

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

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

Кафедра методологии образования

**Физическое развитие детей посредством использования
народных подвижных игр в работе ДОО**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

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

Руденко Евгении Денисовны

Научный руководитель
канд. пед. наук, доцент

дата, подпись

Н. Н. Саяпина

Заведующий кафедрой
Зав. кафедрой
профессор, д. пед. наук

дата, подпись

Е. А. Александрова

Саратов 2023

Введение. Дошкольный возраст - самый важный этап в физическом развитии ребёнка. Этот возраст самый благоприятный для развития основных функций организма. Ребенок в это время продолжает набирать вес и расти, но не так быстро, как после рождения, поэтому стоит обратить внимание на развитие двигательной активности, вводить в рутину ребёнка элементарные гигиенические навыки и закаливающие процедуры.

Важно помнить, что все дефекты в физическом развитии ребёнка в будущем исправить гораздо сложнее, чем изначально сформировать их. Поскольку физическое развитие находится в неразрывной связи с психическим здоровьем и эмоциональным благополучием, вся жизнедеятельность ребёнка в организации дошкольного образования должна иметь здоровую направленность. И самое главное, принципу здоровья должна соответствовать организация физического развития дошкольников.

В целях укрепления здоровья детей и создания стойкой потребности в регулярных физических упражнениях особенно важно найти пути и методы повышения эффективности физкультурно - оздоровительной работы с детьми в дошкольных учреждениях и создания оптимальных условий для полноценного гармоничного развития ребёнка. Необходимы новые формы работы в детском саду, способствующие стимулированию активности и самостоятельности в двигательной деятельности ребёнка, которые, воздействуя на мотивацию и эмоции, создают постоянный интерес к деятельности и положительно влияют на оптимальное развитие ребёнка, повышают его уровень физического состояния. В последние годы в отечественной литературе появилось много научных работ, посвящённых решению различных проблем физического развития и воспитания детей дошкольного возраста. Большую исследовательскую работу в этом направлении проделали такие учёные, как В. И. Алиев, О. М. Дятченко, М. Н. Кузнецова, С. М. Мартынов, Л. А. Парамонов и др. Положения о сущности здорового образа жизни зафиксированы в трудах Н. И. Амос, М. С. Антроповой, Ю. И. Висицина, М. В. Покровский и другие проблемы сохранения здоровья, санитарии и развития ребёнка отражены в

работах Е. А. Аркина, М. Н. Алиева, С. К. Велитиченко, С. М. Иванова, С. П. Кожина, К. Н. Способиной, С. Л. Страковской.

Одной из приоритетных задач дошкольного образования в соответствии с ФГОС является создание физически развитого ребёнка. Если мы посмотрим на предыдущие поколения, то увидим, что люди того времени лучше развиты физически, чем сегодняшние дети. У современных детей нет представления о том, в какие игры можно играть, кроме компьютерных. Хотя русские народные (дворовые) игры способствуют не только физическому развитию, но и эмоциональному.

Объект исследования: физическое развитие детей.

Предмет исследования: русские народные игры как средство формирования положительного отношения дошкольников к физической культуре.

Цель исследования – изучить и обобщить теоретический и практический материал по заявленной теме, с возможностью использования народных подвижных игр в работе с дошкольниками по физическому развитию.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть общие вопросы физического воспитания и развития детей дошкольного возраста.
2. Продемонстрировать значение и особенности использования народных подвижных игр в физическом развитии дошкольников в условиях ДОО.
3. Реализовать использование народных подвижных игр на занятиях по физической культуре в ДОО и проверить эффективность их применения.

Гипотеза исследования: обучение детей двигательным умениям и навыкам будет более эффективным в том случае, если воспитатель:

- внедрит в занятия детей народные подвижные игры;
- будет обучать детей интересным физическим упражнениям в виде подвижных игр в системе и последовательно.

В работе были использованы теоретические и эмпирические методы исследования, а именно наблюдение, описание, сравнение, опрос и беседа.

