже время, они отличны друг от друга. Сущность двигательной ловкости в проявлении находчивости, которая со временем переходит в умственную находчивость. Качество ловкости необходимо в жизни при быстро изменяющихся событиях, при четкости выполнения сложного задания, при быстрой реакции на сложную ситуацию.

В основе двигательного опыта лежит находчивость, которая зависит от накопленного опыта посредством движений. «Ловкость не однородна по своей структуре, она имеет несколько уровней. Первый уровень – телесная ловкость; второй – предметная (ручная ловкость)» [4].

Ловкость должна включать в себя гораздо больше элементов. Поэтому исследователь выделяет такие элементы ловкости:

- ручная ловкость, когда человек ловкий с различными предметами. Эту ловкость еще называют ручной;

- командная ловкость, когда человек владеет тактикой и согласованными действиями в командной игре и при взаимодействии с другими участниками;
- телесная ловкость, которая показывает себя в двигательных упражнениях;
- ловкость предвидения, когда человек может проявлять ловкость в условиях, которые постоянно усложняются;
- согласованная ловкость, когда нужна согласованность с участниками при выполнении определенных упражнений.

Некоторыми учеными предлагается системный подход к пониманию ловкости (В.С. Фарфель, В.С. Филлипович и др.). Ловкость можно тренировать, т.к. она выступает следствием психофизических процессов. Поэтому ловкость не является навыком. Это соотношение между навыками и состоянием нервной системой. «Формирование двигательного навыка зависит от того, как быстра у человека двигательная активность и насколько человек может его совершенствовать. Способность к тренировкам и сама ловкость – это те качества, которые можно развить и подчинить себе» [13].

По мнению В.И. Ляха, развивать ловкость следует по следующим причинам:

- данное качество способствует овладению новыми видами двигательной активности;
- в ходе овладения новыми видами движений совершенствуются психические процессы (память, мышление, представление, восприятие движений и обстановки);
- развитие ловкости до высокого уровня способствует быстрому и эффективному осуществлению тактических действий с целью взаимодействия в ходе игры, перемещений в циклических движениях, единоборствах;
- наличие данных способностей прививает навык более экономного расходования физических сил [11].

Все упражнения с целью развития ловкости обязаны включать элементы неожиданности. Чаще развивая такое качество у ребенка, используются повторяемые и игровые упражнения.

Ловким можно считать ребенка, затратившего для выполнения задания минимум времени: быстро залез и слез по ступеням, перелез через коня, обежал препятствие. Но ловкость не включает только быстроту двигательной реакции. Ловкость важна при выполнении базовых движений, в активных играх, спортивных упражнениях. Ловкость соединяет в себе множество двигательных качеств. В некоторых случаях она сочетается с быстротой, в некоторых – с хорошим чувством статики. В ловкости демонстрируется способность точно увидеть и выполнить движение, учитывая его пространственные, временные и силовые качества.

Развитие ловкости детей 6-7 лет происходит в процессе физического воспитания.

«Физическое воспитание – это организованный процесс, направленный на сохранение и укрепление здоровья детей, а также на формирование у них навыков ЗОЖ. Основная цель физического воспитания в ДОО – это создание необходимых условий для всестороннего развития личности детей» [7].

Достижение цели физического воспитания осуществляется посредством решения ряда задач, которые принято делить на три основные группы:

- оздоровительные задачи направлены на укрепление здоровья детей, их всестороннее личностное развитие, обеспечение необходимого уровня развития физической работоспособности и физических качеств, в соответствии с возрастными стандартами, а также закаливание организма.
- образовательные задачи направлены на формирование и развитие жизненно необходимых навыков естественных движений, развитие умения управлять собственным телом, усвоение знаний о здоровье и физическом развитии.

– воспитательные – на нравственное, трудовое, умственное и эстетическое воспитание детей.

«Средствами развития двигательных действий являются:

- физические упражнения, представляющие собой комплекс элементарных двигательных действий, осуществляемых в системе, с целью физического развития;
- закаливание (воздействие на организм различными природными факторами (солнце, воздух, вода и т.д.), с целью укрепления и повышения его сопротивляемости);
- средства гигиены (соблюдение режима дня)» [15].

Средства развития ловкости детей 6-7 лет направлены на достижение основной цели – сохранение и укрепление физического здоровья подрастающего поколения. Эффективность организации развития ловкости детей 6-7 лет во многом зависит от соблюдения «следующих принципов:

- принцип взаимосвязи физического воспитания с общим развитием ребенка;
- принцип всесторонности физического воспитания;
- принцип соблюдения эмоционально-положительного влияния используемых в процессе физического воспитания методов и средств;
- принцип систематичности и последовательности процесса физического воспитания;
- принцип комплексного применения воздействия окружающей среды, воспитания и обучения в физическом развитии ребенка;
- принцип индивидуальности;
- принцип активности и сознательности физического воспитания» [14].

Помимо этого, в процессе развития ловкости детей 6-7 лет используются и традиционные принципы воспитания – наглядности, доступности, преемственности и т.д.

Основное назначение принципов развития двигательных действий состоит:

- в создании благоприятных условий для реализации каждым ребенком своих физических возможностей, их развитии и совершенствовании (то есть для достижения основной цели и решения задач развития двигательных действий);
- в объединении всех направлений развития двигательных действий ребенка;
- в определении и в выделении основных путей, способствующих достижению положительных результатов в процессе занятий физической культурой и спортом.

Таким образом, ловкость – это сложный психофизический комплекс, включающий в себя: умение распределять и концентрировать внимание, способность быстро ориентироваться, оперативно мыслить, направлять волевые усилия на управление эмоциями и выполнять сложно координированные действия. Физическое воспитание детей – это специально организованный педагогический процесс, направленный на сохранение и укрепление физического здоровья детей, развитие двигательных умений и навыков, достижение физического совершенства, привычек ЗОЖ и личной гигиены. Сущность процесса физического воспитания детей заключается в усвоении основ физической культуры и гармоничного развития личности каждого ребенка.

1.2 Возможности подвижных игр в развитии ловкости детей 6-7 лет

Старший дошкольный возраст чрезвычайно важен для социально-психологического благополучия детей. «Понимание внутреннего механизма психического развития, аспектов воздействия социальной ситуации и ведущего вида деятельности в большей степени способно определить успех профессиональной деятельности педагога начальной школы» [1].

Старший дошкольный возраст в рамках современной периодизации психического развития включает промежуток от 5 до 7 лет. Выделение

данных возрастов в отдельную стадию исторически произошло относительно недавно. Содержание и социальные задачи данного этапа до настоящего времени окончательно не определены, поэтому его рамки не считаются неизменными. В этом возрасте дети стремятся все больше взаимодействовать со сверстниками, строить социальные контакты. При этом, их эмоциональный настрой остается таким же неустойчивым, как и у средних дошкольников. Ребенок имеет неустойчивое внимание, сложности с его концентрацией, нестабильность мыслительной деятельности. Поведение ребенка становится более осознанным и произвольным. Значение речи в построении коммуникативных контактах и иных направлениях деятельности все больше возрастает. «К шестилетнему возрасту дети начинают активно заниматься изобразительной деятельностью. Рисунки характеризуются детализированностью и художественным замыслом. Кроме того, у детей развиваются технические способности. Дети не просто конструируют что-либо, но и задумывают вид конструкции и ищут варианты ее практического воплощения» [6].

Отличительной чертой психического развития ребенка пяти лет является произвольность и осознанность функционирования процессов памяти, внимания и восприятия. «В целом психическое развитие характеризуется следующими чертами:

- первоначальное развитие волевых качеств;
- преобладание наглядно- образного мышления;
- выполнение действий, носящих практическую ориентацию, основанных на опыте;
- начальные задатки развития словесно-логического мышления;
- расширение объема и возможностей памяти;
- внимание становится более стабильным и сосредоточенным. Дети способны заниматься какой-то одной деятельностью в течение двадцати минут;

- преобладание эгоцентрической позиции в мыслительной деятельности и поведенческих процессах;
- развитие интеллектуального общения» [8].

Данный возрастной период характеризуется активным развитием эмоциональной личностной структуры. Дети начинают испытывать первые осознанные привязанности и симпатии. Они являются более глубокими и осознанными. При этом, наблюдается активная эмоциональная связь между ребенком и близкими ему людьми. Ребенок чувствует состояние взрослых, стремится помочь им, снять эмоциональное напряжение, сочувствует и сопереживает. Характерной чертой этого возрастного периода является острая чувствительность ребенка. Он очень раним, его легко обидеть, и огорчить. Похвала воспринимается им очень эмоционально, а замечания или требования остро переживаются. «Дети старшего дошкольного возраста ориентируются в своей деятельности на активно развитое воображение. Это опасно тем, что может развить разнообразные страхи. Поэтому нужно обращать внимание на фантазии ребенка, воображаемых друзей и прочих выдуманных персонажей» [21].

Физическое развитие детей старшего дошкольного возраста идет менее интенсивно, чем в раннем детстве. Пятилетние дети активно развиваются физически и их возможности быстро возрастают. У детей данной возрастной группы «наблюдаются:

- развитие координации движений, ее развитость и устойчивость. Если ранее движения ребенка были хаотичными и пространственно-неустойчивыми, то в настоящее время они становятся более стабильными и уверенными;
- потребность в постоянной двигательной активности. Энергия ребенка в фазе роста, поэтому ему требуется ее расходовать;
- активное развитие моторных функций. Все движения ребенка старшего дошкольного возраста характеризуются быстротой и ловкостью;

- неравномерный рост мышц. Ребенок развивается достаточно быстрыми темпами, в том числе и его мышцы. Однако они растут неравномерно, что требует с умом подходить к физической нагрузке ребенка. Ее нужно равномерно распределять и избегать перегрузок. Это устранит проблемы с усталостью ребенка и перенапряжением;
- темпы физического развития ребенка: рост на 5-8 см в год и набор 1,5-2 кг веса;
- целенаправленность двигательных функций. Движения ребенка носят уже не простой, а целенаправленный характер. Они мотивированные, осознанны и регулируются ребенком;
- двигательная активность находится в прямой зависимости от эмоционального настроения. Ребенок не способен к выполнению какого-то физического действия без желания и заинтересованности в нем. Точно также, остановить выполнение какой-то деятельности ребенок не может просто так;
- заинтересованность познания собственного физического устройства и развития, способностей;
- рост степени функциональных возможностей;
- развитие навыков гигиены, способности к элементарному самообслуживанию» [3].

К 6-7 годам двигательные навыки детей уже более совершенны, дети осваивают бег, прыжки, ловлю мяча, перепрыгивание через предметы и препятствия. В возрасте от 6-ти до 7-ми лет практически вдвое увеличивается сила ребенка, возрастают показатели быстроты и выносливости. В младшем школьном возрасте физическое развитие ребенка характеризуется легкостью движений, ритмичностью, наличием глазомера, согласованности в движениях и т.д.

Однако, несмотря на все достижения в физическом развитии, подход к физическому воспитанию детей должен быть индивидуальным. Только в

этом случае можно достичь достаточно высоких результатов физического развития.

Так, дети 4-6 лет обладают низким уровнем развития координации, нестабильной координацией симметричных движений, двигательные навыки формируются у них на фоне избытка ориентировочных, лишних двигательных реакций, а способность к дифференцировке усилий — низкая. «В возрасте 7-8 лет двигательные координации характеризуются неустойчивостью скоростных параметров и ритмичности» [22].

Эффективность физического развития детей старшего дошкольного возраста, зависит от соблюдения ряда условий:

- адекватность подобранных методов и средств обучения, их соответствие возрастным возможностям ребенка;
- сочетание традиционных и нетрадиционных методов физического развития. Традиционные методы – это физкультурные занятия, утренняя гимнастика и т.д. К нетрадиционным методам относятся спортивные танцы, ритмическая гимнастика и т.д.;
- создание благоприятной психологической атмосферы во время проведения занятий, направленных на физическое развитие детей.
- установление доверительных взаимоотношений между педагогом и воспитанниками, основанных на взаимном уважении и любви» [26].

В условиях современной глобализации и информатизации общества, быстрого изменения содержания и способов коммуникации и рост информационной насыщенности среды жизнедеятельности нужна педагогически обоснованная технология реализации задач по социализации личности на этапе дошкольного детства, что требует обновленного подхода и создание педагогических условий для социализации личности. Это будет способствовать отражению социализированной траектории установления базовых отношений личности в дошкольном детстве с социальным миром.

Анализ имеющихся в современном научном пространстве концепций понимания детства позволил проследить необходимость пересмотра

традиционных подходов к детству, единство ученых в позиции признания самоценности детства, актуальность выработки новой парадигмы, центрированной на свете детства. Зато изменения, происходящие на современном этапе развития общества, обусловили противоречия между идеей новой философии образования, признает детством право на самоценности, и традиционной педагогической позицией отношение к детям как к объектам воспитательного воздействия. Постепенное усложнение содержания процесса социализации требует целостного понимания ребенка как объекта и субъекта социализации, обусловлено особенностями и спецификой процесса социализации в дошкольном возрасте.

Среди основных специфических черт дошкольного детства выделяют:

- ребенок-дошкольник как личность находится на этапе становления, созревания и развития; формирование основ личностной активности, самостоятельности, инициативности, ответственности и личностного становления;
- самоценность этого периода определяется наличием детской субкультуры;
- доминированием игровой деятельности;
- детские виды деятельности имеют специфический характер и формируют главные достижения ребенка в ее физическом, психическом и социальном развитии, всегда отвечают интересам и потребностям ребенка;
- сенситивный период для первичной социализации личности;
- период формирования ценностного отношения к природе, культуры, людей и самого себя, ориентации на мир людей, постижение содержания и форм человеческих отношений;
- высокая эмоциональная насыщенность всех сфер жизнедеятельности ребенка, его любознательность, непосредственность, оптимизм как важная предпосылка для эмоционально-практического познания окружающей среды и самого себя;

– чувствительность к социально-психологическим механизмам внушения, подражания; сочетание механизмов идентификации. Эти механизмы социализации дают ребенку возможность развиваться, рефлексировать и соответствовать социальным ожиданиям общества. Важным содержательным компонентом процесса социализации ребенка-дошкольника нами определено образ социального мира.

