

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОЛГОГРАДСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

На правах рукописи



Сабуркина Ольга Александровна

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОМАНДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР В
ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА**

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной
физической культуры

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук

Научный руководитель –
кандидат педагогических наук, доцент
Финогенова Наталья Валентиновна

Волгоград – 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	5
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРИМЕНЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	14
1.1 Основные направления совершенствования физического воспитания в дошкольном возрасте	14
1.2 Место командных спортивных игр в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.....	21
1.3 Особенности развития старших дошкольников, обуславливающие возможности использования командных спортивных игр.....	34
Заключение по первой главе	52
ГЛАВА 2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	54
2.1 Методы исследования.....	54
2.2 Организация исследования.....	61
ГЛАВА 3 АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ	63
3.1 Особенности физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста	63
3.2 Анализ показателей социально-психологических особенностей развития личности старшего дошкольника	69
3.3 Оценка развивающего потенциала командных спортивных игр	75
Заключение по третьей главе.....	83

ГЛАВА 4 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДИКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМАНДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	86
4.1 Отбор и систематизация средств спортивных игр, доступных для старших дошкольников	86
4.2 Содержание методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании старших дошкольников	99
4.3. Изменение показателей физической подготовленности старших дошкольников в ходе педагогического эксперимента.....	116
4.4. Влияние экспериментальной методики на социально- психологическое развитие старших дошкольников	119
Заключение по четвертой главе.....	122
ВЫВОДЫ.....	124
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	127
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	130
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	132
ПРИЛОЖЕНИЕ А Анкета опроса педагогов дошкольных образовательных учреждений.....	156
ПРИЛОЖЕНИЕ Б Шкалы относительной оценки результатов тестирования физической подготовленности девочек 6 лет.....	158
ПРИЛОЖЕНИЕ В Таблица оценок физической подготовленности детей 4- 7 лет в ДОУ.....	159
ПРИЛОЖЕНИЕ Г Практический материал к обучению техническим приемам игры в гандбол	161
ПРИЛОЖЕНИЕ Д Практический материал к обучению техническим приемам игры в баскетбол.....	162

ПРИЛОЖЕНИЕ Е Игры и игровые задания для игр в баскетбол, гандбол.....	163
ПРИЛОЖЕНИЕ Ж Практический материал к обучению техническим приемам игры в футбол	170
ПРИЛОЖЕНИЕ З Игры и игровые задания для игры в футбол.....	171
ПРИЛОЖЕНИЕ И Акты внедрения.....	175

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В соответствии с дальнейшим развитием современного общества, его социально-экономическими потребностями, совершенствованием образования, реализацией национальной образовательной инициативы выпускники дошкольных образовательных учреждений должны владеть основными культурными способами деятельности, проявлять инициативу и самостоятельность в различных видах деятельности, легко адаптироваться к стремительно изменяющимся условиям жизни на основе высокого уровня здоровья, развития физических, интеллектуальных и личностных качеств. Данные приоритеты развития детей дошкольного возраста отражены в нормативных документах федерального уровня. В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования от 17 октября 2013 года № 1155 указана необходимость решения в первую очередь задачи «...охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия...» [120]. Подпрограмма «Развитие дошкольного и общего образования» государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2019–2025 годы от 26 декабря 2017 года № 1642 ориентирует систему дошкольного образования на начальную ступень общего образования, высокое качество учебных достижений и социализацию детей [131]. Решение указанных правительством задач возможно в рамках «...модернизации системы физического воспитания различных категорий и групп населения, в том числе в дошкольных, ... образовательных учреждениях ...» (Распоряжение Правительства РФ от 7 августа 2009 года № 1101-р «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года») [119].

Исследования показывают, что одним из ключевых инструментов в решении поставленных задач в дошкольном возрасте выступает физическое воспитание. Результаты такого воздействия находят свое отражение в совершенствовании физиологических функций, которые обеспечивают

функционирование психических процессов, эффективную интеллектуальную деятельность, нормальное душевное состояние, обеспечивая тем самым должное развитие личностных качеств человека [53; 149; 157; 178; 202].

Полноценное развитие личности дошкольника должны обеспечивать специфические формы работы в детских садах, которые будут учитывать уникальность и самоценность детства как важного этапа в общем развитии человека. Решение задач физического воспитания и развития дошкольников, которые находятся в контексте основных положений ФГОС, необходимо реализовывать в форме игры, так как именно эта форма занятий характерна для детей данного возраста [120].

Средством физического и общего социального воспитания детей выступает игра, так как она является наиболее эффективным средством самореализации в обществе, радости жизни, проведения свободного времени. Универсальным и популярным средством физического воспитания всех категорий населения являются спортивные игры. Значительный потенциал командных спортивных игр в процессе физического воспитания подрастающего поколения представляет их образовательный аспект и то, что они обладают большими воспитательными возможностями. Они приучают преодолевать различные ситуационные трудности, воспитывают выдержку, характер. Необходимость внедрения командных спортивных игр, в которых заранее прописан определенный свод правил в практику физического воспитания детей дошкольного возраста, отмечается многими учеными и специалистами. Значительный потенциал командных спортивных игр в процессе физического воспитания подрастающего поколения представляет их образовательный аспект, и то, что они обладают большими воспитательными возможностями [28; 34; 60; 63; 67].

Степень научной разработанности проблемы. В настоящее время имеется определенный научно-исследовательский опыт включения элементов командных спортивных игр в процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста. Исследования Э.Й. Адашкявичене, Г.Л. Драндрова, М.Н. Чапурина указывают на «...возможность формирования школы мяча у детей дошкольного

возраста в таких спортивных играх как баскетбол, футбол и волейбол» [2; 51; 194]. В.П. Арсентьева рассматривает спортивные игры как средство повышения двигательной активности дошкольников [6]. Л.Н. Волошина, Г. Тиунова, Ю.Н. Ермакова с помощью элементов игры в футбол решают вопросы повышения уровня физической подготовленности детей [23]. А.Ю. Журавлева предлагает использовать методику обучения детей основам игры в теннис [57]. Возможность использования спортивных игр в обучении двигательным действиям показана в исследованиях, выполненных на материале волейбола, гандбола [35; 100; 178].

Однако, как отмечается в исследованиях М.А. Правдова, В.И. Усакова, В.А. Шишкиной, О.Г. Галимской, Л.Н. Володиной, обучение элементам спортивных игр в ДООУ носит зачастую фрагментарный характер и, как следствие, уровень овладения элементами спортивных игр не соответствует в должной мере программным требованиям и возрастным возможностям детей старшего дошкольного возраста [23; 29; 134; 163; 182].

Из выше сказанного вытекает ряд противоречий на:

социальном уровне – между признанием того, что спортивные игры являются эффективным средством всестороннего развития занимающихся и неготовностью педагогической практики их использования в старшем дошкольном возрасте;

практическом уровне – между значительным объемом накопленного опыта включения спортивных игр в образовательный процесс детей дошкольного возраста и отсутствием методического обоснования использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста;

научно-методическом уровне – между высоким развивающим потенциалом командных спортивных игр и недостаточной научной разработанностью методики их применения в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, проведенный анализ накопленного научно-методического опыта и направлений использования средств командных спортивных игр в физическом воспитании старших дошкольников позволил сформулировать

проблемную ситуацию между их значительным развивающим потенциалом, обеспечивающим последовательно поступательное повышение уровня физической подготовленности и показателей социально-психологического развития, и недостаточным научно-методическим обеспечением их включения в физическое воспитание детей старшего дошкольного возраста.

Объект исследования – процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Предмет исследования – средства, методы и организационные формы использования командных спортивных игр в физическом воспитании старших дошкольников, доступных для детей 6-7 лет и направленных на их физическое и социально-психологическое развитие.

Цель исследования – разработать и обосновать методику использования командных спортивных игр направленную на повышение уровня физического и социально-психологического развития детей старшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования. Методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста будет педагогически целесообразной и эффективной если:

- педагогический процесс будет направлен не только на физическое, но и социально-психологическое развитие детей;
- средства будут классифицироваться в соответствии с технической сложностью спортивных игр и уровнем взаимодействия детей в рамках их выполнения, с исключением элементов связанных с противодействием соперников в борьбе за мяч;
- педагогический процесс будет осуществляться с учетом физической и психической готовности детей, и представлять собой последовательно реализуемые задания общей физической подготовки на овладение элементарными игровыми приёмами и спортивные игры по упрощенным правилам;
- реализация педагогического процесса будет осуществляться в рамках вариативной части программы по физическому воспитанию.

Задачи исследования:

1. Выявить предпосылки для успешного использования командных спортивных игр в физическом воспитании дошкольников.
2. Определить доступные для дошкольников 6-7 лет средства командных спортивных игр и систематизировать их с учетом воздействия на физическое и социально-психологическое развитие ребенка.
3. Разработать методику использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста, направленную на повышение физического и социально-психологического развития.
4. Экспериментально обосновать эффективность разработанной методики в практике физического воспитания старших дошкольников.