База исследования : МДОУ «Центр развития ребёнка - детский сад №101 «Жар-птица» г. Саратов.

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

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

В первом разделе раскрываются понятия «физического развития», «физического воспитания», «физической культуры» и их общая характеристика, определяются виды народных подвижных игр, их значение в развитии физической активности у детей дошкольного возраста.

Во втором разделе описаны ход и результаты опытно-экспериментального исследования развития физических способностей детей подготовительной к школе группы с применением народных подвижных игр в работе ДОО.

В заключении приводятся основные результаты по теме исследования и подытоживаются промежуточные выводы, полученные в процессе работы.

Список использованных источников включает электронные ресурсы и наименования книг, учебной, методической литературы, периодических изданий.

В приложениях представлены конспекты занятий по приобщению детей к культуре родного народа, консультации для родителей, результаты диагностик.

Основное содержание работы. Уже в дошкольном возрасте важно развивать основы здорового образа жизни, долголетия и здоровой психики. Если ребенок болеет, то и процесс его обучения замедляется, он устаёт, становится невнимательным, замедляется процесс мышления. Неслучайно В. А. Сухомлинский акцентировал внимание на том, что от самочувствия, жизнерадостности ребёнка зависит его внутреннее положение, взгляды на жизнь, интеллектуальное становление, прочность познания, уверенность в собственных силах.

Наименее обширным понятием из теории физического воспитания считается физическая культура. Оно содержит в себе сущность абсолютно всех рассмотренных далее понятий.

Физическая культура – это часть культуры, совокупность достижений общества в сфере физического самосовершенствования человека, накопленных в процессе социально исторической практики. К материальным ценностям относятся: тренировочные сооружения (спорткомплексы, спортивные комнаты, бассейны и др.), спортивный инвентарь, (специальная одежда, спецобувь и др.). К духовным ценностям относятся: наука, произведения искусства.

Физическое воспитание – это вид воспитания, специфическим наполнением которого считается преподавание движений, воспитание физических качеств, овладения особенными физкультурными познаниями и формирование осознанной потребности физкультурных занятий. В то же время, физическое воспитание – это педагогический процесс, ориентированный на достижение физического совершенства личности.

Физическое развитие (в широком смысле) – это механизм изменения видов и функций человеческого организма. Его проявления - быстрота, сноровка, сила, выносливость.

Среди задач оздоровления важное место занимают охрана здоровья детей и достаточная физическая подготовка, улучшение функций тела, повышение активности. Благодаря пластичности нервной системы у малышей двигательные навыки формируются сравнительно не трудно. Большинство их (лежание, бег, ходьба, ходьба на лыжах, катание на самокате и др.) дети применяют в повседневной жизни как средство перемещения. Навык движения облегчает связь с окружающим миром и способствует его познанию: ребенок, ползая сам, выбирает те предметы, которые интересуют его и знакомится с ними. Регулярное выполнение физических упражнений оказывает благоприятное воздействие на развитие мышц, связок, позвоночника.

Известные педагоги отмечали, что народное творчество является естественным спутником жизни ребенка, источником радости, имеющим

большую воспитательную силу. Педагоги очень ценят значение народной игры. Таким образом, П. Ф. Лесгафт положил в свою систему физического воспитания именно народные игры. К. Д. Ушинский считает эти игры самым доступным для детей материалом.

Основной функцией народных игр является образование национальной идентичности. Народные забавы, танцевальные и развлекательные мероприятия наиболее привлекательны для развития детей дошкольного возраста, поскольку соответствуют психологическим особенностям детей данного возраста: они эмоционально насыщены, способны активизировать интеллектуальные сферы ребенка, как личности.

Народные игры на свежем воздухе влияют на образование воли, моральных чувства, сообразительности, скорости реакций и физически укрепляют ребёнка. Благодаря игре формируется чувство ответственности, способность действовать в команде. При этом спонтанная игра и отсутствие дидактических задач делают эту игру привлекательной и «свежей» для ребенка.