Образ мира возникает у ребенка в процессе взаимодействия с реальностью, которую она отражает в своих мозговых структурах из-за использования личного опыта, приобретенного во время восприятия предметов и явлений общественной окружающей среды. В процессе становления четких взглядов на мир и на себя вырабатывается определенная система ценностей и собственная жизненная позиция. Итак, взросления ребенка, его успешная физическая активность безусловно зависят от того, насколько ребенок признается взрослыми субъектом взаимоотношений с окружающей средой, насколько они позволяют ребенку проявлять эту субъектность, создавая условия для конструирования образа мира.

Педагогическое осмысление, ее особенностей и специфики на этапе дошкольного детства позволяют выстроить стратегию образовательно-воспитательной деятельности, направленной на актуализацию физическую подготовку ребенка. Системно-целостный подход обеспечивает ориентацию на целостное понимание ребенка, а также комплексное изучение существенных закономерностей развития процессов воспитания и социализации как единого целого с позиций системного анализа. Его реализация позволяет рассматривать дошкольное учреждение как педагогическую систему, которая требует согласования и координации всех ее компонентов, совокупности взаимосвязанных между собой средств, методов и процессов, имеющих новые качественные признаки, необходимые для создания педагогически взвешенного влияния на социальное становление личности ребенка.

Реализация культурологического подхода обеспечивает вхождение ребенка в мир культуры, предполагает усвоение ею духовно-культурных ценностей человечества, дает возможность использовать личностный потенциал, привлекать детей к собственной жизни творчества, формировать чувство причастности ребенка к определенной культуре.

Компетентностный подход представляет целостную систему определения целей, задач, содержания, организационного и технологического обеспечения социальной компетентности личности в дошкольном детстве, позволяет точно определить содержательные линии и логику введения ребенка в общественную окружающую среду, направляет на формирование социальной компетентности детей, необходимой для обеспечения их жизнедеятельности в социуме.

На период старшего дошкольного возраста ребенка характеризуют следующие достижения: психофизиологические, социальные, личностные достижения в развитии, относительная автономность и самостоятельность ребенка в поведении, сформированы навыки самообслуживания, организация и характер совместной деятельности, сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Эти новообразования свидетельствуют становления компетентной личности, которые рассматриваются как ориентировочные показатели развития личности, как своеобразные личностные характеристики, определяющие способность ребенка к выбору способа поведения в окружающей среде, и наладка ней взаимодействия с социумом. Следовательно, социально компетентный ребенок способен ощущать свое место в системе отношений и адекватно вести себя в общественном окружающей среде.

Итак, физическое развитие личности старшего дошкольника – это процесс индивидуализации ребенка в процессе развития быстроты и ловкости в виде определенных правил и норм поведения.

Таким образом, старший дошкольный возраст в рамках современной периодизации психического развития включает промежуток от 5 до 7 лет. В

старшем дошкольном возрасте происходит нарастание мышечной массы, увеличивается мышечная сила. Более интенсивно развиваются крупные группы мышц. Формирование двигательной функции у детей определяется созреванием опорно-двигательного аппарата и степенью зрелости высших центров регуляции движения.

Ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста является игра. Привлекательная и радостная игровая деятельность является формой для самостоятельности и само активности ребенка. В игре, из-за ее характера ребенок может проявить высокую степень самостоятельности и активности. Таким образом, игра оказывается единственно доступной для него деятельностью, в которой он может быть отделён от условий окружающего мира и определённых рамок поведения.

«Являясь ведущей и доминирующей деятельностью в раннем детстве, игра создает условия для использования психической и физической энергии ребенка при решении различных примеров из повседневной жизни, и особенно понимание сложных отношений, которые возникают во время игры. Так они приближаются к реальной жизни взрослых, и становятся её частью. Она усиливает мотивацию всех участников во время самой игры, где дети могут на практике применить, чтобы понять и интегрировать по полной программе осваиваемых ранее привычки и навыки» [11].

Огромную роль игр на формирование личности отмечают: С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, А.А. Смирнов и другие. В игровой деятельности, обычно создают устойчивые формы поведения, которые проявляются в его различных формах – организованности и самостоятельности. «Сильное желание ребенка играть и участвовать в совместной игре помогает ему проявлять милосердие, отзывчивость, скромность и честность к партнерам во время игры» [2].

Игра как форма самоорганизации имеет преимущество перед другими, формами деятельности, потому что дает возможность обеспечить, прежде всего, саму жизнь детей, их самостоятельность и активность. Свободные

игры являются местом, где возникает реальная самостоятельность детей дошкольного возраста.

В дошкольном детстве необходимо уделить отдельное внимание подвижным играм как форме игрового метода, ибо они являются способом развития физических характеристик. «По ходу игровой активности возникает потребность двигаться и действовать в неожиданно изменяющихся ситуациях и разрешать двигательные задачи в короткие сроки, проявляя разные физические качества, например координационные способности» [13].

В истории педагогической науки России теории подвижных игр уделялось большое внимание. Они рассматривались в качестве основы физического развития ребенка. Во второй половине XIX в. выходят в свет работы известнейших педагогов Н.И. Пирогова, затем Е.Н. Водовозова, П.Ф. Каптерева и др. В этих работах подчеркивается «ведущее значение подвижных игр как ведущей деятельности, отвечающей интересам определенного возрастного периода» [12].

Основатель российской теории физического воспитания П. Ф. Лесгафт утверждал, что игра является упражнением, с которого начинается подготовка ребенка к жизни. Вопросы методического обеспечения и методики игры анализировались Д.Б. Элькониным, А.А. Леонтьевым, А.В. Запорожцем, Н.Н. Поддъяковым, А.И. Быковой, М.М. Конторович, Л.И. Михайловой, Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Л.В. Артамоновой и др.

Эти исследователи заложили свой взгляд на подвижную игру, как на повседневное детское занятие, которое способно удовлетворять потребность организма в двигательной активности, коллективной деятельности и положительных эмоциях, а также как на педагогический инструмент для физического развития и социализации дошкольников. Истоками подвижной игры выступает моделирование доступной для дошкольника деятельности, которая подготавливает его к жизни, труду и активной работе в обществе.

Отечественные педагоги и возрастные психологи уделяли большое внимание подвижным играм и активным физическим упражнениям

(А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, А.В. Запорожец и др.). Данные ученые утверждали, что подвижная игра в комплексе с подвижными упражнениями выступает основой физического развития.

Педагоги Н. Пирогов, П. Каптерев, П. Лесгафт, В. Гориневский, Е. Аркин «рассматривали подвижные игры базой развития физической самостоятельности ребенка, умением распоряжаться своей физической активностью и эмоциональным состоянием» [25].

Методическим основам организации подвижных игр и подвижных упражнений, обучению ориентированию в пространстве, а также формированию здоровья детей в ходе такой деятельности уделяли внимание Л.А. Артамонова, Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.В. Коровина и др.

Придавая большую роль подвижной игре в воспитании, рассматривая ее как средство физического воспитания, Н.К. Крупская акцентировала внимание на важности развития у детей самостоятельности.

Н.В. Полтавцева, Э.Я. Степаненкова, Л.М. Коровина, ученики и последователи А.В. Кенеман, также рассматривали игру в качестве модели поведения дошкольника, в процессе которой он познает окружающую действительность и приобретает способность ее преобразовывать.

В этой же области работали Д.В. Хухлаева, Г.П. Юрко и др. Их научные разработки стали основой современных подходов к пониманию путей развития дошкольника.

Н.А. Метловой, М.М. Конторович, Л.И. Михайловой была разработана программа по физическому воспитанию детей и выпущен сборник подвижных игр для дошкольных учреждений. Однако, представленные в нем игры, хотя и распределены по возрастам, не ранжированы по степени сложности, не содержат варианты усложнений, не охватывают все психофизические качества.

«В практике работы педагогами часто используются игры одного вида в основном бессюжетные и сюжетные, меньше используются игры-забавы, эстафеты, игры аттракционы, народные игры не учитывается степень

подвижности игры, недостаточно игр на развитие гибкости, меткости, равновесия» [6].

Несмотря на широкую разработанность данной темы, еще имеет место противоречие между необходимостью развивать психофизические качества детей и не достаточным использованием всех потенциальных возможностей такого средства как подвижная игра и эстафета.

В основу воспитания физических качеств положено развитие физических способностей. «К физическим способностям относятся силовые, скоростные, координационные способности» [13].

Развитие этих качеств можно считать процессом, который проходит не быстро, но он способен качественно изменяться через использование физических упражнений. В современной методической науке развитие физических качеств ребенка вступает одной из актуальных проблем.

Подвижные игры выступают самым универсальным и достижимым средством формирования двигательной сферы дошкольников. «Игры оказывают разностороннее, комплексное влияние на организм дошкольника, способствуют не столько физическому, но и нравственному, психическому, трудовому и нравственному воспитанию ребенка. При помощи разных игровых движений и обстоятельств ребенок познает жизнь, получает новые знания и информацию, осваивает общение. Благодаря движениям растет общая жизненная мотивация организма ребенка, возрастает трудовая активность, выносливость, невосприимчивость к болезням» [7].

Многочисленные педагогические исследования показывают, что важный результат игры – есть радость и эмоциональный всплеск у детей. Благодаря этой характеристике игровой деятельности, в значительной степени ее соревновательного характера, более чем иные формы и средства физической активности, соответствуют воспитанию двигательных способностей у дошкольников.

Таким образом, игра – это важнейшее звено в коммуникации между детьми. Взрослые могут создать коллектив дошкольников, давая

возможность играть коллективом и разрешая межличностные детские конфликты.

Игровой метод – это один из способов организации процесса овладения специальными знаниями, умениями и навыками, развитием двигательных качеств, который основан на включении в образовательный процесс различных компонентов игровой деятельности. В качестве игровых компонентов могут выступать воображаемые игровые ситуации, разыгрывание сюжетов, ролей, осуществление действий с предметами или выполнение определенных правил.

Таким образом, в дошкольном детстве необходимо уделить отдельное внимание подвижным играм, как форме игрового метода, ибо они являются способом развития физических характеристик. По ходу игровой активности возникает потребность двигаться и действовать в неожиданно изменяющихся ситуациях и разрешать двигательные задачи в короткие сроки, проявляя разные физические качества, например координационные способности. Двигательные умения и привычки, сформированные у детей дошкольников, составляют фундамент его дальнейшего совершенствования, помогают овладению более сложными двигательными навыками и позволяют в дальнейшем добиться высоких результатов в физическом развитии.

Глава 2 Экспериментальное исследование развития ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр

2.1 Диагностика уровня развития ловкости детей 6-7 лет

Экспериментальная работа проводилась на базе ГБОУ Школа № 1400, Дошкольный корпус № 9. В данном исследовании испытуемые – 40 детей в возрасте 6-7 лет, которые для эксперимента были разделены на две группы – экспериментальную (20 детей) и контрольную (20 детей).

Целью констатирующего этапа экспериментальной работы было выявление уровня развития ловкости детей 6-7 лет. Критерии и показатели, а также диагностические задания были разработаны на констатирующем этапе эксперимента (с опорой на исследования Н.А. Бернштейна) и представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Диагностическая карта исследования

Показатели ловкости	Диагностические задания
Координационные способности, относящиеся к целостным двигательным действиям	Диагностическое задание 1. «Прыжок в длину с места без помощи рук»
Способность к дифференцированию	Диагностическое задание 2. «Комбинированная проба на ловкость»
Способность к ориентированию в пространстве	Диагностическое задание 3. «Бег зигзагом»
Комплексная реакция	Диагностическое задание 4. «Прыжки через препятствие и пролезание под ним»
Способность к равновесию	Диагностическое задание 5. «Ходьба по прямой с закрытыми глазами»

Опишем подробнее диагностические задания.

Диагностическое задание 1. «Прыжок в длину с места без помощи рук».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям.

Содержание. Исследование проводится индивидуально. Ребенок встает у линии старта, по команде отталкивается двумя ногами и выполняет прыжок на максимальное расстояние. Фиксируется тот результат, который отмечается в момент постановки ног на опору.

Критерии оценки результатов.

При оценивании результаты сопоставляются с нормативами:

- высокий уровень (120-133 см.);
- средний уровень (112 – 118 см.);
- низкий уровень (100 – 110 см.);

После проведения диагностической методики 1 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 8 (40 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в прыжке в длину с места без рук.

У 12 (60 %) детей средний уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Так, Маша А., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты в прыжке в длину с места без рук.

После проведения диагностической методики 1 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 9 (45 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, у них низкий уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям в прыжке в длину с места без рук.

11(55 %) детей находятся на среднем уровне развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Так,

Саша А., Оля Е. и другие демонстрируют средние результаты в прыжке в длину с места без рук.

Низкий уровень развития координационных способностей у детей экспериментальной и контрольной группы выявлен не был.

После проведения диагностического задания 1 в экспериментальной и контрольной группе, были получены результаты, процентное соотношение которых, представлено на рисунке 1.

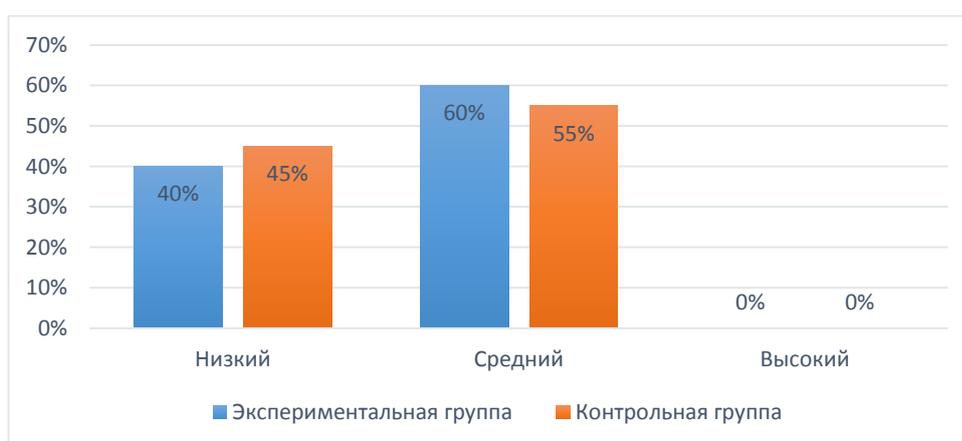


Рисунок 1 – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 1, %

Диагностическое задание 2. «Комбинированная проба на ловкость».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет способности к дифференцированию.