Научная новизна результатов исследования заключается в том, что:

- выявлены предпосылки успешного использования командных спортивных игр в физическом воспитании дошкольников: возрастные особенности дошкольников, их ориентация на игровую деятельность; возможности командных спортивных игр для физического и социально-личностного развития детей; установленный недостаточный уровень физической подготовленности и социально-психологического развития дошкольников 6-7 лет;
- определены и систематизированы доступные для детей старшего дошкольного возраста средства командных спортивных игр (баскетбол, гандбол, футбол) с исключением элементов, связанных с противодействием соперников в борьбе за мяч;
- теоретически разработана и обоснована экспериментальная методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста, направленная на повышение уровня их физической подготовленности и улучшение показателей социально-психологического развития;
- получены новые объективные данные об уровне физической подготовленности старших дошкольников и показателях их социально-

психологического развития в рамках реализации методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании.

Теоретическая значимость результатов исследования заключается в дополнении и развитии теории и методики физического воспитания дошкольников положениями и выводами диссертации, в которых:

– изложены теоретически обоснованные научные сведения о целесообразности использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей дошкольного возраста с учетом воздействия на развитие ребенка;

– представлено описание содержания экспериментальной методики организованной деятельности по физической культуре в дошкольных образовательных учреждениях на основе реализации идей включения командных спортивных игр в процесс физического воспитания детей старшего дошкольного возраста;

– объясняются пути позитивного воздействия организованной деятельности по физической культуре на социально-психологическое развитие старших дошкольников в контексте учета физической подготовленности детей;

– конкретизированы средства, методы и формы организации учебно-воспитательного процесса на основе включения в его содержание командных спортивных игр, технологически обеспечивающие усвоение этого содержания.

Практическая значимость результатов исследования заключается в том, что их внедрение в педагогическую практику позволяет существенно повысить уровень двигательной подготовленности и показатели социально-психологического развития личности дошкольников.

Полученные результаты исследования, выводы и положения диссертации могут использоваться для совершенствования содержания профессиональной подготовки и повышения квалификации специалистов по физической культуре в системе вузовского и послевузовского образования, а также для качественного улучшения учебно-тренировочного процесса на этапах начальной подготовки в образовательных учреждениях дополнительного образования, осуществляющих

физическое развитие детей с предпочтительным использованием командных спортивных игр.

Теоретико-методологическую базу исследования составили:

- концепция спортивно-ориентированного физического воспитания В.К. Бальсевича;
- положения гуманистической концепции спортивного воспитания детей дошкольного возраста О.В. Козыревой;
- теория развивающего обучения В.В. Давыдова, А.Н. Леонтьева;
- идеи оптимизации систем физического воспитания на разных этапах онтогенеза В.П. Филина, Н.А. Фоминой, Б.А. Никитюка, Л.П. Матвеева;
- теория детского личностного развития Б.Г. Ананьева, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна;
- методика организации и проведения подвижных игр Л.В. Былеевой, П.Ф. Лесгафта;
- концепция об игре как ведущей деятельности дошкольника А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина;
- идея классификации подвижных игр в дошкольном возрасте по сопряженному развитию физических качеств и психических процессов Н.И. Дворкиной;
- положения теории и методики физического воспитания детей дошкольного возраста о первоначальном обучении спортивным играм и физическим упражнениям Э.И. Адашкявичене, Л.Н. Волошиной, Д.М. Правдова, В.И. Усакова, Н.В. Финогеновой.

Основные положения, выносимые на защиту.

1. Предпосылками для успешного использования командных спортивных игр в физическом воспитании старших дошкольников являются возрастные особенности дошкольников, их личностная ориентация на игровую деятельность; развивающие возможности командных спортивных игр в плане физического и социально-личностного развития ребенка; требования Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, а также

установленный недостаточный уровень физической подготовленности и социально-психологического развития дошкольников 6-7 лет.

2. Определение и структурирование доступных для детей 6-7 лет средств командных спортивных игр (баскетбол, гандбол, футбол) позволяет использовать их с учетом существенного влияния на физическое и социально-психологического развитие ребенка и положительного переноса освоенных умений.

3. Особенности разработанной экспериментальной методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста являются:

- выполнение требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, нацеленных на обеспечение формирования личности и интеграции основных направлений развития дошкольника (образовательных областей);

- применение доступных для детей 6-7 лет, систематизированных по направленности на физическое и социально-психологическое развитие средств, обеспечивающих освоение ими элементарных технических приемов, подвижных игр и командных игр в баскетбол, гандбол и футбол по упрощенным правилам с исключением элементов, связанных с противодействием соперников в борьбе за мяч;

- учет положительного переноса двигательных умений от баскетбола к гандболу и футболу;

- применение экспериментальной методики ведет к значительному повышению уровня физической подготовленности и социально-психологического развития детей.

Степень достоверности и апробация результатов научного исследования обеспечена надежной и непротиворечивой методологической базой, логикой представления научного исследования, репрезентативностью выборки, корректной статистической обработкой результатов исследования, адекватной интерпретацией полученных результатов.

Основные положения и результаты диссертационного исследования представлены на международных (г.Набережные Челны, 2014; г.Якутск, 2016; г.Ростов-на-Дону, 2016), Всероссийских (г.Волгоград, 2013) научно-практических конференциях, на научно-методических семинарах и заседаниях кафедры теории и методики физического воспитания и кафедры теории и методики спортивных игр ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры».

Результаты исследования представлены в 12 научных публикациях, из которых 4 статьи опубликованы в журналах, входящих в перечень рецензируемых научных изданий. Результаты исследования внедрены в практику работы дошкольных образовательных учреждений №37, №356 Центрального района г.Волгограда, №336, №378 Тракторозаводского района г.Волгограда, о чем свидетельствуют соответствующие акты внедрения.

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, четырех глав, заключения, практических рекомендаций, списка литературы. Работа изложена на 176 страницах компьютерной верстки, содержит 14 таблиц, 8 рисунков и 6 приложений. Список представленной литературы включает 213 источников, из них 23 – зарубежные.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРИМЕНЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Основные направления совершенствования физического воспитания в дошкольном возрасте

Проблема повышения уровня здоровья и физического развития детей в условиях пребывания в дошкольных образовательных учреждениях в современных социально-экономических условиях развития общества стоит достаточно остро. Одним из факторов, способствующих значительной коррекции негативных процессов, которые содействуют разрушению здоровья детей, является двигательная деятельность. Ведущей целью совершенствования физического воспитания в дошкольном возрасте является развитие здорового и физически крепкого гражданина, а также воспитание нравственных и духовных качеств личности [17; 32; 44; 74; 77; 98; 146; 170].

В.В. Гориневский, изучая специфические особенности детей дошкольного возраста, отмечал: «...что физическое воспитание в дошкольном возрасте должно способствовать сохранению и укреплению здоровья и профилактике различных заболеваний». Его положения о взаимосвязи физического и эстетического воспитания являются очень ценными. Им была доказана ведущая роль подвижных игр в системе физического воспитания ребенка, а также заложены научные основы тренировки [39].

Большой размах получили исследования, изучающие проблемы обучения детей в детском саду, в пятидесятые годы прошлого столетия. Так, А.П. Усовой были доказаны существующие условия для систематического обучения детей в дошкольном возрасте, определены особенности образовательной работы, средства и методы, формы и организация учебного процесса детей дошкольного возраста [164].

В разработках Е.Н. Вавиловой, имеют место наиболее доступные методы и приёмы обучения детей основным движениям в разных возрастных группах – это послужило основанием для создания методических приемов в физическом воспитании дошкольников с учётом возрастных особенностей [22].

Исследования М.А. Руновой, Н.Н. Кожуховой, Л.А. Рыжковой, М.М. Борисовой раскрывают основные закономерности, методы и разнообразные приемы успешного освоения видов движений, которые основываются на поэтапном разучивании [70; 141].

В 70-90-х годах прошлого века специалисты в области физического воспитания начинают стремительно создавать условия гармоничного духовного и физического воспитания детей дошкольного возраста. Е.Н. Вавилова исследовала и рассматривала особенности проявления показателей скоростно-силовых качеств [22]. Труды В.Г. Фролова, Е.С. Черник, Г.П. Юрко посвящены изучению выносливости [157]. Изучению функции координационных способностей в дошкольном возрасте посвящены труды Т.И. Осокиной, Л.И. Пензулаевой, М.Ю. Кистяковской, Т.С. Грядкиной, Н.А. Ноткиной [161].

До самого конца девяностых годов сохранили свою актуальность методики обучения детей общеразвивающим упражнениям, технологии системного обучения детей физическим упражнениям, которые разрабатывались параллельно, а также принципы сочетания в структуре занятия движений с учетом их подвижности и координационной трудности [38; 75; 126; 134; 173; 197].

В конце XX века широкое распространение получают поиски новых модификационных технологий применения общеразвивающих упражнений – музыкально-ритмические комплексы, комплексы с внедрением простых тренажеров, элементов фитбол-аэробики [47; 148; 183; 187; 200].

В настоящее время многими учёными и специалистами достаточно бесперспективной признаётся система физического воспитания дошкольников, в основе которой лежат устаревшие научные теории.

Большое внимание обращают специалисты в области физической культуры и спорта на то, что необходимо уходить от традиционной системы физического

воспитания, нацеленной на развитие определенного перечня физических качеств, жизненно необходимых двигательных умений и навыков, которые, в общем-то, не оказывают существенного воздействия на духовное и умственное развитие детей, к системе, которая предоставляет человеку обширные знания о свойствах своего организма, различных средствах целенаправленного воздействия на физическое развитие, поддержание и дальнейшее укрепление собственного здоровья [1; 13; 14; 93; 99; 198].

