

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра методологии образования

**ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
ДОШКОЛЬНИКОВ**

**АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 5 курса 521 группы
направления 44.03.01 Педагогическое образование
профиля «Дошкольное образование»
факультета психолого-педагогического и специального образования

ШАРОВОЙ ЕЛЕНЫ АЛЕКСАНДРОВНЫ

Научный руководитель
канд. пед. наук, доц.

Ю.Ю. Колесниченко

Зав. кафедрой
доктор пед. наук, проф.

Е.А. Александрова

Саратов 2018

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что на современном этапе проблеме физического развития детей уделяется главное значение. Данный аспект определен в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, который одним из приоритетных направлений развития выделяет образовательную область «Физическое развитие».

Развитие человека, представляя собой процесс физического, психического и социального созревания, охватывает все количественные и качественные изменения врожденных и приобретенных средств, которые происходят под воздействием окружающей действительности. Физическое развитие связано с изменением роста, веса, увеличением мышечной силы, совершенствованием органов чувств, координации движений и т.д.

В первые годы жизни физическое развитие и воспитание является основой всестороннего развития ребенка. В детстве закладывается фундамент здоровья, и формируются некоторые важные черты личности. Успех в любой деятельности во многом определяется физическим состоянием ребенка. Детский организм остро реагирует на незначительные отклонения от нормы в окружающей среде, что связано с его развитием и недостаточной функциональной зрелостью отдельных органов и систем. Связи между соматическими и психическими процессами более тесные, чем у взрослых. Поэтому решение многих педагогических задач должно осуществляться с обязательным учетом физических возможностей и состояния ребенка.

Невозможно представить себе жизнь ребенка без веселья, развлечений, игровой деятельности и т.д. Каждое из этих мероприятий выполняет различные задачи: одни – развлекают детей, другие – развивают творческие способности, но все они направлены на воспитание потребности в движении и эмоционального удовлетворения.

В процессе физического воспитания ребенка-дошкольника подвижным играм отводится важнейшее место. В современной системе дошкольного образования они рассматриваются как основное средство и метод физического воспитания.

Являясь важным средством физического воспитания, подвижная игра одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм дошкольника. В игре ребенок упражняется в самых разнообразных движениях: беге, прыжках, лазании, ловле и т.д. Большое количество движений активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность.

Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе. Чрезвычайно важно учитывать роль растущего напряжения, радости, сильных переживаний и незатухающего интереса к результатам игры, которые испытывают дети. Увлеченность дошкольников подвижной игрой не только мобилизует их физиологические ресурсы, но и улучшает результативность движений.

Игра является незаменимым средством совершенствования движений, развивая их, способствуя формированию быстроты, силы, выносливости, координации движений. В подвижной игре, как деятельности творческой, ничто не сковывает свободу действий ребенка, в ней он раскован и свободен.

Таким образом, подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств.

Все это обусловило **актуальность** методических поисков по проблеме организации подвижной игры в условиях ДОО.

Несмотря на то что при проведении подвижной игры имеются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка, происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование новых психических процессов, новых качеств личности, в настоящее время наблюдается дефицит организации данного вида игр за счет замещения их современными инновационными средствами на занятиях физической культурой. А между тем дети дошкольного возраста тяготеют именно к игровой деятельности, которая в этом возрасте является ведущей.

Данное противоречие предопределило выбор темы дипломного исследования «Подвижная игра как средство физического развития дошкольников».

Объект исследования – процесс физического развития детей дошкольного возраста.

Предмет исследования – организация подвижных игр как средства физического развития дошкольников.

Цель исследования – выявление эффективности организации и проведения подвижных игр на процесс физического развития детей среднего дошкольного возраста.

Гипотеза: мы предположили, что эффективным условием физического развития детей среднего дошкольного возраста будет способствовать система подвижных игр, обеспечивающая учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также самостоятельную организацию детьми данного вида игр.