Материал: измерительная лента, 6 теннисных мячей, 1 гимнастический обруч, 1 медицинбол массой 1 кг, 1 мат.

Содержание. Исследование проводится индивидуально. Испытуемый стоит за линией броска, спиной к направлению броска. Ему необходимо, бросая мяч над головой или над плечом, попасть в цель, находящуюся на расстоянии 2 м. После объяснения и демонстрации следует одна пробная и 5 зачетных попыток. Испытуемый стоит на ящике высотой 90 см. На мате, на расстоянии 1 м. от ящика мелом отмечена черта. Ученик, прыгнув вниз,

должен приземлиться пятками за этой чертой. После объяснения и показа воспитаннику предоставляется 2 зачетные попытки.

Критерии оценки результатов.

При оценивании результаты сопоставляются с нормативами:

1) бросок мяча в цель, стоя спиной к цели:

- попадание в медбол (высокий уровень);
- попадание между обручем и медболом (средний уровень);
- попадание в мат или в гимнастический обруч (низкий уровень).

2) прыжки вниз на разметку:

- высокий уровень (1 см и менее);
- средний уровень (1,1 см - 4,9 см);
- низкий уровень (более 5 см) [6].

После проведения диагностического задания 2 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 7 (35 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к дифференцированию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

13 (65 %) детям присвоен средний уровень развития способности к дифференцированию. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют низкие результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

После проведения диагностического задания 2 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 7 (35 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к дифференцированию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

13 (65 %) детям присвоен средний уровень развития способности к дифференцированию. Так, Саша А., Оля Е. и другие демонстрируют низкие

результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

Низкий уровень развития способности к дифференцированию у детей 6-7 лет экспериментальной и контрольной группы выявлен не был.

После проведения диагностического задания 2 в экспериментальной и контрольной группе, были получены результаты, процентное соотношение которых, представлено на рисунке 2.

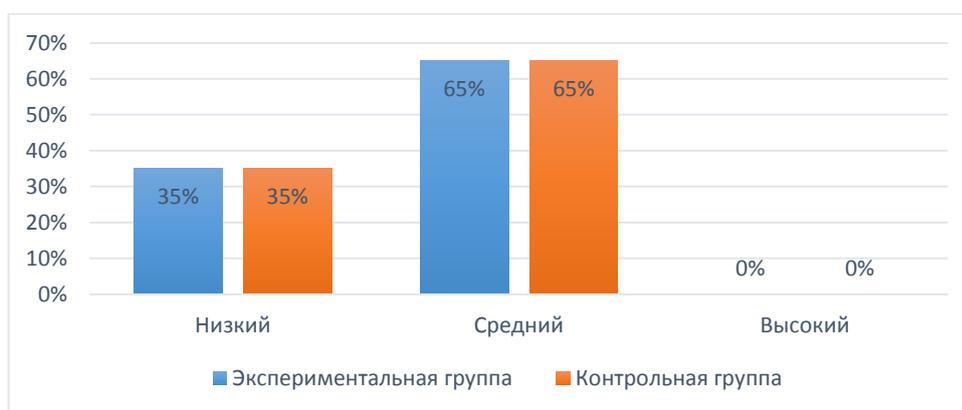


Рисунок 2. – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 2, %

Диагностическое задание 3. «Бег зигзагом».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет способности к ориентированию в пространстве.

Материал: секундомер, 6 больших набивных мячей или флажков, мел или стрелки из клеящей пленки.

Содержание. Тест проводится на спортивной площадке или в зале длиной не менее 15 м. Намечается линия старта, которая является одновременно и линией финиша. От линии «старта» на расстоянии 5 м кладутся 2 больших мяча, от них на расстоянии 3 м еще 2 больших мяча параллельно первым и еще 2 мяча на таком же расстоянии. Таким образом,

дистанция делится на 3 зоны. Расстояние между мячами 2 м. Необходимо указать направление движения стрелками.

По команде «На старт!» ребенок становится позади линии старта. По команде «Марш!» ребенок бежит зигзагом в направлении, указанном стрелкой между мячами и финиширует. Воспитатель включает секундомер только после того, как ребенок пройдет всю дистанцию. Время измеряется с точностью до 1/10 с. Тест проводится одним ребенком 2 раза и фиксируется лучший результат. Если ребенок задел мяч или столкнул его с места, сбился с курса или упал, тест проводится заново.

Ребенку необходим показ. При оценивании результаты сопоставляются с нормативами:

- высокий уровень – дошел до последнего ряда;
- средний уровень – дошедший до 3- 4 ряда;
- низкий уровень – дети, выбывшие после 1-2 ряда [19].

После проведения диагностического задания 3 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 9 (45 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в середину обруча, они не смогли попасть в цель.

11 (55 %) детей демонстрировали средний уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты в броске мяча в середину обруча, они смогли попасть в край обруча.

После проведения диагностической методики 3 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 10 (50 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в середину обруча, они не смогли попасть в цель.

10 (50 %) детей демонстрируют средний уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Так, Саша Н., Оля Е. и другие демонстрируют средние результаты в броске мяча в середину обруча, они смогли попасть в край обруча.

Низкий уровень развития у детей 6-7 лет способности к ориентированию в пространстве в экспериментальной и контрольной группы выявлен не был.

После проведения диагностического задания 3 в экспериментальной и контрольной группе, были получены результаты, процентное соотношение которых представлено на рисунке 3.

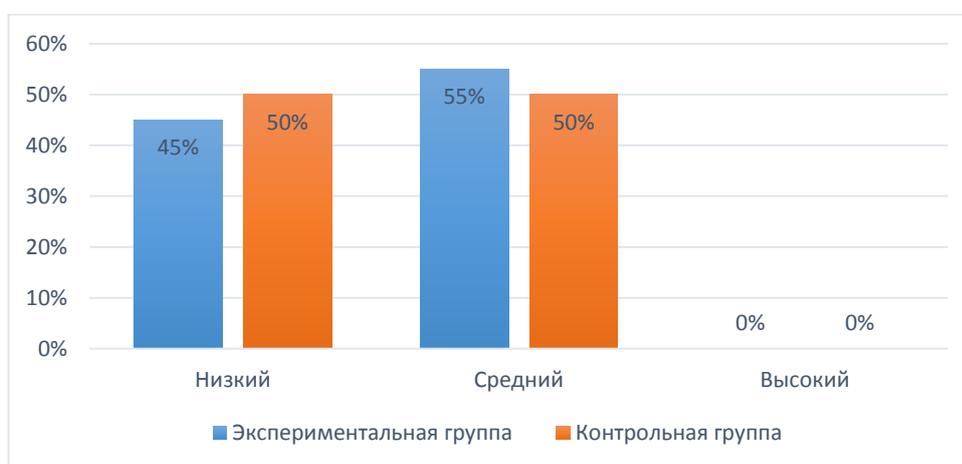


Рисунок 3. – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 3, %

Диагностическое задание 4. «Прыжки через препятствие и пролезание под ним»

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет комплексной реакции.

Материал: 2 стойки для прыжков в высоту (или спин-ки двух стульев), резиновая лента длиной 2 м, шириной 2 см, секундомер.

Для проведения теста натягивается лента между двумя стойками для прыжков в высоту длиной 2 м, шириной 2 см, на высоте 35 см от пола.

По команде «На старт!» ребенок становится на линию старта боком к резиновой ленте. По команде «Марш!», оттолкнувшись одной ногой,

перепрыгивает через резиновую ленту и здесь же, упираясь одной или двумя руками в пол, пролезает под лентой в направлении, указанном стрелкой, и встает на ноги. Движение повторяется 5 раз подряд.

Воспитатель включает секундомер по команде «Марш!». После того как ребенок выполнит упражнение 5 раз подряд и, пролезая под резиновым шнуром, полностью пересечет линию старта, воспитатель выключает секундомер. Время отмечается с точностью до 1/10 с.

При оценивании результаты сопоставляются с нормативами:

- высокий уровень (10 см и менее);
- средний уровень (11 см – 49 см);
- низкий уровень (более 50 см) [19].

После проведения диагностической методики 4 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 9 (45%) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития комплексной реакции. Испытуемые демонстрируют низкие результаты.

11 (55 %) детям присвоен средний уровень развития комплексной реакции. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты.

После проведения диагностического задания 4 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 10 (50 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития комплексной реакции. Испытуемые демонстрируют низкие результаты.

10 (50 %) детям присвоен средний уровень развития комплексной реакции. Так, Саша Н., Оля Е. и другие демонстрируют средние результаты.

Низкий уровень развития у детей 6-7 лет комплексной реакции в экспериментальной и контрольной группе выявлен не был.

После проведения диагностического задания 4 в экспериментальной и контрольной группе, были получены результаты, представленные на рисунке 4.

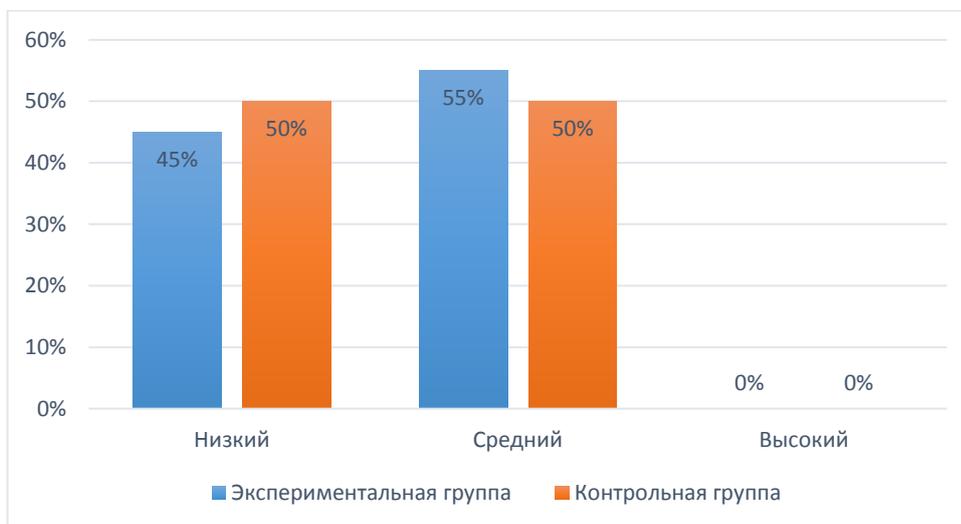


Рисунок 4 – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 4, %

Диагностическое задание 5. «Повороты на гимнастической скамейке; стойка на одной ноге».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет способности к равновесию.

Материал: гимнастическая скамейка.

Содержание. Исследование проводится индивидуально. Испытуемый должен выполнить на узкой поверхности гимнастической скамейки 4 поворота (влево и вправо), не падая. Поворот закончен, когда испытуемый вернется в исходное положение.

Критерии оценки результатов.

При оценивании результаты сопоставляются с нормативами:

1) повороты на гимнастической скамейке:

– высокий уровень (15 сек и менее);

– средний уровень (16 сек - 39 сек);

– низкий уровень (более 40 сек).

2) стойка на одной ноге:

– высокий уровень (40 сек и более);

– средний уровень (11 сек-39 сек);

– низкий уровень (менее 10 сек) [19].

После проведения диагностического задания 5 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 9 (45 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к равновесию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

11 (55 %) детям присвоен средний уровень развития способности к равновесию. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

После проведения диагностической методики 5 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 10 (50 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к равновесию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

10 (50 %) детям присвоен средний уровень развития способности к равновесию. Так, Саша Н., Оля Е. и другие демонстрируют средние результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

Низкий уровень развития у детей 6-7 лет способности к равновесию в экспериментальной и контрольной группе выявлен не был.

После проведения диагностического задания 5 в экспериментальной и контрольной группе, были получены результаты, представленные на рисунке 5.

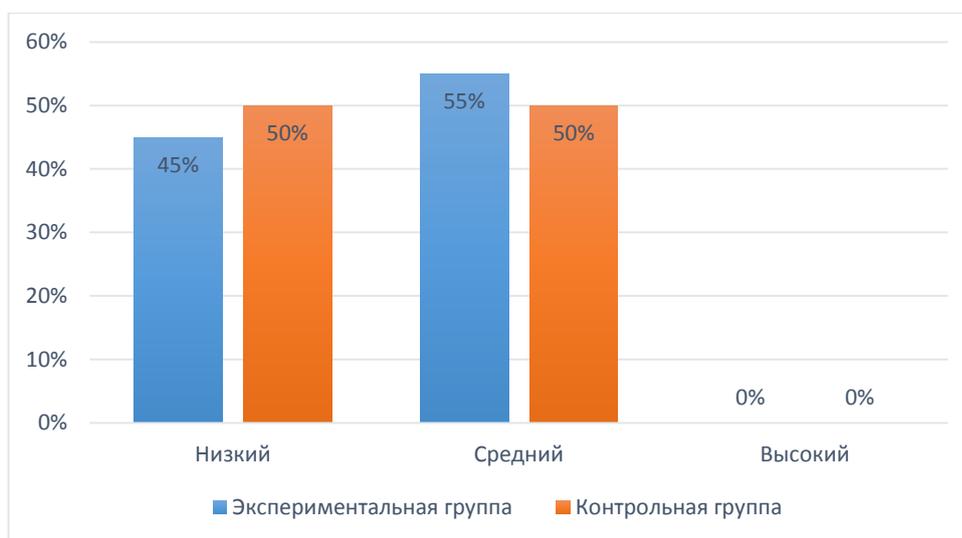


Рисунок 5. – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 5, %

После проведения всех диагностических методик на констатирующем этапе исследования было выделено три уровня развития ловкости у детей 6-7 лет. Ниже приведена качественная характеристика каждого из уровней.

