ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КУДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

КОНЕЧНАЯ НАТАЛЬЯ АЛЕКСАНДРОВНА

РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПО СРЕДСТВАМ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Куда 2023

Содержание

Введение……………………………………………………………………3

Глава1.Анализ литературных источников по проблеме

исследования………………………………………………………………5

Выводы по первой главе………………………………………………….5

Глава 2. Организация и методы исследования…………………………..6

2.1.Методы исследования………………………………………………...7

2.2.Организация исследования…………………………………………...7

Выводы по второй главе………………………………………………….10

Заключение ……………………………………………………………….11

Список работ, опубликованных по теме исследования………………..12

Список литературы………………………………………………………13

Введение

Двигательная способность детей младшего школьного возраста проявляется в различных формах движений, в которых в разной степени проявляются физические качества: быстроты, силы, ловкости, выносливости, координационные способности, оказывающие влияние на качественную сторону двигательной способности.

Одним из важнейших средств развития двигательных способностей детей является подвижная игра. Подвижные игры – наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребенка при его активной помощи. Игровые условия помогают развивать у детей младшего школьного возраста, способность наиболее экономно и целесообразно выполнять многие изучаемые движения в целостном и законченном виде. Использование подвижных игр различной направленности на уроках физической культуры значительно повысят уровень двигательной способности.

Ряд авторов Кузнецов В.В. Пензулаева Л.И. Репников П.Н. считают, что подвижные игры различной направленности являются очень эффективным средством комплексного развития двигательных способностей у детей младшего школьного возраста.

**Актуальность данной проблемы:** определили тему нашего исследования: Развитие двигательных способностей у детей младшего школьного возраста по средствам подвижных игр.

**Объект исследования**: учебно-воспитательный процесс у младших школьников на уроке физической культуры.

**Предмет исследования**: развитие двигательных способностей у детей младшего школьного возраста.

**Цель исследования**: разработать комплекс подвижных игр для развития двигательных способностей у младших школьников на уроках физической культуры и апробировать его на практике.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать научно – методическую литературу по теме исследования.
2. Исследовать двигательные способности детей и выявить их уровень развития
3. Разработать и систематизировать комплекс подвижных игр для развития двигательных способностей.
4. Провести сравнительный анализ уровней развития двигательных способностей в экспериментальной и контрольной группах
5. Подтвердить или опровергнуть гипотезу исследования.

**Гипотеза исследования:**

Гипотеза данной работы предполагает, что применение комплексов, подвижных игр на занятиях физической культуры могут повысить уровень двигательных способностей детей младшего школьного возраста .

**Новизна исследования:** заключается в разработке и апробации методов развития двигательных способностей на уроках физической культуры.

**Теоретическая значимость**: изученная научно-методическая литература следующих авторов: В.И.Лях, Л.П.Матвеева, И.М.Короткова , Р.И. Вавилова , Б.Н.Минаева ,Ж.К.Холодова, Кузнецов В.В. Пензулаева Л.И. Репников П.Н. и других, они помогли разработать комплекс подвижных игр.

В работе был использован следующий комплекс методов исследования:

Анализ научно - методической литературы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, метод математической статистики.

**Практическая значимость:** настоящей работы заключается в том, что разработанные и проведенные исследования помогут учителям работающих с детьми младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

**Основные положения:**

**-**Развитие двигательных способностей у детей младшего школьного возраста по средствам подвижных игр.

-Разработать комплекс подвижных игр, способствующих развитию двигательных способностей у детей младшего школьного возраста .

**Апробация результатов:** Исследовательская работа проводилась в период с 2022 по 2023 год на базе МОУ ИРМО «Кудинская средняя общеобразовательная школа» на уроках физической культуры. В эксперименте приняли участие обучающиеся 4-х классов.

**Глава 1. Анализ литературных источников по проблеме исследования**

В.И.Лях, Л.П.Матвеева, И.М.Короткова, Р.И. Вавилова, Н.А.Фёдорова. Эти работы существенно по полнили и обогатили методику проведения подвижных игр физических упражнений на уроке физической культуры. Анализ литературных источников был направлен на изучение наиболее общих вопросов касающихся двигательной способности детей младшего школьного возраста. Основное место в системе методов на всех этапах работы занимал педагогический эксперимент. Метод тестирования служил средством проверки и динамики развития, полученных в результате экспериментальных исследований.