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

1. Рассмотреть особенности физического развития детей дошкольного возраста в аспекте ФГОС ДО.
2. Изучить содержание работы по физическому развитию детей в условиях ДОО.
3. Раскрыть особенности подвижной игры в физическом воспитании детей.
4. Экспериментальным путем проверить эффективность организации и проведения подвижных игр на процесс физического развития детей среднего дошкольного возраста.

В работе использовались следующие **методы исследования**:

- теоретические: анализ и изучение психолого-педагогических и научно-методических работ по теме исследования;
- эмпирические: обобщение педагогического опыта работы, педагогический эксперимент;
- методы математической обработки полученных в исследовании данных.

База исследования: МАДОУ «Детский сад № 20» г. Саратова.

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

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

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первом разделе мы рассмотрели психолого-педагогические основы физического развития детей дошкольного возраста.

Дошкольный возраст по праву считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, которые необходимы для эффективного участия в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей ребенка.

В дошкольном возрасте закладываются основы всестороннего гармонического развития личности ребенка. Важную роль при этом играет своевременное и правильно организованное физическое воспитание, одной из основных задач которого является развитие и совершенствование движений.

Развитие и совершенствование движений ребенка в период дошкольного детства осуществляются разными путями. С одной стороны, обогащению двигательного опыта детей, приобретению новых навыков и умений способствуют их самостоятельная деятельность, игры, труд, с другой – специально организованные мероприятия по физической культуре, которые направлены на решение задач как оздоровительного, так и воспитательного характера.

Основной формой обучения детей движениям признаны физкультурные занятия. В то же время весьма существенное место в системе физического воспитания детей дошкольного возраста занимают подвижные игры.

Во втором разделе мы описали ход и результаты опытно-экспериментальной работы по изучению влияния подвижных игр на процесс физического развития детей 4-5 лет.

Экспериментальное исследование проходило с 28 детьми средней группы (4-5 лет) на базе МАДОУ «Детский сад № 20» и включало три этапа: констатирующий – сентябрь 2017 года; формирующий – октябрь 2017 – март 2018 года; контрольный – апрель 2018 года.

Цель констатирующего этапа – выявление уровня физического развития детей 4-5 лет как субъектов физкультурно-оздоровительной деятельности.

При оценке физического качества детей мы учитывали отдельные качественные стороны их двигательных возможностей: выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость. Для тестирования физических качеств мы использовали контрольные упражнения, которые предлагали детям в игровой или соревновательной форме:

1. Тестовое задание «Быстрота». Цель – определение способности выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.

2. Тестовое задание «Сила». Цель – определение способности преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения.

3. Тестовое задание «Прыжок в длину с места».

4. Тестовое задание «Гибкость». Цель – определение морфофункциональных свойств опорно-двигательного аппарата, определяющих степень подвижности его звеньев. Гибкость характеризует эластичность мышц и связок.

5. Тестовое задание «Статическое равновесие».

Уровни физического развития распределялись следующим образом: высокий уровень – 3 балла; средний уровень – 2 балла; низкий уровень – 1 балл.

Анализируя количественные данные, полученные в ходе констатирующего этапа эксперимента, мы сделали следующие выводы: 4 ребенка (14%) показали высокий уровень физического развития; 20 детей (72%) находятся на среднем уровне физического развития; 4 ребенка (14%) показали низкий уровень физического развития.

Как мы видим, большая часть группы находится на среднем уровне физического развития, двое детей показали низкий уровень и двое детей – высокий уровень физической подготовленности.

По результатам тестирования мы определили, что большинство движений дети выполняют правильно, движения достаточно координированные, хотя в некоторых случаях дети нуждаются в помощи взрослого, особенно при освоении новых движений. Большинство наших воспитанников проявляют творчество только в виде отдельных элементов двигательной активности, на уровне отдельных движений. При этом практически все ребята непостоянно соблюдают требования техники основных движений.

Мы также отметили, что дети используют основные движения в самостоятельной деятельности, однако только те, которые удаются им лучше всего.