Низкий уровень характерен для детей, у которых низкие координационные способности, относящиеся к целостным двигательным действиям, не развиты способности к дифференцированию, к ориентированию в пространстве, низкая комплексная реакция и способность к равновесию.

Средний уровень характерен для детей, у которых средний показатель развития координационных способностей, относящиеся к целостным двигательным действиям, на среднем уровне развития способности к дифференцированию, ориентированию в пространстве, а также комплексной реакции и способности к равновесию.

Высокий уровень характерен для детей с высоким уровнем развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям, развития способности к дифференцированию, к ориентированию в пространстве, развитию комплексной реакции и способности к равновесию.

После проведения всех диагностических заданий были выявлены следующие обобщенные количественные результаты, представленные в таблице 2 и приложении Б.

Таблица 2 – Количественные результаты уровня развития ловкости у детей 6-7 лет экспериментальной и контрольной группы по всем диагностическим заданиям

Группа	Низкий	Средний	Высокий
Экспериментальная	9 человек (45 %)	11 человек (55 %)	0 (0 %)
Контрольная	9 человека (45 %)	11 человек (55 %)	0 (0 %)

Для наглядности процентное соотношение количественных результатов уровня развития у детей 6-7 лет ловкости в к экспериментальной и контрольной группе по всем диагностическим заданиям на констатирующем этапе, представлено на рисунке 6.

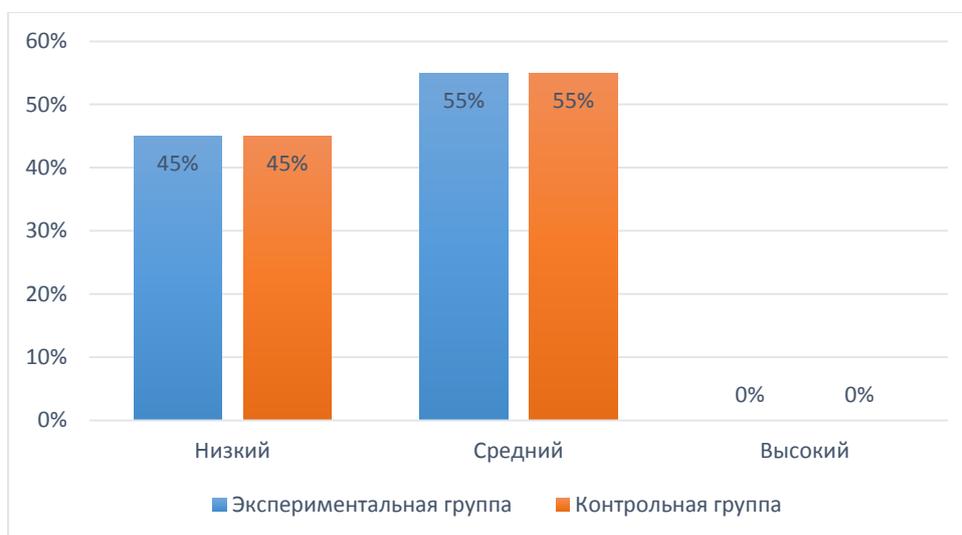


Рисунок 6 – Процентное соотношение количественных результатов уровня развития у детей 6-7 лет ловкости в к экспериментальной и контрольной группе по всем диагностическим заданиям на констатирующем этапе, %

Таким образом, на этапе констатирующего эксперимента было выявлено, что в экспериментальной группе обладает низким уровнем

развития ловкости 9 (45 %) детей, средним – 11 (55 %) детей, высокого уровня не выявлено.

В контрольной группе выявлено, что 9 (45 %) детей обладает низким уровнем, у 11 (55 %) детей был выявлен средний уровень и высокого уровня не выявлено.

Полученные результаты исследования обосновали необходимость проведения работы по развитию ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.

2.2 Содержание работы по развитию ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр

Мы предположили, что развить ловкость детей 6-7 лет возможно, если:

- разработать комплекс подвижных игр с учетом возрастных особенностей детей и в соответствии с составляющими /показателями ловкости;
- осуществлено постепенное усложнение подвижных игр и упражнений;
- включены подвижные игры на развитие ловкости в разные формы физкультурно-оздоровительной работы детского сада.

На первом этапе работы мы отобрали подвижные игры и упражнения с учетом возрастных особенностей детей.

В основу положены методические особенности тренировочных занятий, представленные в работах Д.Б. Эльконина:

- подбор упражнений необходимо осуществлять с учётом охвата всех мышечных групп;
- постоянное чередование нагрузки на отдельные мышечные группы;
- объём нагрузки в каждом занятии и в серии необходимо повышать постепенно с учётом подготовленности подростков;
- умеренную нагрузку необходимо чередовать с более высокой;

– в занятиях с детьми 6-7 лет не следует в течение длительного времени давать чрезвычайно большие нагрузки, так как это ведёт к резкому снижению работоспособности (из-за большой возбудимости и быстрой утомляемости нервной системы школьников этого возраста) [30].

Подвижные игры подбирались по показателям ловкости, выделенным в процессе диагностики уровня развития ловкости детей 6-7 лет.

Тематическое планирование подвижных игр представлено в таблице 3, приложение В.

На втором этапе работы мы обогащена предметно-развивающая среда подвижными играми. В группу было добавлено оборудование для следующих подвижных игр: «Караси и щука», «Белые медведи», «Прыжки через скакалку», «Шишки, желуди, орехи», «Третий лишний», «Слушай сигнал», «Волки во рву», «Передача мячей в колоннах».

На третьем этапе работы мы осуществляли постепенное усложнение подвижных игр и упражнений. На протяжении этапа в группе создавались условия для игровых действий. Во время проведения подвижных игр создавалась радостная и непринужденная обстановка, для того чтобы достичь большей заинтересованности и желания детей принимать в них участие.

Было учтено и то, что подбор и планирование подвижных игр находится в зависимости от условий работы коллектива: общего уровня спортивного и умственного развития дошкольников, их двигательных способностей, индивидуальных типологических особенностей каждого ребенка, времени года, специфики режима, места игры, интересов детей и т.п.

Детям были предложены широкие возможности с целью активного применения развитых у них навыков: прыгать и лазать различными способами, и не только так, как они привыкли; играть с мячом, бросать разные игрушки любым способом, это позволяло разнообразить активность и обогатить физический опыт детей. В коллективе и на участках демонстрировались пособия, стимулирующие разнообразную активность

детей: мячи, прыгалки, вожжи, обручи, спортивные скамейки, лесенки, дартс, лыжи, велосипеды, и др.

Кроме вышеперечисленных различных предметов и специальных пособий для использования в процессе проведения подвижных игр, мы использовали разнообразные игрушки и другие предметы, которые достаточно удобны в игре и в зале, и на открытом воздухе. Использование данных пособий позволило нам сделать подвижные игры разнообразными и интересными для дошкольников. Если дошкольники проявляли инициативу и придумывали новые игры или их варианты сами (используя при этом подвижные принадлежности), то они получали поощрение от воспитателя.

Важным условием было то, что сами воспитатели были заинтересованы в этом процессе, с энтузиазмом и позитивом участвовали вместе с дошкольниками в подвижных играх, помогали создавать интересный сюжет игры. Все мероприятия проводились под внимательным наблюдением воспитателей, которые при возникновении необходимости, направляли педагогический процесс в нужное русло.

Также были учтены индивидуальные особенности каждого ребенка и уровень его физического состояния. Для этого использовались игровые сюрпризы, четкое объяснение правил игры, адекватное распределение сюжетных ролей игры. Если участник справлялся с заданием хорошо, он получал поощрение или подсказку, как действовать в той или иной игровой ситуации. Часто воспитатель на личном примере показывал, как нужно действовать, если условия игры изменялись и становились сложнее. Активное участие в игре оказывало позитивный эффект на состояние и самочувствие детей, подвигало их активизировать свои действия.

Большой интерес к анализируемой проблеме показали воспитатели, которые стремились дать дошкольникам хорошую физическую подготовку и развить у них соответствующие физические качества. Основными положительными моментами успешности данного процесса стали индивидуальный подход к каждому дошкольнику и методическое

руководство игрой, т.е. правильное чередование активности и отдыха, нагрузок и интенсивности их выполнения. Процесс внедрения комплекса подвижных игр сопровождался многократным повторением действий и ежедневным закреплением, что проходило в процессе прогулок по территории дошкольного учреждения, а также в процессе осуществления индивидуальной работы. Все это способствовало выработке качеств к самостоятельной двигательной активности.

В ходе эксперимента работа по развитию ловкости детей 6-7 лет использовались особенности времени года. С целью гармоничного развития двигательных качеств воспитатели следили за разнообразием двигательной деятельности, не давали увлекаться одним из видов деятельности, поощряли стремление детей овладевать новыми движениями. При организации подвижных игр воспитатели внимательно следили за физической нагрузкой, регулировали ее в зависимости от состояния детей, их предшествующей деятельности, погодных условий.

При проведении игр старались учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и намечать конкретные по отношению к ним задачи. Детям робким, неуверенным в движениях нужно было помогать в преодолении трудностей: прыжок через болото поддерживать равновесие и т.д. Делали мы это незаметно, чтобы не страдало самолюбие ребенка. Дети, легко возбудимые требовали к себе тоже внимание воспитателя. Они чаще привлекались к играм, где использовался стоп-сигнал упражнения на внимание.

При развитии ловкости через подвижную игру нами был осуществлен процесс обучения дошкольников совместным согласованным действиям. Дошкольники учились слушать воспитателя, следовать указаниям и правилам подвижной игры. При подборе игр и эстафет, были учтены возрастные особенности детей, а также индивидуальная специфика каждого ребенка, которая включала в себя постановку конкретных задач.

В проведенной нами работе присутствовал принцип повторения, т.е. система усвоения нового и повторение в разных вариантах разученных движений. Все игры были подобраны с учетом индивидуальных возможностей детей, которые были получены путем диагностирования физических качеств детей, определения их группы здоровья.

В течение месяца было запланировано 10 подвижных игр, из них 3-4 новые игры. Каждая новая подвижная игра повторялась в течении месяца 4-5 раз, в зависимости от ее сложности, что позволяло детям хорошо усвоить правила игры, а также сохранить интерес к ней. Так же для поддержания интереса детей к подвижным играм мы усложняли их содержание, правила и задания.

Весь игровой материал мы старались распределить в определенной последовательности, с учетом сложности движений и индивидуальных физических качеств детей. За основу взяли тот объем подвижных игр, который рекомендован программой физического воспитания детей дошкольного возраста под редакцией Е.Н. Вавиловой «Учите бегать, прыгать, лазать, метать», а также под редакцией О.Н. Козак «Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет» [6].

Для повышения интереса детей к подвижным играм мы дополнили учебный материал тематическими досугами («Растем Олимпийцами», «Выше, сильнее, быстрее»), внесли музыкальное сопровождение на занятия, что вызвало у детей положительные эмоции и дополнительный интерес.

Разработанные конспекты досугов на основе подвижных игр были направлены на поэтапное акцентирование развития двигательных качеств, нами использовались эстафеты различной подвижности. Например, на спортивной площадке детского сада были проведены игры большой подвижности, где сочетались бег с перепрыгиванием, с ведением мяча, с забрасыванием мяча в корзину, с увеличением дистанции, что привело к эффективному закреплению движений и развитию мышечного чувства.

В ходе проведения экспериментально-опытного исследования, нами были предприняты попытки и проведена работа по предупреждению конфликтных и нежелательных ситуаций и поступков. Данный фактор способствовал организации воспитательного процесса в плане улучшения поведения детей и установления между ними дружеского отношения. В процессе ознакомления дошкольников с новыми подвижными играми, дошкольники 6-7 лет обучались совместным слаженным действиям, в процессе бега учились координировать свои движения для того, чтобы не наталкиваться друг на друга и хорошо ориентироваться в игровом пространстве.

Различные подвижные игры предлагались дошкольникам 6-7 лет после того, как совместно с воспитателем они овладевали двигательными навыками и самыми простыми приемами игры.

В ходе проведения формирующего эксперимента мы определили следующий алгоритм проведения подвижных игр:

1. На основе разработанных методических комплексов подвижных игр и эстафет проводилось формирование заданных физических качеств. При этом учитывались требования программы и условия к подбору подвижных игр для детей дошкольного возраста.

2. Базой для создания методического комплекса подвижных игр и эстафет стали рекомендации в утвержденных программах по физическому развитию детей для дошкольных учреждений.

3. При создании подвижных игр и эстафет были учтены сложность движений в соответствии с индивидуальными физическими возможностями дошкольников.

4. В процессе решения поставленных методических задач были использованы специальные атрибуты (костюмы, шапочки, маски и т.д.). Они помогали формировать мотивацию дошкольников к действиям во время игры.

В заключении нужно указать, что наше внимание было направлено на экспериментальную группу. Именно в этой группе участники педагогического процесса в лице родителей и воспитателей указывали на то, что подвижные игры и эстафеты с применением разных индивидуальных воспитательных приемов оказали позитивное влияние на формирование и развитие физического состояние детей-дошкольников. Наблюдалось повышение общего позитивного настроения в группе детей. Повысилась положительная физическая активность всех участников проведенного эксперимента.

На четвертом этапе работы с целью включения родителей в совместную деятельность с ДОО по развитию ловкости у детей нами был проведен спортивный праздник с родителями «Ловкие и быстрые». Целью совместной деятельности явилось формирование здорового образа жизни семей ДОО, способствование психологическому сближению детей и родителей, развитию положительных эмоций; развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых; воспитание уважения к членам своей семьи, чувства взаимовыручки и поддержки.