Основной целью физического воспитания детей и подростков является формирование основ физической и духовной культуры личности, повышение уровня состояния здоровья – считают многие ученые и специалисты [15; 91; 93; 100; 107]. Как отмечается в исследованиях Е.Н. Ганова, С. Сухда, Л.А. Волошиной, Н.В. Финогеновой, данная цель для детей дошкольного возраста будет конкретизироваться в ряде задач:

– осознанное формирование потребностей и успешное освоение детьми ценностей физической культуры и спорта, а также поддержание состояния здоровья;

– индивидуально-посильное и свойственное каждому организму развитие имеющегося физического резерва, которое ориентируется на обеспечение достижения необходимого уровня проявления детьми двигательных умений, навыков и физических качеств;

– гармоничное физкультурное образование ребенка, нацеленное на освоение им этических, моральных, умственных, эстетических и технологических ценностей и приоритетов физической культуры;

– постепенная актуализация приобретаемых знаний, необходимых для проведения самостоятельных занятий, которая достигается с уровнем начальных навыков [31; 169].

Различные варианты методик физического воспитания детей дошкольного возраста, которые разрабатываются в последние годы, дают возможность наряду с развитием двигательных способностей влиять на развитие творческого потенциала, коммуникативных способностей, произвольности поведения,

социальной активности [45; 152; 174; 182]. Обоснован ряд интеграционных методик занятий по физической культуре, которые обеспечивают поступательное развитие познавательных способностей дошкольников на базе применения средств физического воспитания [71; 11; 200].

Инновационные ориентации функционирования системы физического воспитания дошкольников продолжают стремительно разрабатываться. Н.Н. Ефименко считает, что именно физическое воспитание является основой «комплексной педагогики жизни», которая может помогать ребенку грамотно ориентироваться в окружающем его мире, адекватно реагировать на различные жизненные ситуации, постигать необходимые общечеловеческие истины, добиваться ощущения счастья, гармонии, веселья [56].

Физическое воспитание в дошкольном возрасте как процесс, который реализуется в контексте с закономерностями работы, гарантирующей развитие и улучшение двигательных умений и навыков одновременно с развитием основных физических качеств личности, успешное сочетание которых в значимой мере определяет физическую подготовленность человека, рассматривает в собственных трудах Л.Д. Глазырина. Ему экспериментально доказано, что возможность повышения уровня физической подготовленности ребенка одновременно с параллельным развитием его умственных способностей реализуется с учетом целенаправленного использования трех вместе связанных направлений: воспитательного, образовательного, оздоровительного с соответствующим развивающим потенциалом, который обозначается системой физического воспитания [34; 39; 40].

По мнению специалистов В.К. Бальсевича и Л.И. Лубышевой, «...для увеличения культурологической эффективности физического воспитания различных слоев населения следует задействовать такие инноваторские подходы в контексте его модернизации, как: «спартианское движение», ориентированное на гуманизацию спортивного и физкультурного движения; спортизированное или спортивно-ориентированное физическое воспитание на базе интеграции спортивной деятельности и физической культуры; валеологический вектор

физического воспитания, предназначенный для формирования здорового стиля жизни молодого поколения; физическое воспитание с акцентом на его историко-культурологические ценности» [11; 13]. В теории и методике физического воспитания детей старшего дошкольного возраста следует отметить такое направление, которое нацелено на оптимизацию интегрального процесса психологического и физического развития детей и представляет собой сопряженное использование средств психорегулирующих воздействий и двигательной активности, а также использование метода круговой тренировки, базирующегося на основах конверсии избранных элементов технологий спортивной тренировки [153; 200].

Для использования в рамках основного физкультурного образования дошкольников, которое предполагает рациональное сочетание урочных форм организации работы по физической культуре и физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, рассматриваются инновационные подходы.

Предполагается, что принятие Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» указывает на то, что дошкольное образование становится уровнем общего образования и, следовательно, должно работать в соответствии со стандартами, поднимая статус дошкольного образования на более высокий уровень [119].

ФГОС определил основные требования к дошкольному образованию, в которых отмечается, что детство необходимо рассматривать как период жизни человека, без всяких условий значимого тем, что происходит с ребенком в данный момент. В стандарте определяются требования к содержанию программы дошкольной организации с целью создания благоприятных условий для развития личности детей во всевозможных способах общения и деятельности с учетом возраста, а также индивидуальных психологических и физиологических особенностей организма [120].

Актуализацию различных вопросов, которые направлены на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия, приобретение опыта в двигательной деятельности, развитие

физических качеств и формирование начальных представлений о видах спорта осуществляет работа в образовательной области «Физическое развитие».

Учитывая данные позиции, программа, реализующая образовательную область «Физическое развитие», предполагает наличие базовой (обязательной части), которая направлена на комплексное решение задач Стандарта дошкольного образования, и вариативной части, использующей авторские модифицированные программы с учетом особенностей регионального компонента, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, специфики образовательных потребностей и интересов детей.

Реализация данного замысла возможна, по мнению Е.А. Сочевановой, на основе знаний о состоянии здоровья, кадрового обеспечения и материально-технической базы дошкольных учреждений, климатических и экологических условий в конкретно взятом регионе [152].

Перспективным направлением повышения эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста может выступить тенденция расширения спектра используемых форм, методов и средств в рамках вариативной части программы по реализации образовательной области «Физическое развитие» в дошкольных организациях. В.Н. Золотов указывает на «... необходимость разработки инновационных программ для использования в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста на основе использования спортивных упражнений, в частности синхронного плавания». Им разработаны и апробированы на практике модель и педагогические условия эффективной реализации программы в рамках деятельности дошкольного образовательного учреждения. При этом установлено, что «...внедрение программы использования элементов синхронного плавания в реализацию воспитательного процесса дошкольных учреждений оказывает значительное воздействие на укрепление здоровья детей старшего дошкольного возраста, их функциональные возможности, физическую подготовленность и физическое развитие» [60].

Е.А. Козин предполагает, что за основу разработанной им дифференцированной методики физического воспитания детей дошкольного

возраста можно взять элементы спортивной акробатики. При этом, реализуя экспериментальную методику, необходимо «... учитывать соматотип занимающихся, что положительно скажется не только на уровне их двигательной подготовленности, но и поможет сформировать устойчивую мотивацию к занятиям по физической культуре и снизить показатели ситуационной устойчивости у детей» [71].

По мнению Т.П. Завьяловой, которое подтверждается научными исследованиями, эффективность применения средств туризма в физкультурно-оздоровительной работе и активном отдыхе 6-7-летних детей дошкольного возраста является наиболее высокой. Ее методика основывается на «... использовании физических упражнений, двигательных заданий с максимальным использованием природного и социального окружения, способствующих повышению опыта пространственной ориентации и интереса к двигательной и познавательной деятельности. Это должно позволить повысить уровень физической подготовленности дошкольников, уровень дружеских взаимоотношений, способствовать успешному приобретению основных знаний о природе и в сфере физической культуры» [58].

Строить методику занятий по физической культуре на основе использования элементов спортивной игры в футбол, которая направлена на последовательное освоение детьми старшего дошкольного возраста специальных упражнений в условиях интеграции двигательной и познавательной деятельности, с использованием специального спортивного инвентаря и вспомогательного оборудования с дидактической символикой, экспериментально обосновала и предложила Ю.Н. Ермакова [54].

Авторская программа Л.Н. Волошиной и Т.В. Куриловой «Играйте на здоровье!» является эффективной для совокупного решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста. Авторы предлагают через формирование интереса к спортивным играм способствовать развитию у них желания применять их в свободной, самостоятельной двигательной деятельности на прогулке. При этом двигательный материал представлен таким образом, чтобы дети могли за

счет накопления двигательного опыта самостоятельно решать возникающие в игре проблемные игровые ситуации [24].

О.И. Маттис для создания условий в удовлетворении потребностей детей в двигательной активности и обогащении двигательного опыта новыми действиями предлагает в процессе физического воспитания использовать подвижные игры с предметами. Это, по мнению автора, скажется на значительном увеличении показателей двигательных способностей детей [100].

С.С. Коломыченко и С.Н. Ермакова, рассматривая проблему обогащения двигательного опыта детей дошкольного возраста, полагают, что использование спортивных предметов во время подвижных игр будет «... благотворно влиять на повышение интереса детей к двигательной деятельности и таким образом увеличит их двигательные возможности» [77].

Из этого следует, что спортивные упражнения и игры выступают средством и формой организации физического воспитания дошкольников и являются частью целостной системы. Использование их в качестве средств и форм организации (в вариативной части программы) физического воспитания в дошкольном возрасте способствует формированию двигательного опыта детей, повышению интереса к двигательной деятельности, создает условия в удовлетворении потребностей детей в двигательной активности, повышению показателей пространственной ориентации и интереса к гуманитарной деятельности в сфере физической культуры.

1.2 Место командных спортивных игр в системе физического воспитания детей дошкольного возраста

Игра обусловлена природой человека и является постоянным его спутником в течение всей жизни. Она содержит черты, сближающие ее с профессиональной, бытовой, общественной деятельностью, а также обеспечивает потребности людей в движении, отдыхе, развлечении, познании, общении с людьми разных возрастов и поколений.