Таким образом, результаты проведенного обследования нацелили нас на разработку системы подвижных игр в средней группе, которые бы способствовали физическому развитию и оздоровлению детей в условиях дошкольной образовательной организации с включением их в систему физкультурных занятий.

Цель формирующего этапа экспериментальной работы – повышение уровня физического развития детей среднего дошкольного возраста за счет включения в физкультурные занятия комплекса подвижных игр.

Изучив литературу о физических качествах, мы в рамках формирующего этапа эксперимента выбрали путь, который показался самым верным – развивать физические качества ребенка с помощью подвижной игры. Ведь игра – первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности ребенка-дошкольника. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют свои представления об изображаемых событиях, о жизни. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры.

В работе с детьми мы использовали игры, рекомендованные программой, затем добавляли игры из других источников, либо из своего опыта. Часто преобразовывая игру, видоизменяя ее правила игры, мы усложняли их: увеличивали расстояние для бега, метания, высоту прыжков. Мы подобрали такие игры, которые оказывают комплексное развивающее воздействие как на психофизические качества и основные движения, так и на познавательные процессы.

При подборе игр для детей средней возрастной группы мы руководствовались тем, что подвижные игры должны способствовать следующим задачам:

1. Развитию психофизических качеств детей: скоростных, силовых, гибкости, выносливости, моторных координаций.
2. Накоплению и обогащению двигательного опыта детей, овладению основными движениями.
3. Формированию у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Помимо разработанных нами игровых занятий, мы также проводили с детьми сюжетные подвижные игры. При этом несюжетные подвижные игры («Подбрось – поймай», «Мяч через сетку», «Кто ушел?») и игры с элементами соревнования («Найди, где спрятано», «Найди и промолчи») мы также использовали в работе с детьми средней группы.

Мы проводили сюжетные игры, используя образный рассказ, который развивал воображение детей. Мы рассказывали детям о зайцах и волке (игра «Зайцы и волк»), о медведе («У медведя во бору»), о лисе и курицах (игра «Лиса в курятнике»), старались вызвать интерес детей к игровым образам, игровым ролям.

Мы объясняли детям, как ходит, переваливаясь, медведь, как крадется лиса или волк, как прыгают зайцы. Дети с удовольствием за нами повторяли показанные движения, входя в роль зайцев или волка, медведя, лисы или кур. Сказочные игровые образы побуждали наших дошкольников более старательно выполнять то или иное движение.

Часто в подвижных играх мы использовали атрибуты для лучшего вхождения детей в роль – маски животных для водящего (лисы, волка, кота, зайца и др.), дополнительные предметы для исполнения ролей (корзинки, муляжи ягод, грибов для игры «У медведя во бору», шляпу и кнут для пастуха в игре «Пастух и стадо»). Использование атрибутов всегда радовало детей больше, чем игра без атрибутов, вызывала у них большой азарт к игре, большее желание играть.

Проводя каждую подвижную игру, мы старались, чтобы каждый ребенок побыл в роли ведущего или водящего, для того, чтобы у детей не возникло чувства разочарования. В связи с этим, каждая игра проводилась многократно, и детям это не надоедало, так как у них велика потребность в движениях и играх.

У многих детей в нашей группе развито стремление к лидерству, доминированию. Каждый ребенок в группе стремился побывать в роли ведущего (водящего), поэтому распределять роли нам было довольно трудно. При распределении ролей мы старались:

- помочь «застенчивым» детям укрепить свой авторитет; недисциплинированным – стать организованными; неактивным – проявить активность; необщительным – сдружиться со всеми;

- объяснить значимость не только командных, но и второстепенных ролей;
- учитывать индивидуальные особенности и интересы детей.

Для детей активных, подвижных, склонных к перевозбуждению подходили игры со сложными действиями, например «Цветные автомобили», или простые игры, в которых от точности и аккуратности зависела результативность игры – «Городки», «Сбей булаву», «Водонос». При проведении игр мы показывали дошкольникам важность соблюдения правил и старались, чтобы они получили удовольствие от их выполнения.