Таким образом, нами была проведена работа по развитию ловкости детей 6-7 лет. Средством служили подвижные игры. Проведенная экспериментально-опытная работа дала нам возможность утверждать, что поставленные цели и задачи формирующего эксперимента были успешно достигнуты.

2.3. Выявление динамики в уровне развития ловкости детей 6-7 лет

Ниже представлены результаты контрольного среза состояния предмета исследования.

Диагностическое задание 1. «Прыжок в длину с места без помощи рук».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям.

После проведения диагностического задания 1 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 4 (20 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Испытуемые демонстрируют низкие результаты развития координационных способностей.

14 (70 %) детям присвоен средний уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Так, Маша А., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты развития координационных способностей.

2 (10 %) детям присвоен высокий уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Так, дети демонстрируют высокие результаты развития координационных способностей.

После проведения диагностического задания 1 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 9 (45 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Испытуемые демонстрируют низкие результаты развития координационных способностей.

11 (55 %) детям присвоен средний уровень развития координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям. Так, Саша А., Оля Е. и другие демонстрируют средние результаты развития координационных способностей.

Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 1 на контрольном этапе, представлено на рисунке 7.

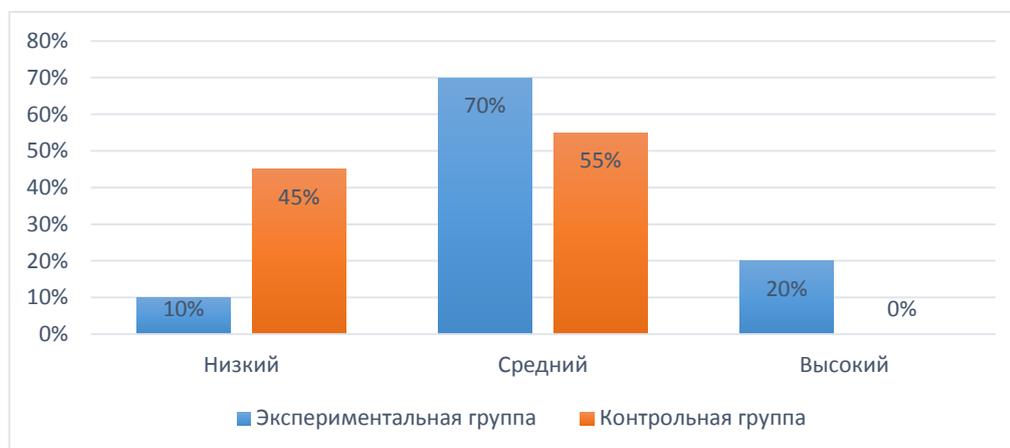


Рисунок 7 – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 1 на контрольном этапе, %

Диагностическое задание 2. «Комбинированная проба на Ловкость».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет способности к дифференцированию.

После проведения диагностического задания 2 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 3 (15 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к дифференцированию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

15 (75 %) детям присвоен средний уровень развития способности к дифференцированию. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют высокие результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

2 (10 %) детям присвоен высокий уровень развития способности к дифференцированию. Так, Маша Р. и другие, демонстрируют высокий

результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

После проведения диагностического задания 2 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 7 (35 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к дифференцированию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

13 (65 %) детям присвоен средний уровень развития способности к дифференцированию. Так, Саша А., Оля Е. и другие демонстрируют низкие результаты в броске мяча в цель, стоя спиной к цели, прыжке вниз на разметку.

Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 2 на контрольном этапе, представлено на рисунке 8.



Рисунок 8 – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 2 на контрольном этапе, %

Диагностическое задание 3. «Бег зигзагом».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет способности к ориентированию в пространстве.

После проведения диагностического задания 3 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 4 (20 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в середину обруча, они не смогли попасть в цель.

15 (75 %) детей демонстрировали средний уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты в броске мяча в середину обруча, они смогли попасть в край обруча.

1 (5 %) ребенок показал высокий уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Так, Маша А. показала высокий результат в броске мяча в середину обруча, она смогла попасть в край обруча.

После проведения диагностического задания 3 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 10 (50 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к ориентированию в пространстве. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в броске мяча в середину обруча, они не смогли попасть в цель.

10 (50 %) детей показали средний уровень развития способности к ориентированию в пространстве, среди них: Саша Н., Оля Е. и другие которые смогли попасть в край обруча.

Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 3 на контрольном этапе, представлено на рисунке 9.

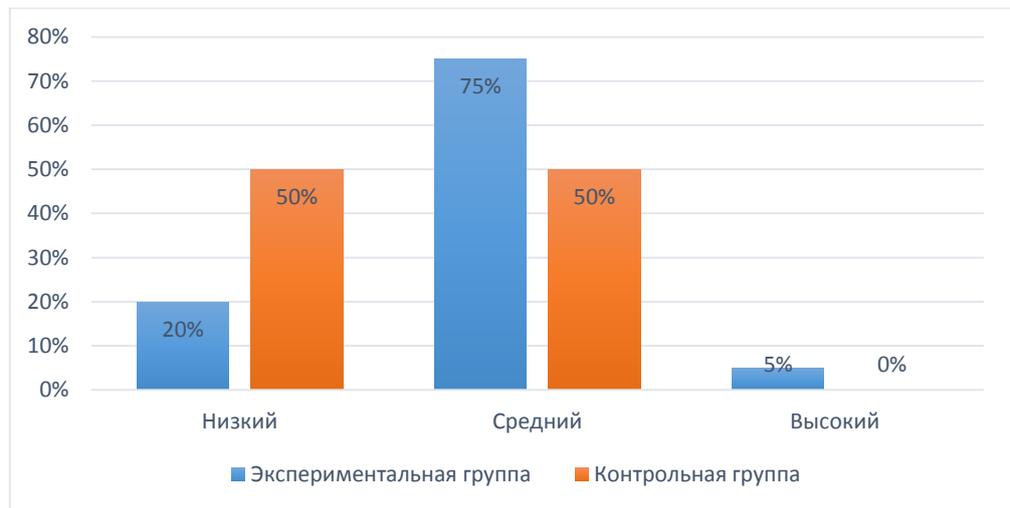


Рисунок 9 – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 3 на контрольном этапе, %

Диагностическое задание 4. «Прыжки через препятствие и пролезание под ним».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет комплексной реакции.

После проведения диагностического задания 4 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 5 (25 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития комплексной реакции. Испытуемые демонстрируют низкие результаты.

12 (60 %) детям присвоен средний уровень развития комплексной реакции. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты.

3 (15 %) детям присвоен высокий уровень развития комплексной реакции. Так, Маша А. и другие демонстрируют высокие результаты.

После проведения диагностического задания 4 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 10 (50 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития комплексной реакции. Испытуемые демонстрируют низкие результаты.

10 (50 %) детям присвоен средний уровень развития комплексной реакции. Так, Саша Н., Оля Е. и другие демонстрируют средние результаты.

Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 4 на контрольном этапе, представлено на рисунке 10.

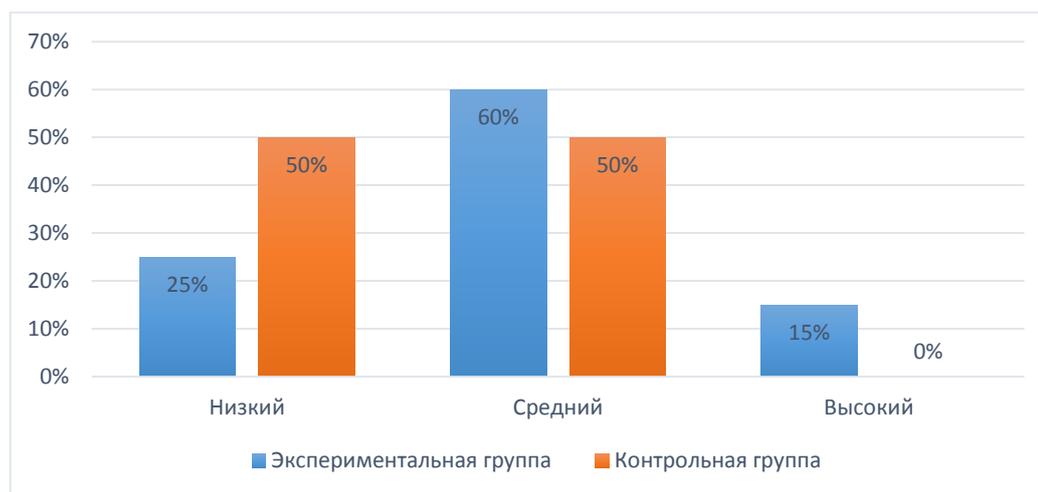


Рисунок 10 – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 4 на контрольном этапе, %

Диагностическое задание 5. «Ходьба по прямой линии с закрытыми глазами».

Цель: выявить уровень развития у детей 6-7 лет способности к равновесию.

После проведения диагностического задания 5 в экспериментальной группе, были получены следующие результаты.

У 5 (25 %) детей наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к равновесию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

12 (60 %) детям присвоен средний уровень развития способности к равновесию. Так, Маша Б., Дима В. и другие демонстрируют средние результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

3 (15 %) детям присвоен высокий уровень развития способности к равновесию. Так, Маша А. и другие демонстрируют высокий результат в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

После проведения диагностического задания 5 в контрольной группе, были получены следующие результаты.

У 10 (50 % детей) наблюдаются значительные трудности в процессе исполнения задания, им присвоен низкий уровень развития способности к равновесию. Испытуемые демонстрируют низкие результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

10 (50 %) детям присвоен средний уровень развития способности к равновесию. Так, Саша Н., Оля Е. и другие демонстрируют средние результаты в поворотах на гимнастической скамейке и стойке на одной ноге.

Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 5 на контрольном этапе, представлено на рисунке 11.

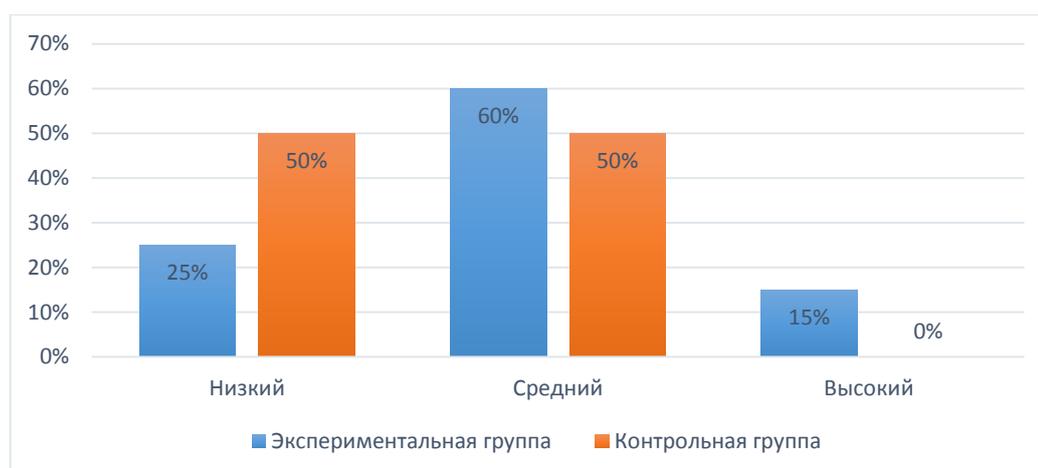


Рисунок 11 – Процентное соотношение количественных результатов исследования в экспериментальной и контрольной группе по диагностическому заданию 5 на контрольном этапе, %

Количественные результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет в экспериментальной и контрольной группе на контрольном этапе по всем диагностическим заданиям, представлены в приложении Б и таблице 3.

Таблица 3 – Количественные результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет в экспериментальной и контрольной группе на контрольном этапе по всем диагностическим заданиям

Группа	Низкий	Средний	Высокий
Экспериментальная	4 (20 %) ребенка	14 (70 %) детей	2 (10 %) ребенка
Контрольная	9 (45 %) детей	11 (55 %) детей	0 (0 %)

Процентное соотношение количественных результатов уровня развития ловкости у детей 6-7 лет в экспериментальной и контрольной группе на контрольном этапе по всем диагностическим заданиям, представлено на рисунке 12.

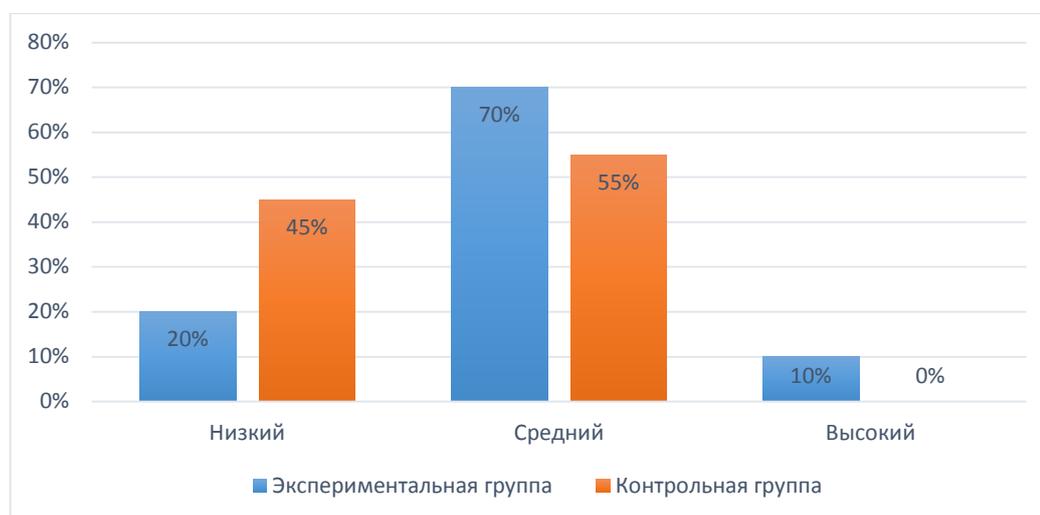


Рисунок 12 – Процентное соотношение количественных результатов уровня развития ловкости у детей 6-7 лет в экспериментальной и контрольной группе на контрольном этапе по всем диагностическим заданиям, %

Посредством повторной диагностики (контрольного среза) было выявлено, что в экспериментальной группе показатель низкого уровня упал

до 20 %, когда на констатирующем этапе он составлял 45%. Средний уровень поднялся на 15 % (с 55 % до 70 %), а высокий – на 10 % (с 0 % до 10 %), что является хорошим показателем эффективности проведенного формирующего эксперимента.