Выводы по первой главе:

Таким образом, в главе первой рассмотрели и про анализировали литературу по проблеме исследования, двигательных способностей у детей младшего школьного возраста.

**Глава.2.Организация и методы исследования**

**2.1.Методы исследования**

Решение поставленных задач осуществлялось основными методами:

1. Теоретические Анализ научно - методической литературы
2. Педагогическое наблюдение
3. Педагогический эксперимент
4. Педагогическое тестирование
5. Метод математической статистики.

**Методы педагогического эксперимента:** педагогический экспериментпредусматривает доказательство гипотезы (или её опровержение) путём сопоставления эффективности педагогического процесса после введения в него новых факторов с результатами педагогического процесса до введения в него изменений. Он позволяет искусственно отделять новые целенаправленные введения на сущность и характер педагогического процесса, выявить силу и направление воздействия изучаемых педагогических явлений занимающихся. Для достижения данной цели в экспериментальной группе использовался комплекс подвижных игр способствующих развитию двигательной способности (приложение 1,2).

**Метод педагогического тестирования:** включала тестыдля определения двигательной способности обучающихся младшего школьного возраста в экспериментальной и контрольной группе.

Педагогическое тестирование мы проводили по следующим тестам:

* 1. Челночный бег 3×10
  2. Ведение мяча
  3. Передача и ловля мяча

**2.2.Организация исследования**

**Место проведения эксперимента:** МОУ ИРМО «Кудинская средняя общеобразовательная школа» на уроках физической культуры. В эксперименте приняли участие обучающиеся младшего школьного возраста .

**Первый этап исследования-** на этом этапе был проведен педагогический эксперимент, который включал в себя констатирующий и формирующий этапы метод теоретического анализа и синтеза, изучения научно – методической литературы по проблеме развития двигательных способностей у детей, изучение и обобщение опыта ведения занятий по физической культуре.

**Второй этап исследования-** был проведен сбор эмпирического материала, осуществляли подтверждение выдвинутой нами гипотезы путём применения эмпирических методов исследования. На данном этапе был проведён основной педагогический эксперимент.

**Третий этап исследования-** оформления работы, проводилась систематизация полученных данных, осмысление набранных параметров эмпирических данных, обработка их методами математической статистики, написание и оформление работы, разработка рекомендаций. Тестирование и контрольные испытания по развитию двигательных способностей проводились в начале эксперимента с сентября по апрель. Выбор методов, организация условий исследования, их проведение, а также обработка полученных данных велись в соответствии с требованиями и учётом основных принципов методологии научных исследований в области теории и методики физического воспитания. В контрольной группе занятия проводилась по традиционной форме. В занятия экспериментальной группы были включены наши комплексы упражнений направленные на развитие двигательных способностей.

Таблица 2.1

Результаты тестирования на выявление уровня развития двигательных способностей у детей

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия, имя ребёнка | Результаты тестирования до эксперимента | | | Результаты тестирования после эксперимента | | |
| Челночный бег 3×10 | Ведения мяча | Передача и ловля мяча | Челночный бег 3×10 | Ведение мяча | Передача и ловля мяча |
| Экспериментальная группа | | | | | | |
| Ч. Ангелина | 16,0 | 7 | 13 | 12,0 | 13 | 28 |
| Б. Иван | 13,0 | 9 | 18 | 10,1 | 19 | 34 |
| Г.Даша | 16,0 | 5 | 12 | 12,0 | 12 | 26 |
| Д. Виолетта | 15,0 | 10 | 16 | 11,3 | 20 | 38 |
| З.Диана | 15,0 | 8 | 18 | 11,5 | 18 | 40 |
| К. Маша | 12,0 | 12 | 20 | 9,8 | 22 | 42 |
| Н.Андрей | 14,0 | 8 | 14 | 10,2 | 19 | 34 |
| С.Никита | 16,0 | 12 | 19 | 11,5 | 21 | 38 |
| Средний показатель | 14,6 | 9 | 15 | 11,05 | 18 | 35 |
| Контрольная группа | | | | | | |
| Б.Милана | 16,1 | 8 | 10 | 12,0 | 10 | 15 |
| Л.Саша | 18,0 | 7 | 12 | 13,2 | 11 | 19 |
| Лв. Саша | 16,0 | 5 | 15 | 13,5 | 9 | 23 |
| М.Катя | 17,0 | 7 | 18 | 12,0 | 12 | 26 |
| С. Никита | 16,0 | 6 | 14 | 14,3 | 9 | 21 |
| У.Ваня | 18,0 | 4 | 12 | 15,0 | 8 | 19 |
| Ф.Семён | 15,5 | 9 | 14 | 14,0 | 15 | 25 |
| Ш.Вадим | 17,6 | 5 | 13 | 14,6 | 8 | 20 |
| Средний показатель | 16.7 | 6 | 14 | 13,5 | 10 | 21 |