Впервые систематизированный и обобщенный материал о теории игры был представлен К. Гроссом. Сущность игры он рассматривал как подготовку к дальнейшей серьезной деятельности. В игре ребенок упражняется и совершенствует свои способности [41].

Г. Спенсер считал, что источник игры лежит в избытке сил. Избыточные силы, неизрасходованные в жизни или труде, находят себе выход в игре. Раскрывая мотивы игры, К. Бюллер выдвинул теорию функционального удовольствия, удовольствия от самого процесса игры. Согласно теории З. Фрейда, в игре дети реализовывают вытесненные из жизни желания, то есть разыгрывается и переживается то, что не удастся реализовать в жизни. А. Адлер, австрийский психолог, выдвигает такое понимание игры, что в игре дети пытаются устранить чувство неполноценности и несамостоятельности, поэтому они любят играть в волшебников [19; 64].

Отечественные психологи считают игру особым видом деятельности, посредством которой, по мнению С.Л. Рубинштейна, происходит отношение личности к окружающей действительности. В ней совершаются лишь те действия, которые значимы для играющих по их внутреннему содержанию. Как отмечал Л.С. Выготский, исходным, определяющим фактором в игреследует считать то, что в рамках игры ребенок создает себе вместо реальной определенную мнимую ситуацию, действует в ней в рамках выполнения игровой роли согласно тем переносным значениям, которые он при этом придает окружающим предметам [26; 138].

Согласно теории игры Д.Б. Эльконина «... игра представляет собой деятельность, в которой закладываются и в дальнейшем совершенствуются основы управления поведением на основе ориентировочной деятельности. Сущность игры основана на попытке построения образа поля возможных действий, а, значит, именно данный образ выступает в качестве ее продукта. С ростом ребенка меняется набор его игр: от простых вариантов манипулирования игрушками до коллективного разыгрывания сюжетов и ролей» [185].

В играх ребенок делает все, образно говоря, втроем: его разум, фантазия и подсознание «работают» сопряженно и синхронно, постоянно участвуя в отражении и осмыслении окружающего мира. Детские игры гармонично и всеобъемлюще развивают в ребенке внимание и честность, память и милосердие, фантазию и интеллект, воображение и трудолюбие, реактивность и язык, наблюдательность и справедливость, то есть все то, что составляет основу человеческой личности [204; 205].

Игровая деятельность выполняет существенную роль в формировании сообщества дошкольников, в котором, примеряя на себя роли других людей, отражая и осваивая присущие им социальные функции, нормы поведения и взаимоотношения, происходит накопление социокультурного опыта ребенком. Игра стимулирует ребенка к сотрудничеству с взрослыми и детьми, к учету потребности и нужды окружающих, приводит, как отмечает Р.Р. Ильясов, к тому, что «...эмоции и стремления, сохраняя свою специфическую детскую наивность и непосредственность, приобретают новый смысл, перерастая в сочувствия к другим людям, в переживание чужих радостей и печалей как своих собственных» [64].

Именно в игровой ситуации у ребенка наиболее ярко проявляются чувства дружелюбия, осознанного переживания за товарища по команде, которые впоследствии становятся основой для проявления более сложных эмоций. В игровом коллективе у ребенка возникают новые чувства, которые ориентируются на мнение окружающих, на собственные действия и поступки с учетом предъявляемых требований культурного поведения в социуме; обогащаются и совершенствуются механизмы культуры поведения – самоограничение, сомнение и самооценка, самоконтроль и контроль. Идентифицируя себя с взрослыми людьми, ребенок усваивает тем самым культурные нормы поведения, что отмечают многие специалисты [42; 104].

Игра в дошкольном возрасте является приоритетным видом деятельности не только потому, что ребенок большую часть времени, как правило, проводит в играх и развлечениях, но и потому, что игра способствует качественным

изменениям психики ребенка. Игровая практика создает благоприятные условия для интеллектуального развития ребенка, для успешного перехода от наглядно-действенного мышления к образному и далее к словесно-логическому. Игра развивает способность создавать типичные обобщенные образы, мысленно трансформировать их [58; 113; 160].

Л.С. Выготский указывал, что игра представляет собой источник и зону ближайшего развития ребенка. Действие в мнимой ситуации, в воображаемом поле, образование жизненного плана, создание произвольного намерения – все эти моменты возникают в игре. Ученый подчеркивал, что ребенок в игре всегда находится выше своего среднего возраста, выше присущего ему повседневного поведения, в игре он как бы на голову превосходит самого себя [27].

Игровая практика всегда подразумевает соблюдение определенных правил, решение задач, выполнение обязанностей, преодоление разных препятствий и трудностей. Эти обстоятельства укрепляют волю, воспитывают решительность, самообладание, настойчивость в достижении цели, выдержку, умение сконцентрировать свои усилия на решении стоящей игровой задачи, развивают дисциплинированность, организованность [25]. Многие ученые и специалисты относят игру к непосредственной методике воздействия, благодаря которой ребёнок воспринимает себя полноценным субъектом игровой деятельности, а не объектом воздействия со стороны взрослого человека. В игровом процессе ребенок стремится преодолевать возникающие препятствия, ставит перед собой задачи и самостоятельно решает их [162, 201, 202].

Из этого следует, что социально-психологическое развитие личности ребенка является одним из важных аспектов воспитания дошкольников. Отметим, что маленькие дети еще не умеют должным образом контролировать собственные эмоции и выражают их открыто, не испытывая стеснения окружающих.

Подвижная игра, как отмечают Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова, является сложной и эмоционально ярко окрашенной деятельностью детей, которая основана на наличии двигательных действий и правил и направлена на решение поставленных двигательных задач [70].

По мнению П.Ф. Лесгафта, «...подвижная игра – это упражнение, с помощью которого ребенок адаптируется к реалиям жизни». Эмоциональная насыщенность и увлекательное содержание игры побуждает детей к определенным физическим и умственным усилиям. Еще в середине XVIII века швейцарский педагог И.Г. Песталоцци высоко отзывался о подвижных играх, вызывающих положительные эмоции у детей, об играх, в которых ребенок чувствует себя раскованно и демонстрирует в полной мере внутреннее «Я» [89].

Среди широкого спектра факторов (гигиенических, социально-экономических, культурных, демографических и т.д.), которые существенно влияют на развитие детей, физическое воспитание занимает одно из ключевых мест по интенсивности воздействия на психику ребенка, его эмоциональные состояния и переживания.

Большинство эмоций выступает в роли предвестника неудачи или успеха, повышая уровень прогностичности поступков человека. В данном контексте спортивно-игровая деятельность существенно способствует проявлению чувства уверенности в собственных силах, повышает шансы достижения запланированных целей благодаря возросшим психическим и физическим качествам, которые развиваются во время занятий [146].

Спортивно-игровая деятельность представляет собой обширную сферу для развития социально-психологических качеств личности человека. Уроки физического воспитания, состоящие из подвижных игр с элементами спортивных, соревновательной и тренировочной деятельности, вызывают сильные эмоциональные переживания, а так же формируют умения управлять своим эмоциональным состоянием. Эмоциональные проявления, а так же характер, особенно выражаются в упражнениях, которые развивают ловкость, силу, быстроту, гибкость и выносливость, отчётливо видны и легко просматриваемы и тем самым могут быть оценены партнёрами по команде и педагогами. Наличие регламента соревнований, использование педагогических и технических средств контроля результатов выполнения физических упражнений способствуют установлению связи эмоций и потребностей на различных уровнях

психологических проявлений: от воздействия раздражителей на ощущения организма и проявления эмоций до активации различных видов деятельности индивидуума.

Для развития социально - психологических качеств личности дошкольников могут быть использованы средства физической культуры. Проявление результатов данного процесса, по мнению Н.Н. Кожуховой, определяется с помощью комплекса определенных педагогических условий:

- оснащение основных форм реализации физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях индивидуально разработанными, правильно подобранными средствами физической культуры, наполненными содержанием с эмоциональным значением (оздоровительные, дыхательные, релаксационные гимнастики; двигательные задания и действия; варианты подвижных игр и массажных упражнений и т.д.), и вариативностью их использования;

- обеспечение дифференцированного подхода к детям, обладающим различным уровнем проявления эмоциональной устойчивости;

- осуществление дополнительной подготовки педагогического состава к использованию средств физической культуры, ориентированных на развитие эмоциональной устойчивости дошкольников [69].

Ведущие исследователи в области физического воспитания, давая характеристику развития социально-психологических качеств личности детей дошкольников, выявляют потребность в активности, подъем настроения от проведенных занятий, прилив бодрости и желания заниматься в дальнейшем, что лишний раз подтверждает наличие глубокого эстетического удовлетворения, получаемого человеком от регулярной двигательной деятельности. Ребенок, хорошо выполняющий упражнения, испытывает позитивные ощущения от легкости и свободы своих движений, от умения управлять своим телом, его радуют красота, пластичность и точность. Музыкально-ритмичное сопровождение занятий эмоционально обогащает детей, позволяет глубже понять замысел движений и качественнее их выполнять, поскольку средства

музыкальной выразительности (ритм, темп, сила звука) вызывают в движениях ответные оттенки реакций.