Иначе дела обстоят в контрольной группе, чьи результаты не изменились. Низкий и средний уровень остался на прежнем уровне и составил 45 % и 55 %, соответственно. Высокий уровень выявлен не был. Наблюдаемые изменения не существенны в сравнении с изменениями в экспериментальной группе.

Анализ результатов показал, что проведенная работа по развитию ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр является эффективной.

Таким образом, результаты контрольного среза доказывают эффективность работы с детьми и верность выдвинутой гипотезы. Задачи исследования решены, цель исследования достигнута.

Заключение

В ходе исследования было установлено, что ловкость – это сложный психофизический комплекс, включающий в себя: умение распределять и концентрировать внимание, способность быстро ориентироваться, оперативно мыслить, направлять волевые усилия на управление эмоциями и выполнять сложно координированные действия.

В старшем дошкольном возрасте происходит нарастание мышечной массы, увеличивается мышечная сила. Более интенсивно развиваются крупные группы мышц. Формирование двигательной функции у детей определяется созреванием опорно-двигательного аппарата и степенью зрелости высших центров регуляции движения.

Игра – это важнейшее звено в коммуникации между детьми. Игровой метод – это один из способов организации процесса овладения специальными знаниями, умениями и навыками, развитием двигательных качеств, который основан на включении в образовательный процесс различных компонентов игровой деятельности. В качестве игровых компонентов могут выступать воображаемые игровые ситуации, разыгрывание сюжетов, ролей, осуществление действий с предметами или выполнение определенных правил.

- Мы предположили, что развить ловкость детей 6-7 лет возможно, если:
- разработать комплекс подвижных игр с учетом возрастных особенностей детей и в соответствии с составляющими /показателями ловкости;
 - осуществлено постепенное усложнение подвижных игр и упражнений;
 - включены подвижные игры на развитие ловкости в разные формы физкультурно-оздоровительной работы детского сада.

На этапе констатирующего эксперимента было выявлено, что в экспериментальной группе низким уровнем развития ловкости обладают 9

(45 %) детей, средним – 11 (55 %) детей, высокого уровня не выявлено. В контрольной группе также у 9 (45 %) детей низкий уровень и у 11 (55 %) детей средний уровень развития ловкости. Полученные результаты исследования обосновали необходимость проведения работы по развитию ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр.

Формирующий этап эксперимента представлен разработанным и реализованным, в работе с детьми, тематическим планом. План содержит комплекс, постепенно усложняющихся, подвижных игр и упражнений, разработанный с учетом возрастных особенностей детей и в соответствии с показателями ловкости. В план включены разные формы физкультурно-оздоровительной работы детского сада, содержащие подвижные игры на развитие у детей ловкости.

Повторная диагностика показала, что низкий уровень развития ловкости у детей 6-7 лет упал до 20 %, средний – поднялся на 15 %, а высокий – на 10 %, что является хорошим показателем эффективности проведенного формирующего эксперимента. В контрольной группе результаты не изменились.

Анализ полученных результатов показал, что проведенная работа по развитию ловкости детей 6-7 лет посредством подвижных игр является эффективной, что подтверждает выдвинутую нами гипотезу исследования. Таким образом, задачи решены, а цель исследования достигнута.

Список используемой литературы

1. Белошистая А. В. Дошкольный возраст: формирование и развитие способностей. М. : Дошкольное воспитание, 2013. 184 с.
2. Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность. М., 2015. 164 с.
3. Божович Л. И. Личность и формирование в детском возрасте. М. : Просвещение, 2014. 317 с.
4. Бычкова С. С. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. М. : АРКТИ, 2012. 56 с.
5. Вильчковский Э. С. Развитие двигательной функции у детей. Киев : «Здоровье», 2013. 163 с.
6. Глазырина Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М. : ВЛАДОС, 2013. 175 с.
7. Двигательные качества и моторика их развития у дошкольников. СПб. : Образование, 2013. 316 с.
8. Дошкольная педагогика. В 2 ч. Ч.2.; под ред. В. И. Логиновой, П. Г. Саморуковой. М. : Просвещение, 2015. 403 с.
9. Дудьев В. П. Особенности произвольной двигательной деятельности детей в детском саду // Психология. 2015. №4. С. 43-50.
10. Ерофеева Т. И. Вариативные и альтернативные программы воспитания и обучения детей дошкольного возраста. М. : Проф. образование, 2014. 296 с.
11. Запорожец А. В. Развитие произвольных движений. М., 2013. 116 с.
12. Иоффе М. Е. Механизмы двигательного обучения. М. : Наука, 2014. 316 с.
13. Ковалько В. И. Азбука физкультминуток для дошкольников. М. : Вако, 2016. 251 с.

14. Литвинова М. Ф «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-го года жизни» М. : Линка-Пресс, 2015г. 96 с.
15. Маркевич В. В. Игры на развитие двигательной сферы детей в детском саду. Минск : Харвест, 2014. 163 с.
16. Мир движений мальчиков и девочек: методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений. Санкт-Петербург : «Детство Пресс», 2013. 269 с.
17. Митькина А. А. Управление движением. М. :Наука, 2015. 159 с.
18. Нестеров В. П. Эмоциональные аспекты двигательной активности детей дошкольного возраста: учеб. пособие. Хабаровск: [б.и.], 2017. 105 с.
19. Программа воспитания и обучения в детском саду. 4-е изд., испр. и доп.; под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. М. : Мозаика- Синтез, 2015. 472 с.
20. Прохорова М. В. Профессионально-педагогическая направленность педагога на физическое воспитание дошкольников: тезисы докладов научно-практической конференции. СПб. : [б.и.], 2017. С. 102.
21. Проценко Т. А. Оздоровляющие игры для малышей. М. : АСТ-ПРЕСС, 2015. 118 с.
22. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду. М. : «Мозайка-синтез.», 2013. 116 с.
23. Смирнова Е. О. Детская психология. К. : Освіта, 2013. 324с.
24. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. : Издательский центр «Академия», 2006. 368 с.
25. Теплюк С. Н. «Занятия на прогулке с малышами». М. : Мозаика-Синтез, 2016. 211 с.
26. Фомин А. Н., Вавилов Ю. Н. Физиологические основы двигательной активности. М. : «Физкультура и спорт», 2013. 277 с.

27. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. : Инфра-М, 2012. 264 с.
28. Шашурин А. В. Физическая подготовка. М. : Физкультура и спорт, 2005. 317 с.
29. Щедрина Ю. С. Физическая культура. М. : Юнити, 2015. 350 с.
30. Эльконин Д. Б. Психологическое развитие в детских возрастах: избранные психологические труды. М. : Воронеж; МОДЭК, 2012. 416 с.
31. Юдин В. Д. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. : Инфра-М, 2014. 280 с.

Приложение А

Список детей экспериментальной и контрольной групп

Таблица А.1 – Список детей экспериментальной группы

Имя, Ф. ребенка	Возраст
1. Саша А.	6 лет 4 месяца
2. Маша А.	6 лет 9 месяцев
3. Рита М.	6 лет 6 месяцев
4. Максим Ф.	6 лет 4 месяца
5. Оля М.	6 лет 9 месяцев
6. Оля В.	6 лет 3 месяца
7. Максат С.	6 лет 3 месяца
8. Степа М.	6 лет 7 месяцев
9. Рома К.	6 лет 3 месяца
10. Вова Л.	6 лет 4 месяца
11. Женя Е.	6 лет 3 месяца
12. Сережа А.	6 лет 6 месяцев
13. Нонна С.	6 лет 4 месяца
14. Маргарита К.	6 лет 9 месяцев
15. Слава К.	6 лет 3 месяца
16. Олег С.	6 лет 3 месяца
17. Лена О.	6 лет 7 месяцев
18. Катя Е.	6 лет 6 месяцев
19. Мила С.	6 лет 3 месяца
20. Таисия К.	6 лет 9 месяцев

Продолжение Приложения А

Таблица А.2 – Список детей контрольной группы

Имя, Ф. ребенка	Возраст
1. Тамара С.	6 лет 3 месяца
2. Данила В.	6 лет 6 месяцев
3. Маша Б.	6 лет 3 месяца
4. Надя Д.	6 лет 6 месяцев
5. Андрей М.	6 лет 4 месяца
6. Кристина С.	6 лет 9 месяцев
7. Саша О.	6 лет 3 месяца
8. Саша В.	6 лет 3 месяца
9. Ваня М.	6 лет 7 месяцев
10. Вика К.	6 лет 3 месяца
11. Лиза О.	6 лет 6 месяцев
12. Ваня Н.	6 лет 3 месяца
13. Наташа Г.	6 лет 9 месяцев
14. Ксюша А.	6 лет 11 месяцев
15. Лида С.	6 лет 8 месяцев
16. Алеша А.	6 лет 5 месяцев
17. Игорь А.	6 лет 7 месяцев
18. Августина Ч.	6 лет 3 месяца
19. Даша К.	6 лет 6 месяцев
20. Дима К.	6 лет 10 месяцев

Приложение Б

Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет на констатирующем этапе

Таблица Б.1 – Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет в экспериментальной группе на констатирующем этапе

Имя, Ф. ребенка	Экспериментальная группа						
	Диагностические задания и баллы					Кол-во баллов	Уровень
	1	2	3	4	5		
Саша А.	1	1	1	1	1	5	низкий
Маша А.	1	2	2	2	2	9	средний
Рита М.	2	1	2	2	2	8	низкий
Максим Ф.	1	1	1	1	1	6	низкий
Оля М.	2	2	2	3	2	11	средний
Оля В.	1	1	3	2	3	9	средний
Максат С.	2	2	3	3	3	12	средний
Степа М.	2	2	2	1	2	9	средний
Рома К.	1	1	1	2	1	6	низкий
Вова Л.	1	1	2	2	2	8	низкий
Женя Е.	2	1	2	3	2	9	средний
Сережа А.	1	1	2	2	2	7	низкий
Нонна С.	2	2	2	2	2	10	средний
Маргарита К.	2	1	3	2	3	10	средний
Слава К.	3	2	2	2	2	11	средний
Олег С.	2	1	2	2	2	8	низкий
Лена О.	1	1	2	2	2	7	низкий
Катя Е.	1	1	2	2	2	7	низкий
Мила С.	1	2	3	2	3	9	средний
Таисия К.	2	2	2	2	2	10	средний

Продолжение Приложения Б

Таблица Б.2 – Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет в контрольной группе на констатирующем этапе

Имя, Ф. ребенка	Контрольная группа						
	1	2	3	2	2	10	
Тамара С.	1	2	3	2	2	10	средний
Данила В.	2	2	2	2	2	10	средний
Маша Б.	1	1	1	1	1	5	низкий
Надя Д.	2	3	3	2	3	10	средний
Андрей М.	1	2	2	2	2	8	низкий
Кристина С.	2	2	2	1	2	9	средний
Саша О.	3	2	2	2	2	11	средний
Саша В.	1	2	1	1	2	6	низкий
Ваня М.	2	1	1	2	1	7	низкий
Вика К.	1	1	2	2	1	7	низкий
Лиза О.	2	1	1	1	1	7	низкий
Ваня Н.	1	2	2	2	2	8	низкий
Наташа Г.	1	1	1	1	1	5	низкий
Ксюша А.	2	3	3	2	3	10	средний
Лида С.	2	2	2	3	2	11	средний
Алеша А.	2	2	2	1	2	9	средний
Игорь А.	2	2	2	1	2	9	средний
Августина Ч.	1	2	1	1	2	7	низкий
Даша К.	2	2	3	2	2	11	средний
Дима К.	1	2	2	2	2	9	средний

Приложение В

Тематическое планирование

Таблица В.1 – Тематическое планирование на развитие ловкости у детей
6-7 лет

Показатель ловкости	Подвижная игра	Краткое описание
Координационные способности, относящиеся к целостным двигательным действиям	Меткий футбол	<p>Количество игроков: 2 и более.</p> <p>Место проведения: на воздухе или в просторном помещении.</p> <p>Реквизит: мяч, повязка, чтобы завязать глаза.</p> <p>Подготовка: участник завязывает глаза, отходит от мяча на расстояние около 10 метров.</p> <p>Правила игры: по сигналу необходимо разбежаться и ударить по мячу. Побеждает тот, кому удастся это сделать. Можно дать каждому игроку определенное количество попыток и выбрать победителя, ориентируясь на общий результат.</p>
Способность к равновесию	Босый футбол	<p>Количество игроков: 2 и более.</p> <p>Место проведения: в просторном помещении, желательно на гладком полу.</p> <p>Реквизит: монетка.</p> <p>Подготовка: участники устанавливают импровизированные ворота.</p> <p>Правила игры: такие же, как в обычный футбол, только вместо мяча используется монетка. Ноги игроков должны быть босыми</p>
Координационные способности, относящиеся к целостным двигательным действиям	Ловкий вратарь	<p>Количество игроков: 6 и более.</p> <p>Место проведения: на воздухе или в просторном помещении.</p> <p>Реквизит: 2 мяча.</p> <p>Подготовка: начертить (или как-то иначе обозначить) круг.</p> <p>Правила игры: игроки становятся в круг и начинают передавать мячи друг другу (только ногами!). В центре круга стоят 1–3 водящих (в зависимости от общего количества играющих) и пытаются перехватить мяч. Если водящий коснулся мяча, он выходит из круга и меняется местами с тем, кто этот мяч только что потерял.</p>

Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.1

Комплексная реакция	Борьба за мяч	<p>Количество игроков: 10 и более. Место проведения: на воздухе или в просторном помещении. Реквизит: мяч. Подготовка: разделиться на 2 команды, выбрать капитанов. Правила игры: капитаны команд встают в середине площадки, все остальные игроки парами (из разных команд) свободно размещаются в ее пределах. Ведущий подбрасывает мяч. Капитаны стараются поймать его или отбить кому-либо из своих игроков. Завладев мячом, игрок стремится передать его кому-либо из «своих». Задача играющих – сделать 10 передач подряд между своими игроками. Команда, которой это удастся, выигрывает очко, и игра начинается снова с середины площадки. Игроки другой команды отбивают, перехватывают мяч у соперников и передают его своим игрокам. Если мяч перехвачен соперниками, отсчет передач начинается снова. Запрещается вырывать мяч из рук соперников (можно только перехватывать его). Если мяч вылетел за пределы площадки, то противоположная команда вбрасывает его в месте пересечения линии. Если за мяч хватаются одновременно два игрока, то между ними разыгрывается спорный мяч. Если соперник допустил грубость (вырвал мяч, толкнул и т.п.), игра останавливается и мяч передается противоположной команде. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.</p>
Способность к равновесию	Теннис с футбольным мячом	<p>Количество игроков: 2 и более. Место проведения: на воздухе или в просторном помещении. При игре 1x1 игровая площадка не должна превышать 10x5 метров. При игре 4x4 – 20x10 метров. Реквизит: мяч, канат Подготовка: разделиться на 2 команды. Разделить игровую площадку на две части: натянуть канат на высоте примерно 1–1,5 метра. Правила игры: Каждая команда стремится перевести мяч на сторону соперника так, чтобы противник не смог его отбить. Ошибкой считается, если мяч пролетит под канатом или коснется его во время подачи; если мяч коснется земли за пределами площадки. Каждая ошибка засчитывается как проигранное очко. Подача осуществляется подъемом ноги с задней линии. Игра продолжается до 20 очков. Если у одной команды 20 проигранных очков, а у другой – 19, то игра продолжается до тех пор, пока одна из команд не достигнет преимущества в 2 очка. Варианты: можно играть любой частью тела и совершать не более трех касаний мяча, посылая третьим ударом мяч через канат. Разрешено одно (два, три) касания мяча о землю в зависимости от уровня подготовленности играющих.</p>

Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.1

Комплексная реакция	Футбольная эстафета	<p>Количество игроков: 6 и более. Место проведения: на воздухе или в просторном помещении. Реквизит: ворота, мяч. Подготовка: разделиться на 2 команды, выстроиться в колонну по одному за средней линией лицом к воротам противника. Мяч у первых номеров. Правила игры: Первые номера по сигналу начинают вести ногами мяч к воротам противника, производят удар из-за пределов штрафной площадки, подбирают мяч и возвращаются к своей команде. Дойдя до своей колонны, передают его вторым номерам, а сами становятся в конец строя. Побеждает команда, первая закончившая эстафету. Нельзя начинать бег до получения мяча от своего партнера – это считается грубым нарушением. Если мяч не попал в ворота, следует подобрать его за лицевой линией и оттуда начать ведение в сторону своей команды.</p>
Способность к дифференцированию	Лучший бомбардир	<p>Количество игроков: 2 и более. Место проведения: на воздухе или в просторном помещении. Реквизит: ворота, мяч. Подготовка: определить очередность: кто-то стоит в воротах, кто-то бьет. Правила игры: первый игрок производит серию из пяти ударов. Задача вратаря – не пропустить гол. Ведется подсчет забитых и пропущенных мячей. Например, 1 забил, тебе «+1» очко, вратарю, соответственно, «-1». Следующий игрок проводит свою серию ударов. Игра идет до тех пор, пока каждый не побудет в роли вратаря и игрока. Очки суммируются. Выигрывает тот, у кого по окончании игры будет большее количество баллов. При равенстве очков производят дополнительные удары.</p>
Способность к ориентированию в пространстве	Одно касание	<p>Количество игроков: 3 и более. Место проведения: на воздухе или в просторном помещении. Реквизит: ворота, мяч. Подготовка: определить, кто стоит в воротах первым и до какого счета идет игра. Правила игры: Вратарь вводит мяч в игру. Остальные игроки могут сделать не более одного касания за один раз. Если игрок делает два касания подряд или не попадает по воротам (мяч уходит от него за лицевую линию), он становится на место вратаря. Если вратарь поймал в руки мяч, летящий по воздуху, игрок, осуществивший этот удар, становится в ворота. Или, по другой версии, вратарь может «застрелить» (попасть по нему мячом) любого игрока. При этом вратарь не имеет права выходить из штрафной зоны. «Застреленный» занимает его место в воротах. Проигрывает первый, пропустивший заранее оговоренное количество голов.</p>

Продолжение Приложения В

Продолжение таблицы В.1

Способность к ориентированию в пространстве	Тысяча	<p>Количество игроков: 4 и более.</p> <p>Место проведения: на воздухе или в просторном помещении.</p> <p>Реквизит: ворота, мяч.</p> <p>Подготовка: разделиться на 2 команды.</p> <p>Правила игры: игроки одной команды все встают в ворота.</p> <p>Соперники по очереди бьют по воротам.</p> <p>Задача вратарей – зафиксировать мяч в руках. После удара, если мяч не был зафиксирован и не было гола, начинается «футбол».</p> <p>За пределами штрафной площади запрещено играть руками.</p> <p>Команда за каждый гол набирает очки. За гол с касанием вратаря – 50 баллов; за чистый гол – 100 баллов; за гол от штанги – 150 баллов; за гол от перекладины – 200 баллов; от крестовины – 250 баллов. Перекладины, штанги и крестовины можно суммировать. Главная цель – заработать в сумме 1000 баллов. Та команда, которая делает это первой, побеждает.</p>
Способность к дифференцированию	Круговая игра	<p>Игра тренирует передачу мяча и приём. Каждому ребёнку выдаётся мяч. Дети расставляются по кругу. По свистку преподавателя каждый ребенок передаёт мяч соседу с права. По двум свисткам дети передают мяч соседу налево.</p>

Приложение Г

Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет на контрольном этапе

Таблица Г.1 – Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет в экспериментальной группе на контрольном этапе

Имя, Ф. ребенка	Диагностические задания и баллы					Кол-во баллов	Уровень
	1	2	3	4	5		
Саша А.	3	3	3	2	3	13	высокий
Маша А.	1	2	3	2	3	10	средний
Рита М.	2	2	2	2	3	10	средний
Максим Ф.	1	2	2	2	2	8	низкий
Оля М.	2	2	2	3	2	10	средний
Оля В.	2	2	2	4	2	10	средний
Максат С.	1	2	2	2	2	8	низкий
Степа М.	2	2	2	3	2	10	средний
Рома К.	3	2	3	3	2	14	высокий
Вова Л.	2	2	2	4	3	10	средний
Женя Е.	1	2	3	2	2	10	средний
Сережа А.	2	2	2	2	3	10	средний
Нонна С.	2	2	2	1	2	10	средний
Маргарита К.	1	2	2	2	2	8	низкий
Слава К.	1	2	3	2	2	10	средний
Олег С.	2	2	2	2	3	10	средний
Лена О.	2	2	2	3	2		средний
Катя Е.	1	2	2	2	2	8	низкий
Мила С.	1	2	3	2	2	10	средний
Таисия К.	2	2	2	2	3	10	средний

Продолжение Приложения Г

Таблица Г.2 – Результаты уровня развития ловкости детей 6-7 лет в контрольной группе на контрольном этапе

Имя, Ф. ребенка							
Тамара С.	1	2	3	2	2	10	средний
Данила В.	2	2	2	2	2	10	средний
Маша Б.	1	1	1	1	1	5	низкий
Надя Д.	2	3	3	2	3	10	средний
Андрей М.	1	2	2	2	2	8	низкий
Кристина С.	2	2	2	1	2	9	средний
Саша О.	3	2	2	2	2	11	средний
Саша В.	1	2	1	1	2	6	низкий
Ваня М.	2	1	1	2	1	7	низкий
Вика К.	1	1	2	2	1	7	низкий
Лиза О.	2	1	1	1	1	7	низкий
Ваня Н.	1	2	2	2	2	8	низкий
Натasha Г.	1	1	1	1	1	5	низкий
Ксюша А.	2	3	3	2	3	10	средний
Лида С.	2	2	2	3	2	11	средний
Алеша А.	2	2	2	1	2	9	средний
Игорь А.	2	2	2	1	2	9	средний
Августина Ч.	1	2	1	1	2	7	низкий
Даша К.	2	2	3	2	2	11	средний
Дима К.	1	2	2	2	2	9	средний

Приложение Д
**Картотека конспектов досуга
и развлечений с использованием подвижных игр**

Конспект занятия для детей старшего дошкольного возраста
«Мы здоровью скажем «да»!»

Цель: Формировать двигательную активность детей, укреплять их физическое здоровье.

Задачи:

- Закреплять полученные ранее физические умения и навыки.
- Поддержание интереса детей к занятиям физической культурой.
- Создание условий для оптимизации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.

Подготовительная работа:

- выбор судейской коллегии (3 человека);
- подготовка музыкального сопровождения;
- подготовка призов для команд;
- оформление зала (выкладывание олимпийских колец, подготовка и оформление дистанции, подбор инвентаря); Олимпийский альбом.

Инвентарь: 2 клюшки, 2 мячика резиновых, 2 мяча хоп, мешочки по количеству детей, по 2 альбомных листа на каждую команду (запасные листы +, канат.

Ход занятия:

Ведущий: Здравствуйте дорогие ребята! Сегодня мы собрались в нашем зале для того, чтобы поиграть и повеселиться. Я знаю, что вы все любите заниматься физкультурой, с удовольствием играете в различные спортивные игры. Сейчас мы с вами отправимся в путешествие на машине времени.

(Звучит греческая мелодия)

Первая остановка в Афинах.

Ведущий: Ребята, а послушайте, пожалуйста, рассказ:

«В древности людям было не до спорта. Все их силы уходило на поиски пищи, на то, чтобы выжить. Именно в этих поисках выработались у них первые спортивные навыки. Ведь защита от хищников, поиски добычи пищи были связаны с бегом, прыжками, метанием копья, плаванием. Прошло много лет. Человек много трудился, построил крепкие дома, сшил красивые одежды, научился готовить вкусную пищу. У людей появилось время, чтобы отдыхать и развлекаться, и одним из таких развлечений стали занятия спортом. Первые в мире крупные соревнования назывались Олимпийские игры. Они проходили в Греции, в Олимпии (показ слайдов). Во время Олимпийских игр запрещались войны. В состязаниях мог участвовать любой желающий.

Олимпийские игры посвящались богу Зевсу, и в первый день Олимпиады участники приходили в храм Зевса, зажигали священный огонь и давали клятву бороться честно. Затем проходили различные состязания в беге, метании копья, прыжках. Победителей награждали торжественно. На Родине их встречали как героев, чествовали и поздравляли». Олимпиада- это борьба, спорт, здоровье, радость, успех».

Ведущий: А сейчас мы с вами поиграем в игру «Сделай фигуру» - изобразить бегуна, прыгуна, метателя, борца. «Люди хотели, чтобы спорт сдружил людей. Эти надежды сбылись. Сейчас на Олимпийские игры съезжаются спортсмены из всех стран пяти континентов. Эмблема Олимпиады – пять разноцветных колец, обозначающих дружбу пяти континентов: Европа - голубое кольцо, Африка - черное, Азия- желтое, Австралия - зеленое, Америка- красное».

Наиболее популярные и необычные виды спорта на каждом континенте:

Америка – игры в мяч (регби, поло, бейсбол);

Азия - боевые искусства;

Африка – прыжки через быка;

Европа – теннис, футбол, гольф.

Сегодня мы проведем свою Малую Олимпиаду. Перед началом соревнований мы с вами выполним зарядку под музыкальное сопровождение.

Зарядка: «Спортсмены на разминке»

Ведущий: Сейчас нам нужноделиться на 2 команды. Внимание! К торжественному шествию команд подготовиться!

Под звуки марша команды проходят круг почета.

Ведущий: С этого момента считаю наши олимпийские игры открытыми! Слово предоставляется жюри:

«В соревнованиях будут разыгрываться только золотые медали, и конечно же, главные призы – дружба, здоровье, радость и смех. Удачи всем вам!»

Ведущий:

1. Угадайте зимние виды спорта.

2. Эстафета (учитывается скорость и количество попаданий):

– биатлон (ходьба на альбомных листах бумаги, метание меш. в цель);

– хоккей (клюшкой забить мячик в ворота);

– снежные скачки (на мячах хоп нужно прыгать до ориентира и обратно).

3. Перетягивание каната (команды встают друг напротив друга и по сигналу начинают тянуть канат в свою сторону, пересекшая команда разделительную черту проигрывает).

Подводятся итоги, награждение, после чего зимние Олимпийские игры считаются закрытыми.

Продолжение Приложения Д
Конспект спортивного праздника
«Весёлые старты»

Цели: удовлетворить физические потребности детей в движении.

Задачи:

- создать условия для развития физических качеств (сила, ловкость, выносливость, координация).
- привлечь детей к здоровому образу жизни через двигательную активность.
- развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

Оборудование:

эмблемы с изображением молнии, стрелы по количеству подгруппы детей, 2 футбольных мяча, 4 корзины, теннисные шарики, 8 обручей, 8 кеглей, 2 куба для ориентира, медали, музыкальное сопровождение «Марш», веселая музыка, фишки для подсчета очков.

Ход :

Дети входят в зал под весёлую музыку. Построение в шеренгу.

Ведущий: Ребята, сегодня у нас веселый праздник.

На спортивную площадку

Приглашаю всех сейчас,

Начинается у нас

Праздник...

(Неожиданно появляется старушка Шапокляк со своей крыской Лариской)

Шапокляк: Я слышу у вас праздник? Что за праздник без меня! Ох, Нехорошо! Безобразие!

Ведущий: Не кричите громко так. Ребята, вы узнали эту старушку?

Дети: Да.

Ведущий: Шапокляк, у ребят праздник спорта и здоровья. И тебя мы приглашаем. Послушай детей о том, как быть здоровым.