Исходя из данных, которые мы привели в таблице, мы можем сделать следующий вывод: после апробирования наших комплексов упражнений и игр на развитие двигательных способностей позволили нам увидеть положительную динамику результатов тестирования в экспериментальной группе, результаты по тесту челночный бег 3×10 улучшились на 3.01 секунду, по тесту ведения мяча испытуемые стали вести мяч на 9 раз больше, а в тесте передача и ловля мяча испытуемые показали хороший результат и увеличили количество подбрасывания и ловли мяча на 20 раз по сравнению с началом эксперимента, также наблюдается положительная динамика результатов по тестированиям в контрольной группе.

Рис. 1. Показатели двигательных способностей у детей с экспериментальной группы по тесту «Челночный бег 3×10»

Рис. 2. Показатели двигательных способностей у детей младшего школьного возраста «Ведение мяча», «Передача и ловля мяча» в экспериментальной группе

Из диаграмм видно, что результаты после проведения эксперимента существенно улучшились. Полученные в результате эксперимента данные по тестам челночный бег 3×10, передача и ловли мяча, отбивание мяча от пола мы подвергли статистической обработке данных по определению достоверности различий по критерию Стьюдента (табл. 2.2).

Таблица 2.2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Результаты статистической обработки данных по тесту «Челночный бег 3×10» | | | | | | | | | | | | | |
| Группа | n | Челночный бег 3×10 | | | | | | | | σ | m | t | p |
| Экспериментальная | 8 | 12,0 | 10,1 | 12,0 | 11,3 | 11,5 | 9,8 | 10,2 | 11,5 | 0,8 | 0,3 | 0,6> 0.05 | |
| Контрольная | 8 | 12,0 | 13,2 | 13,5 | 12,0 | 14,3 | 15,0 | 14,0 | 14,6 | 10,8 | 4,1 |
| Результаты статистической обработки данных по тесту  «Ведение мяча» | | | | | | | | | | | | | |
| Группа | n | Ведение мяча | | | | | | | σ | m | t | P | |
| Экспериментальная | 8 | 13 | 19 | 12 | 20 | 18 | 22 | 19 | 3,5 | 1,3 | 1,6>0.05 | | |
| Контрольная | 8 | 10 | 11 | 9 | 12 | 9 | 8 | 15 | 12,1 | 4,7 |
| Результаты статистической обработки данных по тесту  «Передача и ловля мяча» | | | | | | | | | | | | | |
| Группа | n | Передача и ловля мяча | | | | | | | σ | m | t | P | |
| Экспериментальная | 8 | 28 | 34 | 26 | 38 | 40 | 42 | 34 | 38 | 12,6 | 0,9 > 0,05 | | |
| Контрольная | 8 | 15 | 19 | 23 | 26 | 21 | 19 | 25 | 20 | 8 |

Проведя статистическую обработку данных, можно сделать следующий вывод: в результате произведённых расчётов время расчётное больше время граничного значит различия между выборками статистически достоверные. Следовательно, разработанный комплекс игр эффективен.

**Выводы по второй главе:**

Во второй главе рассмотрела педагогический эксперимент его задачи и методы исследования.

Были разработаны комплексы игр для двигательных способностей младшего школьного возраста наши наработки были апробированы на уроках физической культуры, МОУ ИРМО «Кудинская СОШ. После проделанной работы результаты показали значительное повышение уровня двигательных способностей детей экспериментальной группы. Полученные результаты исследования показали, что использование комплекс подвижных игр на развитие двигательных способностей может найти широкое применение в школах с детьми младшего школьного возраста.