Благоприятные условия для качественного физического и эмоционального развития личности дошкольника создаются во время занятий по физической культуре, где дети получают положительные эмоции во время двигательной деятельности, а также получают радость коллективного взаимодействия во время соревновательной деятельности. Социально-психологические качества личности воспитываются в ходе преодоления детьми различных препятствий (внутренних и внешних), которые проявляются в основном в соревновательной деятельности, но могут проявляться и во время занятий в тренировочных условиях, если они связаны с изучением новых движений, выходом детей на новый, более высокий уровень развития физических качеств.

На проявление ребенком желания двигаться и на его эмоциональное состояние значительное воздействие оказывает окружающая обстановка во время игры. Это – специальный спортивный инвентарь, наглядные элементы (плакаты, баннеры). Ребенок, который погружается в комфортную обстановку, на более высоком уровне и эмоциональном подъеме старается выполнить упражнение.

Таким образом, можно сделать вывод, что важнейшим результатом применения средств и методов физической культуры будет являться воспитание эмоционально-волевых свойств личности (настойчивости, решительности, воле к победе, уверенности в собственных силах). В играх с разделением на команды эмоциональная насыщенность, связанная с соревнованиями, способствует совершенствованию эмоционально-волевых качеств, так как в этих играх наиболее ярко выражена борьба за результат. В целом, применение физкультурно-спортивных средств способствует становлению у детей чувства уверенности в собственных силах, повышает шанс реализации запланированных целей благодаря укреплению физических и психических качеств, развиваемых в процессе занятий.

Основу подвижных игр составляют различные вариации движений: скачки, ходьба, прыжки, бег, метание, лазание и т.д. Они позволяют удовлетворить

растущему организму потребность в движении, способствуют насыщению двигательного опыта, благотворно влияют на его эмоциональную сферу. Дети накапливают практику по принятию совместных решений, учатся работать на доверии друг к другу, быть дисциплинированными, исполнительными, честными. Выполнение игровых правил стимулирует организованность личности, формирование волевых черт характера. Значительный арсенал подвижных игр рассчитан на участие большого числа детей. Дети, как указывает Л.Н. Волошина, учатся учитывать мнения окружающих, разрешать возникающие конфликты, договариваться и взаимодействовать между собой. В эти моменты проявляются неформальные лидерские качества отдельных играющих, а отстающим вся команда старается оказать помощь, чтобы победить в состязаниях. В этом случае педагогу предоставляется отличная возможность понаблюдать за уровнем и характером взаимодействия детей и вычленить тревожные ситуационные признаки [29].

Д.Б. Эльконин, анализируя в своих работах вопрос о характере воздействия игровой практики на развитие моторики детей, отметил, что хотя «... сложные двигательные умения и навыки приобретаются ребенком не в процессе игры, а посредством прямого обучения, именно в игре возникают и реализуются особо благоприятные условия для дальнейшего их совершенствования». Отметим, что это становится возможным вследствие того, что в ходе игры движения из средств достижения планируемых результатов переформатируются в самостоятельную цель двигательной активности ребенка, становясь при этом предметом его осознания. Примерив на себя конкретную игровую роль, ребенок сознательно старается воспроизвести движения, присущие определенному персонажу. Игра выступает в качестве первой для дошкольников доступной формы деятельности, в которой предполагается сознательное воспроизведение и дальнейшее совершенствование осваиваемых новых движений. В данном случае развитие моторики в игре выступает в качестве пролога к освоению школьником сознательных физических упражнений [185].

В подвижной игре, как отмечает Э.Я. Степаненкова, ориентировочная деятельность требует от детей самостоятельного принятия решений в двигательных заданиях. Они учатся определять маршрут передвижения в случае его отсутствия в правилах игры, реагировать на быстрые изменения в игровой ситуации, звуковые сигналы, осваивают способность перемещаться в коллективе играющих, согласовывать свои действия с действиями других играющих. Постепенно у детей проявляется способность конструировать новые двигательные действия из арсенала ранее освоенных движений, модифицировать двигательную деятельность в контексте требований внезапно изменяющейся обстановки, совершенствовать ловкость движений [155].

Обобщая ключевые признаки подвижных игр, целесообразно будет выделить наиболее существенные в рамках наших исследований:

– во-первых, присутствие в играх четко обозначенных правил, обязательных для всех игроков. Эти правила либо прописаны в готовом варианте, либо должны носить договорной характер. Отказ одной из сторон (одного из участников) выполнять их приводит к разрушению игры и исключает ее дальнейшее продолжение. Для того чтобы игра успешно состоялась, необходима безоговорочная готовность каждого участника подчинить себя согласованным правилам игры. Благодаря этому в играх с действующими озвученными правилами дети естественным путем осваивают опыт соотнесения своих личных устремлений и желаний с объективно действующими правилами, которые выступают в качестве прообраза норм общественного поведения;

– во-вторых, замысел подвижной игры являет собой пример совместной деятельности играющих детей. В качестве примера можно указать на распространенный вариант, при котором правила не установлены изначально, а согласовываются и обговариваются участниками перед началом игры. Такое коллективное обсуждение стимулирует запуск процесса децентрации, когда происходит смещение акцента внимания ребенка с позиций собственных интересов на интересы коллег, партнеров.

Четко очерченные границы, которые характерны для спортивных игр, предполагают обязательные сопернические отношения между играющими, достижение положительного результата – победы одной из противоборствующих сторон, постоянство устоев, не изменяющихся по своей форме. Именно эти игры проявляют у детей волевые качества (умение преодолевать трудности, решительность, самообладание), помогают научиться адекватно реагировать на замечания, а получив их, переосмысливать свои действия, способности ориентироваться в пространстве. За счет этого происходит развитие базы для самоконтроля и самооценки личности, что для ведения полноценной жизни в коллективе играет большую роль.

Обязательным компонентом для освоения базовых элементов спортивных игр является образовательная область «Физическое развитие» в Федеральном Государственном образовательном стандарте дошкольного образования. В нем указывается необходимость формирования у детей дошкольного возраста начальных представлений о некоторых основных видах спорта [120].

Согласно предложенной П.Ф. Лесгафтом группировке подвижных игр, игры делятся на два типа: «простые» и «сложные». В «простых» – каждый играющий добивается своей цели без помощи других играющих. В «сложных» играх, где участники разделяются на команды, каждый игрок своими действиями стремится помочь своей команде. Спортивные игры, согласно принятой в педагогической практике классификации, относятся к «сложным». Это – виды игр, в основе которых лежат различные технические приёмы и тактические действия поражения спортивным снарядом (обычно им является мяч) определённой цели (ворота, площадка команды соперника) в процессе противоборства; содержание и методика организации спортивных игр подчиняются системе официальных правил. В основном спортивные игры построены на естественных движениях, физических упражнениях (бег, прыжки, метания, удары и т.п.), выполняемых игроком, или сотрудничестве партнёров в борьбе с противником, и направленных на создание комфортных игровых ситуаций, которые в итоге обеспечивают победу.

Командные спортивные игры являются очень яркой эмоциональной игровой деятельностью. Именно в процессе игры детям непрерывно приходится обращать внимание на свое поведение, у них развиваются такие эмоционально волевые качества, как проявление активности, настойчивости, целеустремлённости, коллективизма. Одновременно с этими качествами происходит нравственное воспитание личности. Уважение к сопернику, дружелюбие, честное соперничество, стремление к совершенству – все эти качества могут успешно формироваться вовремя занятий подвижными и спортивными играми. Также нельзя забывать об образовательном значении игр. С помощью игр практически все двигательные качества развиваются достаточно быстро, особенно скоростные качества и ловкость. Соревновательная игровая деятельность требует от участников проявления довольно больших физических усилий. Кроме того, в игредети учатся правильно называть физические упражнения, замечать сходства и различия в технике их выполнения и сравнивать технические элементы движений.

Ю.Н. Ермакова и М.А. Правдов, анализируя возможности игры в футбол для развития детей дошкольного возраста, считают, что специальные игровые упражнения, которые выполняются индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и игровые задания с мячом создают благоприятные возможности для развития, прежде всего, координационных способностей, таких как умение ориентироваться в пространстве, быстрота реакций и перехода от одних двигательных действий к другим, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, умение согласовывать отдельные виды движений в единые комбинации [134].

Это так, ведь суть любой подвижной, и особенно спортивной игры является быстро изменяющаяся ситуация в игре, умение принимать решения в кратчайший срок, ориентировка в трудных двигательных действиях, выполнение разнообразных двигательных действий с мячом или без него.

Когда ребенок принимает участие в спортивных играх, у него происходит развитие еще и других разнообразных двигательных способностей: скоростных, скоростно-силовых (рывки, прыжки с мячом и без, броски и передачи мяча и т.

п.), выносливости (длительное выполнение упражнений с мячом и без мяча и др.), а также всевозможные сочетания двигательных способностей.