Для детей осторожных и робких были интересны игры с простыми действиями, в которых результат зависел от сосредоточенности и ловкости («Кошки-мышки», «Перелет птиц»), от концентрации внимания («Птичка и кошка», «Найди себе пару»). Несмотря на то что дети часто были психологически не готовы к выполнению ведущих ролей, стеснялись, не решались начать игру, при постепенном включении в игру во второстепенных ролях, при проявлении двигательной активности в игре, а также, получив наше одобрение, она впоследствии хорошо справлялись с главными ролями.

Для детей вялых, пассивных мы подбирали игры, не требующие сложных действий, особой ловкости и быстроты движений («Котята и щенята», «Зайка серый умывается»).

Для развития бега мы использовали игры: «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки». В ходе проведения данных игр мы добивались закрепления и развития умения бегать легко, согласовывая движения рук и ног; развивали у детей умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Для развития прыжков мы играли в следующие подвижные игры: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается». В данных играх закреплялось умение прыгать на двух ногах на месте, на одной ноге на месте.

Для развития ползания и лазанья мы использовали подвижные игры: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята». В этих играх у детей закреплялось умение ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы, умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вверх, вниз, вправо, влево).

В играх на бросание и ловлю: «Подбрось – поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку» закреплялось умение принимать правильное исходное положение при метании, в бросании и ловле мяча кистями рук, не прижимая их к груди.

В играх «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки» мы развивали двигательную активность детей, потребность детей в движениях, ориентировку в пространстве, внимание, выдержку.

В работе с детьми мы также использовали следующие народные игры: «У медведя во бору», «Горелки», «Салки» и др.

Также в рамках данного этапа экспериментальной работы мы организовали и провели консультацию для родителей наших воспитанников на тему «Организация подвижных игр в домашних условиях», в ходе которой мы рассказали родителям о целесообразности проведения данного вида игр дома с детьми и предложили их вниманию несколько таких игр.

Итак, в рамках формирующего этапа эксперимента мы старались воспитывать в наших воспитанниках самостоятельность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучали их к самостоятельному выполнению правил; развивали творческие способности детей в играх (придумывание вариантов игр, комбинирование движений).

Мы заметили, что все наши ребята стали увереннее в себе: они без труда могут организовать любую подвижную игру, с легкостью привнося в нее свои элементы. Улучшились и физические качества наших воспитанников: они стали быстрее, ловчее, гибче, выносливее, что проявляется в выполнении физических упражнений на занятиях физической культурой и в режимных моментах.

Цель контрольного этапа эксперимента – изучение уровней освоения образовательной области «Физическое развитие» детьми средней группы и выявление эффективности проведенной нами работы.

Итак, в апреле 2018 года в рамках итоговой (плановой) диагностики мы провели повторное обследование детей, учитывая при этом все основные моменты, влияющие на качество работы по укреплению здоровья и физического развития, а также развития детей как субъектов физкультурно-оздоровительной деятельности и требования личностно ориентированной дидактики.

Как и на констатирующем этапе, диагностическая система на контрольном этапе эксперимента имела четко заданный единый набор тестовых упражнений и форм отчетной документации, что позволило проводить обследование дошкольников в определенные сроки.

Для тестирования физического развития детей средней группы на контрольном этапе эксперимента мы использовали контрольные упражнения, которые предлагали детям в игровой форме: тестовое задание «Быстрота», тестовое задание «Сила», тестовое задание «Прыжок в длину с места», тестовое задание «Гибкость», тестовое задание «Статическое равновесие». Уровни физического развития и оценка полученных результатов распределялись так же, как и на начальном этапе обследования.

Анализируя количественные данные, полученные в ходе контрольного этапа эксперимента, мы сделали следующие выводы: 20 детей (72%) показали высокий уровень

физического развития; 8 ребенка (28%) находятся на среднем уровне физического развития; низкий уровень физического развития на данном этапе выявлен не был.

