

# Роль подвижных игр в развитии физических качеств младших школьников

[Следующая](#)

Актуальность темы исследования заключается в том, что среди большого разнообразия средств физического воспитания подвижные игры являются наиболее эффективными средствами для развития моторной функции младших школьников, повышения уровня развития основных физических качеств.

Ряд авторов Кузнецов В.В. Пензулаева Л.И. Репников П.Н. считают, что подвижные игры различной направленности являются очень эффективным средством комплексного совершенствования двигательных качеств. Они же в наибольшей степени позволяют совершенствовать такие качества как ловкость, быстрота, сила, координация и др. При рациональном использовании игра становится эффективным методом физического воспитания. Использование подвижных игр предусматривает не только применение каких-либо конкретных средств, но может осуществляться путем включения методических особенностей игры в любые физические упражнения.

Гипотеза. Предполагается, что организация и проведение подвижных игр с разной функциональной направленности на уроках физической культуры с учащимися младшего школьного возраста будет способствовать эффективному развитию их физических качеств.

Объект исследования: дети младшего школьного возраста.

Предмет: влияние подвижных игр на развитие физических качеств у детей младшего школьного возраста.

Цель работы – изучить влияние подвижных игр на развитие двигательных способностей младших школьников.

Начало младшего школьного возраста определяется моментом поступления ребенка в школу. Начальный период школьной жизни занимает возрастной диапазон от 6-7 до 10-11 лет (1-4 классы). В младшем школьном возрасте дети располагают значительными резервами развития. В этот период происходит дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребенка, обеспечивающее возможность систематического обучения в школе.

Младшие школьники очень эмоциональны. Эмоциональность сказывается, во-первых, в том, что их психическая деятельность обычно окрашена эмоциями. Всё, что дети наблюдают, о чём думают, что делают, вызывает у них эмоционально окрашенное отношение. Во-вторых, младшие школьники не умеют сдерживать свои чувства, контролировать их внешнее проявление. В-третьих, эмоциональность выражается в их большой эмоциональной неустойчивости, частой смене настроений, склонности к аффектам, кратковременным и бурным проявлениям радости, горя, гнева, страха.

[Предыдущая](#)

[я](#)

[Следующая](#)

Таким образом, младшим школьникам предстоит очень важный момент в их жизни - переход в среднее звено школы. Этот переход заслуживает самого серьёзного внимания. Это связано с тем, что коренным образом изменяет условия учения. Новые условия предъявляют более высокие требования к развитию мышления, восприятия, памяти и внимания детей, к их личностному развитию, а также степени сформированности у учащихся учебных знаний, учебных действий, к уровню развития произвольности. Задача преподавателя начального звена и родителей заключается в знании и учете психологических особенностей детей младшего школьного возраста в обучении и воспитании, проведении комплекса коррекционной работы с детьми, используя различные игры, задания, упражнения.

[Предыдущая](#)

[я](#)

[Следующая](#)

Существует несколько классификаций подвижных игр. Традиционно игры различают по наличию отсутствию инвентаря, по количеству участников, по степени интенсивности и специфике физической подготовки, наличию отсутствию ведущего, месту проведения, по элементам разметки пространства, по системе подсчета очков, по игровым прелюдиям и наказанию, по общему сюжету и т.д. Рассматривая подвижные игры по признаку организации игроков, можно выделить следующие:

- а) без разделения коллектива на команды (игры, основанные на простейших взаимоотношениях между участниками);
- б) с разделением коллектива на команды (игры направленные на воспитание коллективных действий).

Игры могут протекать в различных сочетаниях:

- а) игры, где имеет место активное единоборство;
- б) игры, без соприкосновения с соперником;
- в) игры-эстафеты, в которых действия каждого участника одинаково направлены, связаны с выполнением отдельных заданий.

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны. Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. Все двигательные действия могут выполняться в самых различных комбинациях и сочетаниях.

[Предыдущая](#)

[я](#)

[Следующая](#)

Таким образом, анализ литературы также показал, что подвижные игры выступают как эффективное средство физической подготовленности. Подвижные игры способствуют воспитанию физических качеств.

Игровая деятельность способствует гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата, т. к. в работу могут быть вовлечены все мышечные группы, а условие соревнования требуют от участников довольно больших физических напряжений.

Игры содействуют и нравственному воспитанию. Уважение к сопернику, чувство товарищества, честность в спортивной борьбе, стремление к совершенствованию - все эти качества могут успешно формироваться под влиянием занятий подвижными играми.

[Предыдущая](#)

[я](#)

[Следующая](#)

Организация и методика тесно связаны: рациональная организация помогает лучше руководить игрой, методика может несколько изменяться в зависимости от отдельных организационных моментов в игре. К организации относятся подготовка к проведению игры (место для игры, инвентарь, распределение обязанностей играющих, объяснение игры и др.). Методика проведения связана со способами подачи материала в связи с поставленными задачами, при помощи которых занимающиеся осваивают игру, овладевают знаниями, умениями и навыками для достижения результата.

Таким образом, методика проведения подвижной игры включает неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, умелое педагогическое руководство ею. Особое значение имеет профессиональная подготовка учителя, педагогическая наблюдательность.

[Предыдущая](#)

[я](#)

[Следующая](#)

Методика разработки экспериментальной программы развития физических качеств с помощью подвижных игр

Основная цель экспериментальной деятельности это - развитие двигательных способностей у детей младшего школьного возраста средствами подвижных игр.

Опытно-экспериментальная работа по развитию двигательных способностей младших школьников средствами подвижных игр проводилась на базе МОБУ СОШ с. Зирган. В эксперименте участвовал 2б класс, дети младшего школьного возраста.

В процессе работы над темой исследования нами были использованы следующие методы диагностики: теоретический анализ научно-методической специальной литературы; педагогическое наблюдение; тестирование; педагогический эксперимент.

[Предыдущая](#)

[я](#)

[Следующая](#)

Цель констатирующего этапа исследования: определение начального уровня развития двигательных способностей у детей младшего школьного возраста.

Задачи констатирующего этапа:

1. Сделать подбор методик для диагностики уровня развития двигательных способностей у детей младшего школьного возраста.
2. Провести диагностику уровня развития двигательных способностей у детей младшего школьного возраста.

Констатирующий этап исследования (диагностика уровня развития двигательных способностей у детей младшего школьного возраста) проводился во 2б классе. Класс был разделен на две группы. Параллельными группами детей младшего школьного возраста в контрольной и экспериментальной группе начальной школы.

Таким образом, можно сделать вывод, что регулярное проведение подвижных игр, развивающих физические и психические качества, плодотворно влияет на развитие скоростных способностей учащихся младших классов.

Полученные результаты констатирующего этапа эксперимента показали, что с детьми младшего школьного возраста необходимо провести целенаправленную работу по развитию двигательных способностей средствами подвижных игр.

В ходе анализа педагогической литературы мы пришли к выводу, что подвижные игры - это основной вид деятельности детей младшего школьного возраста, в процессе которой развиваются духовные и физические силы ребенка: его внимание, память, воображение, дисциплинированность, ловкость и т.д. Кроме того, игра - это своеобразный, свойственный младшему школьному возрасту способ усвоения общественного опыта.

**Спасибо за внимание**