Шапокляк: Спорт, физкультура? Время тратить зря! Я и без этого сильная, ловкая, быстрая и здоровая. Хотите проверить?

Дети: Да

Ведущий: Для того, чтобы приступить к выполнению заданий сделаем разминку! (для этого дети встают в шахматном порядке)

Шапокляк: Ох, закружилась голова. (Садится на стульчик)

Ведущий: Мы размялись хорошо, готовы все к заданиям, непростым испытаниям?

Дети: Готовы!

Ведущий: Прошу команды занять свои места. (Дети под музыкальное сопровождение «Марш» перестраиваются в две команды около ориентиров, ориентируясь на заранее пришитые эмблемы команд на футболке) Шапокляк, а ты готова к соревнованиям?

Шапокляк: Я, конечно! (Соскакивает, хватается за спину) Ой – ой – ой! Да, я была неправа. С физкультурой надо дружить, чтобы быть здоровой.

Ведущий: Ты немного посиди, на детей посмотри. На соревнования необходимо судейское жюри.

Шапокляк: Можно я буду в жюри? Я знаю, оно следит за правильным выполнением заданий, а еще записывает и подсчитывает в конце игры очки команд.

Ведущий: Все верно, Шапокляк. Ребята, разрешим Шапокляк оценивать наши соревнования?

Дети: Да.

Ведущий: Дорогая Шапокляк, перед тобой лучшие спортсмены детского сада. Это представители команды «Молния» (дети называют).

Дети команды «Молния»:

Девиз: Мы как молния сверкнем,

Победим — призы возьмем!

Ведущий: И команда «Стрела» (дети хором).

Дети команды «Стрела»:

Девиз: Как стрела, мы будем мчаться,

Вам за нами не угнаться!

Ведущий: Начинаем соревнования! Посмотрим, в какой команде самые ловкие, быстрые, крепкие и умелые ребята.

Эстафета № 1 «Попрыгунчики».

Дети прыгают на фитбольном мяче до финиша (куб) и обратно. Мяч передают по эстафете следующему участнику команды.

Эстафета № 2 «Непослушные шарики».

Перед командами ставятся корзины с теннисными шариками. На финише пустые корзины. Задача детей заключается в том, чтобы перенести все шарики из полной корзины в пустую. При этом каждый член команды может взять любое количество шариков — сколько сможет унести в руках.

Эстафета №3 «Пройди через обручи».

Перед командами раскладывается 3 обруча. Дети добегают до поворотной стойки (куб) и возвращаются назад к линии старта. На пути вперед необходимо преодолеть препятствия: поднять каждый обруч, продеть через себя и положить на место.

Эстафета № 4 «Неваляшки».

Перед командами на полу лежат по 4 обруча, с поставленными в каждом по одной кегле. Первый участник эстафеты бежит, рукой кладет кеглю на пол, огибает куб и возвращается по прямой. Вторым участником команды бежит и ставит кегли в обручи, огибает куб и возвращается бегом по прямой.

Шапокляк: Молодцы ребята!

Ведущий: Наши соревнования подошли в концу. Шапокляк, ты можешь подсчитать очки команд, (обращаясь к детям) а мы поиграем в игру.

Игра «Затейники»

Дети стоят по кругу. В центре круга водящий – затейник. Дети идут по кругу вправо или влево и говорят:

Ровным кругом
Друг за другом
Мы идем за шагом шаг.
Дружно вместе
Стой на месте,
Спортивную фигуру
Сделаем вот так.

По окончании текста дети останавливаются. Затейник показывает какую-либо спортивную фигуру, дети повторяют ее.

Ведущий: Пока мы с вами веселились, Шапокляк подвела итоги.
(Команды строятся в две шеренги)

Шапокляк: Молодцы ребята, вы отлично посоревновались. И показали мне, что спорт и физкультура друзья человека. (Объявляет победителя)

Награждение. А в заключение я предлагаю сделать круг почёта каждой команде и пройти по залу красиво, чётко, как настоящие спортсмены и физкультурники.

Продолжение Приложения Д
Конспект спортивного развлечения
«Праздник спорта»

Цель: способствовать сохранению и укреплению физического и психологического здоровья детей.

Задачи:

1. Формировать у детей умение правильно выполнять движения (общеразвивающие движения, основные движения).
2. Развивать двигательную активность, память, внимание, мышление.
3. Формировать у детей интерес к физической культуре и спорту, привлекать внимание к здоровому образу жизни (как наиболее эффективному средству профилактики заболеваний и укрепления здоровья).
4. Создание у детей положительных эмоций.
5. Воспитывать чувства товарищества, взаимовыручки, дисциплинированности.

Предварительная работа: утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, бодрящая гимнастика, физкультурные занятия, подвижные и спортивные игры, физкультурные минутки, закаливающие процедуры, пальчиковые игры.

Оборудование:

- схемы ОРУ;
- мячи;
- обручи;
- конусы;
- костюм клоуна;

Подготовка инвентаря:

- подготовить конусов для бега «змейкой» - 6 шт. ;
- подготовить обручи - 6 шт.;

– подготовить мячи - 6 шт.;

Ход спортивного развлечения:

Клоун заходит в группу и приглашает детей на праздник.

Клоун 1:

На спортивную площадку

Приглашаю я всех вас

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас.

Дети заходят в зал

На разминку становись

ОРУ по схемам

Клоун: Молодцы, ребята!

С кем, ребята, вы дружны?

Знать об этом вы должны.

Солнце, воздух и вода-

Ваши лучшие друзья!

Расскажите по порядку,

Часто делаешь зарядку?

Спортом занимаешься?

Водой закаляешься?

Дети: Да-да-да

Клоун 2: Тогда – внимание!

Начинаем соревнование!

Перестроение в II колонны

1. «Переправа»

– Прыжки из обруча в обруч, собраться на другом «берегу».

Дыхательная гимнастика «Устали»

2. «Дремучий лес»

– Бег змейкой по одному между конусами. Позвонить в колокольчик, вернуться в колонну.

Физминутка «Это я».

3. «Самый ловкий»

– Добежать до корзины, достать ложкой мячик и на ложке принести его команде.

Зрительная гимнастика «Посмотри на шарик».

4. «Передавай мяч»

– Дети строятся в две шеренги с интервалом два шага. По сигналу передают разные мячи по цепочки влево, где последний аккуратно складывает их в корзину.

Пальчиковая гимнастика «Паучок»

Клоун 2: Я поздравляю вас с окончанием соревнований! Все ребята молодцы. Спортом занимайтесь непременно. От меня вам угощения!

Клоун дарит корзину с фруктами. Заключительная ходьба по залу за направляющим, уходят в группу. Клоун машет всем рукой.

Продолжение Приложения Д
Конспект спортивного занятия для старшей группы
«Спортивный квест»

Задачи.

1. Развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений, внимание, настойчивость в достижении цели.
2. Воспитывать дружеские отношения в игре, умение действовать в коллективе согласованно.
3. Прививать интерес к физкультуре и потребность в ежедневных занятиях физкультурой.

Предварительная работа: бутылка с запиской, подготовка заданий для каждой контрольной точки, клад в конце занятия.

Дети входят в зал в спортивной форме. Дети встают на исходную позицию

Ведущий: Здравствуйте, ребята.

Ответы детей.

Ведущий: Представьте, что мы гуляем по берегу море. Смотрите, что тут лежит, бутылка. Что там внутри? Какой-то сверток. Смотрите, это карта пиратского клада.

Карта клада

Ведущий: Ну как, ребята, попробуем выполнить задания и найти пиратский клад?

Ответы детей.

Ведущий: Тогда нам надо срочно бежать в порт, т. к. следующий корабль отходит в эту жаркую страну, через полгода.

Дети бегут 3 круга по залу и садятся на скамейки.

Ведущий: Ура, мы на корабле. Но нам надо побыстрее добраться до острова, а парус совсем поник. Давайте попробуем его надуть.

Дети отдыхают и делают дыхательную гимнастику.

Ведущий: Смотрите, вот остров, который нам нужен. Но беда в том, что корабль туда причалить не может. Слишком мелко. А шлюпки смыло во время шторма. Надо туда доплыть.

Дети встают со скамеек и идут, маша руками, изображая плавание.

Ведущий: Мы доплыли. На берегу можно отряхнуться.

Дети делают «стряхивающие» движения.

Ведущий: Теперь смотрим на карту, нужно идти вглубь острова к горе, в которой находится пещера. Дорогу нам преградили свисающие лианы. Давайте проползем как партизаны.

Дети ползут, задание усложняется тем, что дети должны ползти, переставляя поочередно правую руку-правую ногу, левую руку-левую ногу, затем разноименные руки-ноги.

Ведущий: Молодцы, мы преодолели лианы. Смотрите, на нас нападают крупные тропические комары. Надо их отпугнуть! По традиции местные жители отпугивают этих насекомых следующим образом. (воспитатель показывает как надо отпугивать).

Дети идут, стуча кулачками и хлопая в ладоши по схеме – тук – тук – хлопок – хлопок.

Ведущий: Всех комаров разогнали. Перед нами гигантский лес. Корни переплетаются на дороге, нужно через них перепрыгивать.

Дети перепрыгивают препятствия.

Ведущий: Мы подошли к горе, смотрите, а вот и пещера. Сверху свисают ледяные сосульки, чтобы их не задеть, нужно ползти, и постоянно смотреть за ними.

Дети выполняют движение «гусеница – вперед».

Ведущий: А вот и клад. Ура! Мы его нашли. Но как же мы теперь доберемся до дома?

Ответы детей.

Ведущий: Давайте поищем подсказку в сундуке. (воспитатель открывает сундук и находит вторую часть карты).

Текст на карте:

«Пещера волшебная, раньше здесь жил дракон. Чтобы попасть из этой пещеры домой, нужно хлопнуть 3 раза в ладоши и сказать «Домой!».

Дети хлопают в ладоши.

Ведущий: Ура! Мы дома в нашем любимом саду. Давайте с вами отдохнём после тяжелого приключения. Медленно по кругу шагом марш! На счёт 1– вдох, руки в стороны, 2 – выдох, опустили руки. На этом наше занятие окончено. Молодцы ребята, все очень внимательно меня слушали, и редко ошибались. Давайте поделим клад. До свидания.

Звучит музыка, дети по музыку маршем покидают спортивный зал

Продолжение Приложения Д

Конспект спортивного праздника в старшей группе совместно с родителями «Ловкие, быстрые».

Задачи.

1. Формирование здорового образа жизни семей детского сада «Соловушка».
2. Способствование психологическому сближению детей и родителей, развитию положительных эмоций.
3. Развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых.
4. Воспитание уважения к членам своей семьи, чувства взаимовыручки и поддержки.

Оборудование: мячи 2, обручи 8, кегли 8, большие спортивные мячи 2, ракетки 2, кубика 2, стульчика 2, две связанные скакалки, лента с палочками на концах, посредине отмечен центр, платочки двух цветов по количеству игроков, большие осенние листья. Бонданы для команды пиратов (по количеству участников, смешные шляпки для команды весёлых человечков. Медальки.

В зал входит ведущий:

На наш спортивный праздник

Мы приглашаем вас,

Праздник спорта и здоровья

Мы начнем сейчас.

Давайте поприветствуем наши команды:

Команда «Весёлых человечков» (под весёлую музыку выходят участники команды)

Представляют свою команду небольшим танцем под песню «В каждом маленьком ребенке...»

Команда «Пиратов» (выходят участники и представляют себя небольшим танцем под песню в исполнении группы «На-на «Соловей разбойник»)

Команды выстраиваются на старте.

1 ребёнок

Гостям мы очень рады,

С нетерпением ждали вас,

Добро пожаловать, друзья,

Поддержите громче нас!

2 ребенок

Внимание! Внимание! Внимание!

Спешите! Спешите! Спешите!

Мимо спортивного праздника вы не проходите,

3 ребенок

Яркое солнышко светит с утра

Мы все приготовились.

Спортивное состязание начинать пора.

Ведущий: Оценивать мастерство наших участников будут судьи.

(Представление судейской коллегии).

Команда, победившая в эстафете, получает один бал, красивый осенний листик.

Ведущий: Команды к старту готовы? Тогда поприветствуйте друг друга

Команды приветствуют друг друга.

1. Эстафета «Ловкие прыгуны».

Участники зажимают мяч между коленей и должны проскакать вокруг стульчика, назад вернуться бегом, передать мяч следующему.

2. Эстафета «Весёлые кегли».

Первый участник команды пробегает и расставляет, в заранее подготовленные обручи, кегли. Второй участник пробегает и валяет их и т. д.

3. Эстафета «Быстрые прыгуны»

Участник на большом мяче скачет до стульчика, а назад возвращается бегом.

4. Эстафета «Не урони».

Участник должен пробежать вокруг стульчика с ракеткой в руке, на которой лежит кубик (выигрывает та команда, которая не уронила кубик и выполнила быстрее)

5. Эстафета с привлечением родителей «Паровозик».

Родитель с мячом в руках обегает стульчик, игроки по очереди по одному к нему цепляются.

6. Эстафета с родителями «Кто скорее выдернет скакалку».

Пока звучит музыка, родители бегают вокруг стульчиков, по окончании музыки родитель должен выдернуть скакалку

7 Эстафета «Кто скорее накрутит ленточку на палочку».

Ведущая предлагает детям поиграть в игру «Выдерни платочек»

Команды закрепляют себе за пояс платочки, каждая команда своего цвета. Пока звучит музыка команды бегают и выхватывают друг у друга платочки, при этом стараясь уберечь свой. По окончании музыки производится подсчет платочков. Команда, собравшая больше платочков, получает листик.

По окончании игры, судьи которые оценивали и определяли после каждого конкурса кому дать листик, объявляют победителей.

Победившая команда получает медальки с надписью «Самый ловкий, а проигравшая команда - медальки «За участие» Все дети получают сладкий приз, под аплодисменты проходят круг почета

Ведущая благодарит родителей за участие в соревнованиях.