Содержание всех народных игр классически краткое, выразительное и доступное для ребенка. Они стимулируют активную работу мышления, помогают расширить изучение окружающего мира, улучшают все психические процессы, стимулируют переход тела ребенка в более высокую фазу развития тела. Большая образовательная значимость отводится правилам игр. Они определяют весь игровой курс, регулируют поступки и действия детей, их отношения, стимулируют формирование воли, т.е. дают условия, когда ребенок не сможет показать присущие ему качества.

Основным условием успешной реализации народных игр в жизни детей дошкольных учреждений всегда было глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром.

При выборе игр учитывается возраст детей, уровень их физической подготовки, состояния здоровья, количество участников и места для игры (размер детской площадки, погодные условия и т. д.)

При подготовке к игре необходимо подготовить детскую площадку, инвентарь, распределить роли, разделить детей на команды и объяснить правила игры. При выборе и подготовке места игры педагог должен сначала принять во внимание требования к безопасности, которые позволяют предотвратить травмы участников игры. Инвентарь должен быть в хорошем состоянии и быть под рукой.

Объяснение игры должно быть коротким (не более 2-3 минут), эмоциональным, доступным, наглядным, логичным. Чтобы сэкономить время, воспитатель может объединить объяснение и размещение в начале игры.

При организации игр необходимо поддерживать интерес детей, выполнять роль помощника и поощрять желание играть, координировать в выполнении различных задач, чтобы развить правильное отношение к успеху и неудачи в играх. Педагог должен помнить, что его главная задача - научить детей играть активно и честно. Только тогда они смогут регулировать внимание, поведение, контролировать свои эмоции, адаптироваться к изменению условий окружающей среды, выходить из критической позиции в любой игровой ситуации. Так дошкольники получают важные качества для будущей жизни.

Народные игры в сочетании с другими образовательными инструментами являются начальной фазой формирования гармонично развитого активного человека, который сочетает в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Для выявления уровня физического развития детей было проведено опытно-экспериментальное исследование. Оно проходило на базе МДОУ «Центр развития ребёнка - детский сад №101 «Жар-птица» г. Саратов В эксперименте участвовали дети подготовительной группы, составляющие контрольную группу исследования в количестве 14 человек и экспериментальную группу исследования в количестве 14 человек.

Опытно-экспериментальная работа включала три этапа:

- Констатирующий;

- Формирующий;
- Контрольный.

Констатирующий этап был направлен на выявление у каждого ребенка уровня физического развития. Для этого применялась диагностическая методика Тарасовой Т.А., а именно: наклоны туловища вперед из положения сидя, челночный бег 3 раза по 10 м, прыжок в длину с места, подъем из положения лежа на спине, бег на выносливость, метание мяча вдаль.

После проведения первичной диагностики были обработаны и зафиксированы следующие результаты экспериментальной и контрольной групп:

Контрольная группа: низкий уровень физической подготовки имеют 22 % детей . Ниже среднего имеют всего 7%. Средний - 36%. Выше среднего - 14%. А высокий - 21%.

Экспериментальная группа: низкий уровень физической подготовки имеют 43% детей . Ниже среднего - 7%. Средний - 36%. Выше среднего - 14%. Высокий - 0%.

На формирующем этапе был разработан проект по развитию физических качеств детей с использованием народных подвижных игр в ДОО.

Но особое место в проекте отведено подбору и организации подвижных игр. Игры проводились и в процессе НОД, и на занятиях по физкультуре, и на прогулках, и в режимных моментах.

Игры были самыми разнообразными: «У медведя во бору», «Вышибалы», «Жмурки», «Пчёлки и ласточки», «Капуста», «Утка и селезень», «Снежная баба», «Картошка», «Хоровод», «Стрекоза», «Коршун», «Лошадки» и многие другие.