В своих исследованиях А.С. Маньчук, А.Б. Курмель, В.П. Навойчик показывают, что при подборе подвижных игр с элементами спортивных учитывается возраст, состояние здоровья, личностного интереса ребенка. В них используются только те технические элементы спортивных игр, которые оказывают положительное влияние и полезны детям дошкольного возраста. Не имеет значения, в какой форме выражается игровая деятельность, ведь она всегда доставляет ребенку радость, а элементы спортивных игр, которые вносят неожиданность и веселье, особенно благотворно влияют на повышение положительных эмоций у детей. В содержание и методику организации спортивных игр заключено большое разнообразие познавательного материала, который расширяет кругозор ребенка и формирует его представления о разнообразии спортивных состязаний [97].

Игровые виды спорта являются важнейшим элементом культуры. Во время занятий (баскетболом, футболом, волейболом и др.) развиваются физические качества, воспитывается и закаляется характер; они считаются наиболее популярным средством проведения досуга. Поэтому знакомство ребенка с разнообразными спортивными играми необходимо начинать как можно раньше [67; 69; 84; 150; 169].

Для этого Н.В. Финогеновой был выделен ряд предпосылок: во-первых, чем раньше ребенок овладеет навыками какого-либо вида спорта, тем легче в дальнейшем ему добиться в нем успехов, так как маленький ребенок быстрее обучается. Во-вторых, чем разнообразнее спортивные игры, тем больше они способствуют развитию различных мышечных групп и разнообразных черт характера. Лучше прочувствовать особенность каждой игры и осознанно выбрать ту из них, которая в наибольшей степени отвечает характеру и темпераменту ребенка, можно только научившись играть в разнообразные спортивные игры. Научившись играть, ребенок получает всестороннее развитие [167].

Игре с мячом отводится очень важная роль в гармоничном развитии ребенка. Существенное значение для эмоциональной удовлетворенности, хорошего самочувствия, умственного и физического развития ребенка имеет мяч. Он является очень удобным и динамичным игровым предметом для ребенка. Основу большинства спортивных игр составляют игровые действия с мячом. Многостороннее воздействие на психофизическое развитие детей с помощью игровых заданий с мячом проявляется в развитии координационных движений, силы кистей рук, а, следовательно, и в целенаправленном воздействии на кору головного мозга. Движения кистей и пальцев рук крайне важны для сбалансированного развития функций коры головного мозга ребенка. И чем выше их разнообразие, тем больший поток «двигательных импульсов» поступает в кору головного мозга, тем интенсивнее проходит процесс накопления информации, а, следовательно, и интеллектуальное развитие ребенка [108].

Как отмечает В.А. Мануйлова, практически всё, что необходимо для развития ребенка, могут дать упражнения с мячом. Согласно исследованиям А. Лоуэна, упражнения на отбивание мяча нивелируют признаки агрессии, повышают настроение, вызывают чувство удовольствия, помогают избавиться от мышечных напряжений. Особое внимание играм с мячом отводится в трудах Е.А. Аркина, П.Ф. Лесгафта, Л.Н. Волошиной. По их мнению, когда ребенок играет, он выполняет обширный вид движений: подбрасывает мяч, целится, перебрасывает, отбивает, объединяет с помощью хлопков разнообразные движения и т.д. Такие действия с мячом развивают координацию и точность движений, глазомер, активно формируют навыки и умения, которые необходимы в повседневной жизни [6; 24; 89].

В играх с разделением на команды (футбол, баскетбол, хоккей и др.) детям, объединенным в единый коллектив, необходимо согласовывать свои действия с другими занимающимися, вместе планировать работу, договариваться в процессе совместной деятельности. Это способствует возникновению детских конфликтов, которые, по мнению В.Я. Зедгенидзе, «... могут нести в себе как положительные, так и негативные функции. Негативные – это, например, ухудшение дисциплины

и эмоциональное напряжение, которые в ходе спортивно-игровой деятельности нивелируются и перерастают в умение достигать поставленной цели, уменьшать агрессивность между детьми, совершенствовать взаимодействия друг с другом» [59].

Игры с разделением на команды приучают детей к достижению совместной цели, работать вместе, вырабатывать тактические взаимодействия. Элемент соперничества, который почти всегда присутствует в спортивных играх, также имеет большое значение – дети учатся соперничать и добиваться победы.

Таким образом, в разностороннем физическом развитии и умственном воспитании детей дошкольного возраста очень большую роль играют подвижные игры и как их разновидность командные спортивные игры. Они отбираются с учетом заинтересованности ребенка, возраста, интересов, а также состояния здоровья. Доступные и интересные для детей дошкольного возраста элементы техники спортивных игр используются в играх с разделением на команды. Отдельные элементы спортивных игр, которые освоили дети, составляют организацию и проведение игр по упрощенным правилам.

1.3 Особенности развития старших дошкольников, обуславливающие возможности использования командных спортивных игр

Важное общегосударственное значение имеет процесс физического воспитания детей, подростков и молодежи. Воспитание дошкольников стоит на первой ступени в этой системе физического воспитания. Развитие детей представляет собой гармонично протекающий процесс, а двигательная активность выступает в качестве одной из ключевых форм поведения подрастающего организма и важным условием всей его жизнедеятельности. Для становления базовых двигательных навыков и гармоничного развития основных физических качеств необходимо создание наиболее комфортных условий с учетом анатомо-физиологических и психологических особенностей детей.

В рамках решения проблемы улучшения развития физических показателей детей требуется индивидуальный подход и комплексное изучение закономерностей развития их организма. Одной из особенностей организма детей выступает гетерохронность развития и роста, в рамках которой идет формирование равновесного физиологического становления индивидуума, включающего его двигательные возможности.

Воспитание и обучение в дошкольном возрасте должно основываться на учете особенностей индивидуального развития, пола ребенка и биологического возраста в соответствии с сенситивными периодами, присущими развитию различных физических качеств [187; 222].

Описывая психофизиологические особенности детей старшего дошкольного возраста, А.В. Запорожец, О.А. Шаграева, Т.Л. Богина отмечают, что у старших дошкольников изменения показателей, отражающих динамику физического развития, протекают не так плавно и согласованно, как в предшествующем возрастном периоде [17; 179]. Наблюдается дальнейшее становление основных нервных процессов, улучшается их устойчивость, уравновешенность, подвижность. Вместе с тем, еще фиксируется относительно быстрая истощаемость нервных клеток, а также развитие механизмов торможения охранительного характера при различных перегрузках. У детей 5-7-летнего возраста отмечается дальнейшее развитие и рост физиологических систем и всех внутренних органов. Изменяется форма и размер грудной клетки, завершается процесс ее окостенения и формирования, преобладает грудной тип дыхания, увеличивается жизненная емкость легких (ЖЕЛ).

Соотношение размеров туловища и головы изменяется: они плавно приближаются к соотношению данных показателей у взрослых людей. В этом возрасте у детей значительно возрастает длина нижних и верхних конечностей; отмечается процесс сращивания тазовых костей; наблюдается появление точек окостенения в позвоночнике; фиксируется процесс формирования осанки – к семи годам у ребенка достаточно четко выражены изгибы в грудном и шейном отделах позвоночного столба.

В старшем дошкольном возрасте наиболее развитыми выступают такие мышцы, которые наиболее часто участвуют в повседневной жизнедеятельности детей. Первостепенно это относится к группам мышц, обеспечивающим вертикальное положение туловища, бег, ходьбу и другие жизненно необходимые движения. Значительная часть крупных мышц конечностей и туловища отличается недостаточным функционированием связочных отделов. Относительно слабо развиты мелкие мышцы груди, шеи, поясницы, кистей рук, отдельные связки и мышцы позвоночника. Данные обстоятельства создают предпосылки для возникновения деформаций позвоночного столба. Достаточно высокая потребность в двигательных действиях у 5-7-летних детей сохраняется на фоне наблюдаемой у них повышенной способности к произвольной регуляции двигательной активности, которая становится все более осмысленной и целенаправленной, отвечающей накопленному индивидуальному опыту, желаниям и интересам. По данным специалистов, в этом возрастном диапазоне не отмечается значительного повышения количественных показателей, характеризующих двигательную активность [155; 95].

Физическое развитие в старшем дошкольном возрасте характеризуется постоянным изменением главных характеристик: массы тела, роста, грудной клетки и окружности головы [177].

Как утверждают авторы: А.Ф. Тур, А.С. Солодков, Н.В. Микляева увеличение в размерах тела и веса ребенка происходит достаточно гетерохронно: годовой прирост длины тела достигает 5-6 см, масса тела – около 2 кг. Прирост длины тела существенно возрастает к шести-семи годам и достигает 8-10 см. Это – первый возрастной период вытяжения. С многофункциональными изменениями в эндокринной системе напрямую связывают и фиксируют увеличение роста на втором этапе дошкольного возраста [107; 153; 163].

При параллельном изменении окружности грудной клетки происходит увеличение веса и роста детей (ОГК): с четырех лет она повышается на 0,5-1 см, а в пять-шесть лет – примерно на 2-2,5 см. В два раза увеличивается поперечный

размер грудной клетки к шестилетнему возрасту. В тоже время ОГК зависит от параметров физического развития ребенка, а так же от степени его упитанности.

Пропорции тела ребенка изменяются параллельно тому, как растет ребенок. Относительно новорожденного ребенка показатели длины рук и ног ближе к седьмому году жизни увеличиваются более чем в 2-2,5 раза, а размеры туловища – в 2 раза. Значительное увеличение длины ног и рук наблюдается в промежутке от пяти до семи лет, соотношение туловища и головы соответствует пропорции взрослого человека, толщина подкожно-жирового слоя постепенно становится меньше. Закономерно, что в этом возрасте прекращается процесс формирования структуры костной ткани организма ребенка.