**Заключение**

Правильно организованное физическое воспитание способствует развитию у школьников мышления, памяти, инициативы, воображения, самостоятельности, выработке основных гигиенических навыков, но и развитию двигательных способностей.

В методике развития двигательных способностей детей младшего школьного возраста должны быть слиты воедино средства, методы и приемы обучения движениям, развития двигательных способностей.

Положительные сдвиги в уровне двигательных способностей отражают влияние целенаправленного педагогического воздействия, о чём свидетельствуют более выраженные изменения показателей у детей экспериментальной группы по сравнению с контрольной. Разумеется, положительные изменения произошли и в контрольной группе, где конечно результаты отличались от исходных данных.

Однако темп прироста в экспериментальной группе оказались значительно выше, чем в контрольных.

В результате проведенного эксперимента выявилась эффективность разработанных комплексов игр. Полученные результаты исследования показали, что использование наших комплексов могут находить широкое применение в школах. В процессе занятий повышается уровень двигательных способностей детей

**Практические предложения:** Практическая значимостьнастоящей работы заключается в том, что разработанные и проведенные исследования помогут учителям работающих с детьми младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

**Список работы, опубликованных по теме исследования:**

1.Журнал «Познание» на Всероссийской конференции «Перспектива инклюзивного образования в условиях современной школы» Развитие двигательных способностей у детей младшего школьного возраста, по средствам подвижных игр .Апрель 2018г

2.Сборник научных трудов по итогам региональной научно-практической конференции «Проблемы и пути совершенствования физической культуры в системе образования: Развитие двигательных способностей у детей младшего школьного возраста. Май 2022г.

Список литературы

1. Вавилова Р.И. Сборник инструктивно-методических материалов по физической культуре. – М.: Просвещение, 2003.

2. Вильчковский Э.С. Физическое воспитание школьников в семье. –К.: Рад. шк., 2003.

3. Клевенко В.М. Быстрота как развитие физических качеств. – Москва 2008.

4. Коротков И.М. Подвижные игры детей. – М.: Сов. Россия, 2008.

5. Лайзане С.Я. Физическая культура для школьников – М.: Просвещение, 2002.

6 Ланда, Б. Х. Методика расчета коэффициента учебно-методическое пособие для вузов / Б. Х. Ланда. - [2-е изд., испр. и доп.]. – М.: Советский спорт, 2013. - 34 с.

7.Лях В.И., Физическая культура, 1-4 класс, М.: Просвещение, 2013 - 190 с.

8. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. – Москва 2007.

9.Мерзликина А. Каждому учителю – спортивно-педагогическую подготовку// Физическая культура в школе .

10. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Основы методики физического воспитания школьников. –М.:2002. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей школьного возраста / Под ред. М.В. Антроповой, М.М. Кольцовой. –М.: Педагогика, 2003.

11. Никифоров Ю.Б. Эффективность физических упражнений. Москва – 2007.

12. Оленчук П.Т. Здоровье дарит спорт. – [Текст]Николаев: 2003.

13. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 7-9 лет: Пособие для педагогов. – М.: Просвещение, 2003.

14. Стрельников В.А. Воспитание выносливости. – Улан – Удэ, 2001.

15. Физическое воспитание детей школьного возраста: Кн. для педагогов/ Сост. Ю.Ф. Луури. – М.: Просвещение, 2002.

16. Фомин Н.А., Фолин В.Е. Возрастные основы физического воспитания – М.: Физиология и спорт. –2008.

17. Ширяев А.Г. Физкультура как она есть. – Москва, 2004.

18. Шустин Б.М. Современная система физической подготовки. – Москва.: 2005.

19.Физическая культура: 3, 4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Бисеров В.В.; М-во образования и науки РФ. - М.: Академкнига, 2013. - 144 с.

20.Физическая культура /сост. В.А. Коледа и др. – Минск: РИВШ, 2008. - 59с.

21.Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Брехов Л.В. Физическая культура. 1-4 классы, Учебник. — В 2-х частях. — М.: Академкнига/Учебник, 2013. — 144 с.