В процессе подбора игр учитывались не только возрастные особенности, но и интерес детей. Так как ребята уже знали некоторые народные подвижные игры, они сами предлагали во что бы они хотели сыграть сегодня. А поддержание детской инициативы, ведет к большей их заинтересованности.

На заключительном этапе проекта проводился спортивно - фольклорный досуг «Ярмарка народных подвижных игр», на котором ребята повторили и закрепили знание народных подвижных игр и зарядились позитивными эмоциями.

Продуктом проекта стало создание раздаточного материала, картотеки подвижных игр, проведение спортивно - фольклорного досуга «Ярмарка народных подвижных игр».

Контрольный этап опытно-экспериментальной работы проводился с целью проверки эффективности использования данного проекта как средства повышения уровня физической активности детей подготовительной к школе группы. Для этого была проведена повторная диагностика детей с использованием той же методики.

После проведения вторичной диагностики были обработаны и зафиксированы следующие результаты экспериментальной и контрольной групп:

Контрольная группа: Высокий уровень имеют - 22%. Выше среднего - 14%. Средний - 36%. Ниже среднего - 14%. Низкий - 14%.

Экспериментальная группа: Высокий уровень имеют 16%. Выше среднего - 14%. Средний - 50%. Ниже среднего - 22%. Низкий - 0%.

Анализ на заключительном этапе выявил следующее: при сопоставлении результатов исследования экспериментальной и контрольной групп было установлено, что в экспериментальной группе уровень физического развития детей значительно повысился, что свидетельствует об эффективности использования народных подвижных игр для повышения уровня физической активности детей подготовительной к школе группы.

Заключение. В ходе данного исследования отмечена необходимость развития физических качеств дошкольников и использования народных подвижных игр для воспитания интереса к занятиям физической культурой.

В процессе решения первой теоретической задачи были изучены основные особенности физического воспитания детей дошкольного возраста.

Исследования показали, что большая часть детей современного поколения требует повышения уровня физической подготовленности. Занятие физической культурой – это, прежде всего, путь к здоровью тела, воспитание здорового и энергичного ребенка. И именно воспитание полноценно развитых детей – это главная цель воспитателя и это значит, что он должен использовать, в своей работе, самые разнообразные методы и средства воспитания.

В ходе решения второй задачи было изучено значение и особенности использования народных подвижных игр в физическом развитии дошкольников.

По итогам исследования мы обнаружили, что народная педагогика занимает особое место среди известных методов физической подготовки. Традиционные народные игры - это исторически сложившиеся средства воспитания, наиболее интересные для детей.

Народная игра содержит в себе и физические упражнения, и сюжет, и элементы устного народного творчества, что помогает полноценному развитию ребенка. Разнообразие физических упражнений помогают развитию ловкости, быстроты, выносливости. В процессе регулярных игр совершенствуются двигательные навыки, становятся более четкими.

В процессе исследования практической задачи была изучена эффективность использования народных подвижных игр на занятиях по физической культуре.

В ходе исследования была проведена диагностика физических качеств дошкольников, а также обучение детей народным подвижным играм.

Результаты выполненной работы свидетельствуют о том, что применение народных игр в образовательном процессе вызывает интерес детей к занятию физкультурой. Проявляется высокая активность детей в игровом процессе и использование изучаемого материала в обычной деятельности, самими детьми.

Таким образом, в процессе исследования мы выяснили, что успешность развития физических качеств ребенка зависит от:

- знания педагогом особенностей физического воспитания дошкольников;
- понимания педагогом особенностей организации подвижных игр в условиях группы;
- обучения дошкольников народным подвижным играм;
- правильного внедрения народных подвижных игр в образовательный процесс и повседневную жизнь детей дошкольного возраста.

Итак, цель исследования - изучение и обобщение теоретического и практического материала по заявленной теме, в расчёте перспектив народных подвижных игр в работе с дошкольниками по физическому развитию, - достигнута. Поставленные задачи решены. Гипотеза подтвердилась.