Уже к пяти-шести годам позвоночный столб ребенка практически соответствует форме, присущей взрослому человеку. Определенные изгибы позвоночного столба начинают укрепляться и становятся постоянными в разном возрастном периоде: ближе к семи годам закрепляются грудной и шейный изгибы, а в пубертатном периоде – поясничный отдел.

Отметим, что окостенение скелета в данном возрасте полностью еще не завершено, детская костная система по-прежнему богата хрящевой тканью. Так же необходимо отметить, что в данном возрасте кости еще мягкие, легко поддаются деформации, не в достаточной мере крепкие, и могут искривляться под воздействием неблагоприятных факторов, таких как не правильно подобранные физические упражнения, без учета возрастных особенностей ребенка [40]. В этой связи необходим регулярный контроль за положением тела (позой) ребенка, его движениями, в том числе во время игры. Следует подчеркнуть, что физические нагрузки в данном возрасте важны, но они должны иметь посильный характер, к ним следует приучать осторожно и постепенно в ходе процесса физического воспитания.

Существенное значение для становления правильной осанки имеет состояние мышечного тонуса, при этом ключевую роль играет тонус мышц туловища, отвечающих за создание естественного мышечного корсета. Для 5-6-летних детей зачастую характерным является достаточно низкий тонус мышц-

разгибателей относительно мышц-сгибателей, в связи с чем ребенок может регулярно принимать неправильные позы – сутулость, сведенные плечи, впалая грудь, опущенная вниз голова. Если не обращать внимание на эти особенности и несвоевременно корректировать позу ребенка в процессе физических упражнений, можно столкнуться с различными нарушениями, вследствие чего будет наблюдаться неравномерный рост костной ткани [96]. В данном возрастном периоде очень быстро укрепляются и развиваются мышцы, отвечающие за прямохождение и ходьбу. К завершению этого периода поперечный размер волокон в них становится больше относительно других мышц, что сохраняется на протяжении всей жизни [75].

Сердечно-сосудистая система в дошкольном возрасте также подвержена существенным изменениям, она становится более выносливой и работоспособной. Отмечается увеличение массы сердца, силы его сокращений; оно эффективней приспосабливается к получаемым физическим нагрузкам. Форма сердца, его строение и расположение постепенно становятся почти такими же, как у взрослых. Фиксируется понижение пульса – к пяти годам до 100 ударов/мин, к семи – до 85-90 ударов/мин [75].

По сравнению с сердцем взрослого человека, к сердцу ребенка предъявляют повышенный уровень требований из-за сравнительно большего объема крови (в перерасчете на единицу массы тела); высокая потребность тканей в питании кислородом заставляют его гораздо больше работать. Развивающийся организм испытывает повышенную потребность в крови из-за увеличения минутного объема крови, но не за счет возрастания пульсового объема, а за счет увеличения частоты сердечных сокращений, которая варьируется от 85 до 95 ударов в минуту. Артериальное давление (АД) с возрастом изменяется не слишком заметно: в три-четыре года оно составляет 90/55 мм рт. ст., в пять-шесть лет достигает 95/58 мм рт. ст., а в возрасте семи лет – 97/58 мм рт. ст. [95].

Отметим, что адаптационные возможности как сердечно-сосудистой системы, так и органов дыхания в дошкольном возрасте намного ниже, чем у

взрослого человека. Вследствие этого физические упражнения для ребенка должны быть строго дозированными в соответствии с его возрастом.

В завершении дошкольного возраста формирование органов дыхания заканчивается, отмечается интенсивное развитие дыхательной мускулатуры и ткани легких. Дыхательные акты становятся все более глубокими и редкими. Показатели максимального потребления кислорода (МПК) с блетнего возраста фиксируются на достаточно высоком уровне, который рассчитывается на единицу массы тела. Данная величина приближается к уровню, характерному для детей более старших возрастных групп и взрослых людей, не занимающихся физической культурой и спортом.

Потребление кислорода в относительных величинах достигает 151 мл/кг/мин, тогда как у взрослых данный показатель составляет 138 мл/кг/мин. Кислородная емкость крови в старшем дошкольном возрасте практически не отличается от таковой у взрослого населения, а величина сердечного выброса, приведенная на 1 кг массы тела, даже несколько больше, чем у представителей более старших возрастных групп. Способность усвоения кислорода работающими мышцами определяет показатели физической работоспособности. На протяжении возрастного отрезка от четырех до семи лет данный параметр увеличивается примерно в 2 раза.

На протяжении возрастного развития ребенка-дошкольника установлены критические временные отрезки совокупности функциональных и морфологических нюансов и особенностей, отличных от смежных возрастов. Исследования Е.А. Погребной и Н.И. Дворкиной дают основания считать, «...что в период с 3 до 7 лет выделяются третий, пятый и седьмой годы жизни. На этих возрастных этапах происходит не только количественный рост различных показателей жизнедеятельности, но и существенная настройка и перестройка отдельных функций организма». Большим умственным и физическим развитием характеризуется возраст с 4 до 5 лет [128; 48].

Гетерохронно относительно возраста развиваются быстрота, сила, ловкость, гибкость и выносливость, которые определяют уровень и содержание физической

подготовки. Эти данные служат основой при определении направленности педагогических тренировочных воздействий для каждого этапа физического воспитания дошкольников.

Постепенно развивается и увеличивается сила мышц с 3,5-4 кг в младшем дошкольном возрасте (3-4 года), достигая 13-15 кг к 7 годам. Начиная с 4 лет, происходят изменения в показателях у девочек и мальчиков. Особенно существенен прирост становой силы – показателя силы мышц туловища – она становится больше к 7летнему возрасту до 32-34 кг по сравнению с 15-17 кг в районе 3-4 лет [167].

Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович в процессе исследования механизмов проявления быстроты у детей дошкольного возраста отмечают, что она постепенно увеличивается соответственно возрастным особенностям. Одновременно увеличивается скорость выполняемых действий, сокращается время реакции и частоты движений [118].

Далеко неравномерно происходит изменение во времени простой двигательной реакции (ПДР). На 4 году жизни и позднее, в возрасте 9-10 лет, отмечается период значительного уменьшения данного показателя. Время реакции напрямую зависит от возрастных особенностей человека. В возрасте 2-3 лет впервые фиксируется латентный период реакции, который составляет 0,50-0,90 с. Но уже к 5-7 годам этот показатель времени реакции снижается до 0,30-0,40 с. Для разных групп мышц время реакции различно. Наиболее заметно оно снижается при сгибании плеча, предплечья, пальцев, и менее – при сгибании голени, бедра, туловища [5; 7].

В возрастном диапазоне от 4 до 6 лет наблюдается наиболее интенсивный ежегодный прирост максимальной частоты движений в беговых упражнениях. По мнению А.А. Бишаевой, в возрасте 5-10 лет потенциальные возможности для совершенствования этой двигательной функции составляют 30-50 % [14]. Максимальная скорость бега является одним из компонентов, который демонстрирует скоростные качества детей дошкольного возраста. Самые низкие показатели скорости бега фиксируются на дистанции 10 метров у детей в возрасте

3-7 лет, а на дистанции 30 метров отмечаются самые высокие показатели у дошкольников всех возрастных групп. Наиболее существенный прирост отмечают специалисты во всех показателях скоростных способностей у дошкольников обоего пола в возрасте 4-6 лет [22].

Достаточно неравномерным приростом результатов с акцентом на замедленный темп в 3-4 года и в районе 5-6 лет характеризуются скоростно-силовые способности, результаты метаний и прыжков, а также ускоренным прибавлением количественных показателей в возрастном периоде от 4 до 5 лет и существенным увеличением в 6-7 лет. Мальчики начинают опережать девочек в возрасте 5 и 6 лет, когда выражены половые различия.

Наиболее успешно в детском возрасте развивается такое физическое качество, как гибкость, поэтому специальные упражнения, направленные на его развитие, применяются гораздо чаще. Если пренебрегать целенаправленными физическими упражнениями на развитие гибкости в период от 4 до 7 лет, то этот показатель будет изменяться достаточно незначительно. Возможность заметно увеличить подвижность суставов появляется при применении целенаправленной тренировки [43].

Проявление ловкости у детей дошкольного возраста изучают многие ученые и специалисты, которые сходятся во мнении, что данное качество наиболее успешно развивается в 5-7-летнем возрасте. Развитию ловкости придается большое значение в направленном воздействии на реализацию двигательных способностей, поскольку именно это качество формирует у детей ритмичность, точность и согласованность отдельных двигательных действий, ориентировку в пространстве и чувство равновесия, а также умение согласовывать свои двигательные действия в быстро изменяющихся условиях.

Проведенные исследования в данной области указывают на необходимость развития выносливости как важного физического качества. Общая выносливость – это необходимое качество, которое следует развивать у дошкольников в достаточно продолжительной работе, выполняемой в зоне умеренной интенсивности. Для этого необходимо использовать нагрузки, которые повышают

показатели функций основных систем организма и включают синхронное функционирование всех частей мышечного аппарата, именно такого мнения придерживаются специалисты.