Итак, по результатам тестирования мы определили, что практически все наши воспитанники выполняют физические упражнения, позволяющие демонстрировать качество (сила, ловкость, гибкость, выразительность исполнения). Дети выполняют движения легко и свободно; имеют высокие показатели тестирования.

Дети владеют техникой всех основных движений в соответствии с возрастными нормами, умеют выполнять сложные движения; свободно используют их в самостоятельной деятельности, перенося их в подвижную игру. Наши воспитанники осуществляют перенос двигательного опыта и в разнообразные виды детской деятельности.

У детей наблюдается потребность в двигательной активности и совершенствовании. Они проявляют элементы двигательного творчества и сотворчества по образцу взрослого.

Таким образом, система подвижных игр, обеспечивающая учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также самостоятельную организацию детьми данного вида игр, которые были организованы нами в рамках формирующего этапа экспериментальной работы, явились эффективным условием физического развития детей среднего дошкольного возраста, что полностью подтверждает выдвинутую нами ранее гипотезу исследования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выполнив исследование по теме «Подвижная игра как средство физического развития дошкольников», мы можем сделать следующие выводы:

Изучив и проанализировав психолого-педагогическую литературу по теме исследования, мы определили, что в первые годы жизни физическое развитие и воспитание является основой всестороннего развития ребенка. В детстве закладывается фундамент здоровья, и формируются некоторые важные черты личности. Успех в любой деятельности во многом определяется физическим состоянием ребенка. Детский организм остро реагирует на незначительные отклонения от нормы в окружающей среде, что связано с его развитием и недостаточной функциональной зрелостью отдельных органов и систем. Связи между соматическими и психическими процессами более тесные, чем у взрослых. Поэтому решение многих педагогических задач должно осуществляться с обязательным учетом физических возможностей и состояния ребенка.

Рассмотрев особенности физического развития детей дошкольного возраста в аспекте ФГОС ДО, мы уточнили, что на пятом году жизни интенсивно продолжается созревание организма ребенка; продолжает совершенствоваться нервная система, развивается мозг, растут

и укрепляются кости, зубы, мышцы, усложняются связи между всеми системами организма. Этот возраст – очень важный период в развитии движений ребенка, он обладает значительным запасом двигательных навыков и умений, движения постепенно становятся преднамеренными.

Изучив содержание работы по физическому развитию детей в условиях ДОО, мы выяснили, что целью физкультурной, оздоровительной и воспитательной работы в дошкольных образовательных организациях является формирование у детей потребности быть здоровым с использованием при этом всех средств физического воспитания и развития.

Раскрыв особенности подвижной игры в физическом воспитании детей, мы отметили, что для дошкольников подвижные игры являются жизненной потребностью. С их помощью решаются самые разнообразные задачи: образовательные, воспитательные и оздоровительные. В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе

В практической части исследования мы предприняли попытку экспериментальным путем проверить эффективность организации и проведения подвижных игр на процесс физического развития детей среднего дошкольного возраста.

Мы организовали экспериментальную работу с 28 детьми 4-5 лет на базе МАДОУ «Детский сад № 20» г. Саратова.

На констатирующем этапе эксперимента в сентябре 2017 года с помощью различных тестовых методик мы определили, что у наших воспитанников недостаточно развиты исследуемые физические качества (быстрота, гибкость, выносливость, сила).

На формирующем этапе эксперимента (октябрь 2017 – март 2018 года) мы организовали специальную работу, направленную на повышение показателей физического развития детей среднего дошкольного возраста посредством включения системы подвижных игр.

На контрольном этапе эксперимента в апреле 2018 года мы выявили положительную динамику в развитии физических качеств у детей среднего дошкольного возраста, подтвердив выдвинутую ранее гипотезу исследования.

Таким образом, цель исследования была достигнута, задачи решены.