Общая и специальная выносливость, которая выражается в увеличении показателей длины преодолеваемой дистанции у девочек и мальчиков, улучшается в дошкольном возрасте [75]. Наибольшим темпом прироста специальной выносливости считается возрастной диапазон от 3 до 4 лет. У мальчиков в возрасте с 4 до 5 лет отмечается последующее возрастание этого показателя, далее в 5-6-летнем возрасте развитие этого качества немного замедляется, но к 7 годам вновь начинает нарастать. Существенный прирост специальной выносливости у девочек наблюдается в возрасте 5-6 лет.

Развитие таких качеств, как выносливость, ловкость, сила мышц прямо пропорционально связано с группами крупных мышц, которые отвечают за перемещение в пространстве, выполнение малодифференцированных движений, сохранение позы. Гораздо позднее развиваются группы мышц, которые отвечают за мелкую моторику (например, мышцы пальцев рук). В связи с этим движения, требующие тонкой координации, представляют определенные трудности для ребенка и требуют использования целенаправленной методики.

В возрасте 6-7 лет уже в достаточной степени сформированы нейрофизиологические механизмы, способствующие организации внимания в ответ на раздражители, несущие не только эмоциональную, но и информационную нагрузку. Наиболее интенсивное совершенствование двигательного анализатора отмечается в этот период у детей дошкольников. Быстро вырабатываемые условные процессы не сразу закрепляются, и навыки ребенка не всегда прочны.

В коре головного мозга легко происходят процессы возбуждения и торможения, вследствие чего у дошкольников наблюдается рассеянное внимание, ответные реакции часто носят эмоциональный характер, дети очень быстро устают. Кроме того, в дошкольном возрасте процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Эмоции, память, речь, воображение, мышление в

блетнем возрасте в большей степени формируются в условиях сюжетно-ролевой игры, но ребенок постепенно учится различать игру и социальную интеграцию. Очень важную роль в высшей нервной деятельности (ВНД) детей в возрасте 6-7 лет играют команды, которые подаются словесно.

Под влиянием воспитательной деятельности, а так же обучения, в дошкольном возрасте активно развиваются все психологические процессы и познавательные интересы. Прежде всего, речь идет о сенсорном развитии, в результате которого дети овладевают процессами восприятия, ключевая функция которого состоит в обследовании различных объектов и выделении в них базовых, основополагающих свойств. В рамках изучения возрастной динамики формирования психических процессов детей в возрасте 3-6 лет выявлена тенденция увеличения анализируемых показателей по мере взросления детей дошкольного возраста на фоне отсутствия половых различий. При этом установлено явление достоверного роста большинства среднегрупповых характеристик психологических процессов в возрасте от трех до пяти лет и обратная тенденция в шестилетнем возрасте[98].

Мыслительная деятельность детей дошкольного возраста, так же как и иные познавательные процессы, содержит ряд индивидуальностей. Ее становление происходит от наглядно-действенного к образному механизму восприятия окружающей действительности. Образно-схематическое мышление позволяет устанавливать отношения и связи между предметами и их существенными свойствами.

На всем протяжении дошкольного возраста происходит поступательное развитие памяти, которая все больше выделяется из функции восприятия. Отметим, что для становления памяти детей свойственно движение от наглядно-образной к словесно-логической структуре.

Отличительной чертой воображения является то, что оно позволяет находить выход из создавшейся проблемной ситуации и принимать решение даже при отсутствии определенных познаний, которые в данных случаях необходимы мышлению. «Воображение» позволяет, образно говоря, минуя отдельные этапы

мышления, представить перспективный конечный результат. Характерной для детей дошкольного возраста является постепенно возрастающая произвольность функции воображения. В ходе развития оно преобразуется в самостоятельную мыслительную деятельность.

Существенную роль в формировании личности имеет потребность ребенка в общении со сверстниками, с которыми он контактирует с малых лет. Между детьми в процессе общения могут возникать разнообразные формы человеческих взаимоотношений. Поэтому важно, чтобы ребенок с первых дней пребывания в дошкольном учреждении начал получать положительный опыт межличностного взаимоотношения, взаимопомощи [160; 109].

Достигнув старшего дошкольного возраста, дети в результате совместной деятельности овладевают различными формами сотрудничества: совместно выполняют отдельную операцию; контролируют действия своего партнера, корректируют его ошибки; помогают партнеру при выполнении задания, выполняют отдельные части его работы; принимают замечания партнера, устраняют собственные ошибки; чередуют и согласовывают действия с партнером. В процессе совместной игровой и трудовой деятельности дети накапливают опыт руководства другими участниками процесса. Стремление к руководству у детей дошкольного возраста определяется их эмоциональным отношением, поскольку у дошкольников нет еще осознанного соперничества за руководство.

В 5-6-летнем возрасте наблюдается продолжение развития и совершенствования различных способов общения. Наиболее ранней (с позиции генетики) формой общения является подражание, рефлекс которого у детей в данном возрасте сильно выражены. При этом одним из механизмов овладения общественным опытом является произвольное подражание ребенка. В младшем дошкольном возрасте дети подражают поведению сверстников и взрослых, а уже в старшем дошкольном возрасте дети не подражают, а осознанно копируют образец норм социального поведения. На наш взгляд, именно эта особенность позволяет уже с 5-6 лет сознательно формировать у ребенка полновесное

ценностное отношение к здоровому образу жизни и собственному здоровью в целом.

Обширный анализ научно-практического опыта последних лет отечественных и зарубежных авторов по проблемам обучения дошкольников позволяет сделать вывод, что базовая работа по формированию интеллекта будущего взрослого человека должна осуществляться до школы [66; 60; 52; 220; 221; 223; 225]. Это связано, прежде всего, с физиологическим процессом развития мозга детей, который составляет при рождении около 25 % (по массе) относительно мозга взрослого человека, а к 7 годам он достигает уже 90 %. Это время «дозревания» является самым благоприятным для «закладки фундамента» и начала развития всего спектра способностей человека. Также в приоритетном порядке начинают развиваться у ребенка такие способности, для определённого развития которых имеются условия и стимул к «моменту» этого созревания. Потенциал возможностей гармоничного умственного развития скрыт не в наследственном факторе, а в сроках начала, условиях и методах развития детей.

На занятиях с детьми 6 летнего возраста продолжается работа, направленная на сравнение и выделение различий и общих признаков предметов, обобщения; развитие восприятия мыслительных процессов. У ребенка развивается умение заниматься, он начинает осознанно понимать, чему воспитатель его учит, и точное исполнение его указаний позволит ребенку достигнуть запланированных результатов. Этому способствует произвольное внимание, которое только начинает формироваться [21].

Для достижения запланированной цели ребенок должен уметь контролировать собственные текущие действия, анализируя, насколько они приближают его к намеченным ориентирам. В этом контексте развитие произвольности – это и формирование умственных действий контроля. И тут можно уже ориентировать ребенка на формулировку и последующее решение определенных масштабных задач.

В возрасте 5 лет концентрация и устойчивость внимания у детей еще достаточно низкая, далее, к 6-7-летнему возрасту, она существенно повышается,

но остается при этом развитой не в полном объеме. Дошкольникам достаточно трудно сконцентрироваться на малопривлекательной и однообразной, с их точки зрения, деятельности, тогда как в процессе эмоционально окрашенного сюжета игры они длительное время могут оставаться вполне внимательными. Этот нюанс проявления внимания шестилетних детей выступает одним из тех оснований, по которым на занятиях с ними не рекомендуется использовать задания, требующие длительного поддержания волевых усилий: например, отдельных вариантов физических упражнений.

Ребенок в момент высокой концентрации внимания замечает в явлениях и предметах гораздо больше, по сравнению с обычным состоянием сознания. В случае недостаточной концентрации внимания сознание ребенка поверхностно скользит по предмету, не задерживаясь на нем. Вследствие этого результат впечатления оказывается нечетким и расплывчатым.

Как отмечают некоторые авторы, установление зависимости процесса запоминания от характера деятельности детей дошкольного возраста (лабораторный эксперимент, занятия по труду, прослушивание рассказа) позволяет установить, что различия в степени запоминания, применительно к различным видам деятельности, у испытуемых нивелируются с возрастом. В качестве приема логического запоминания в процессе работы нужно использовать смысловое соотнесение того, что следует запомнить, со вспомогательным материалом (например, с картинкой), в результате чего продуктивность запоминания увеличивается в два раза.

Ребенок 6 летнего возраста в должной степени представляет свои возможности, самостоятельно формулирует цели предстоящих действий и находит необходимые средства для их успешного достижения. Он уже может планировать собственные действия, проводя их дальнейший анализ и самоконтроль, что указывает на необходимость учета возрастных особенностей детей при организации занятий по физическому воспитанию.

Для нормальной жизнедеятельности и развития в социуме большое значение имеет эмоционально-волевая сфера личности. Регулирование эмоций (их

осознание, умение называть и адекватным способом выражать) – это одна из сторон детского психосоциального развития, которая формируется на протяжении всего дошкольного возраста и становится наиболее осознанной только к 5-6 годам. Эмоции оказывают воздействие на все психические процессы: ощущение, мышление, восприятие, внимание, память, воображение, а также на протекание волевых процессов. В этой связи проблема проявления эмоций и волевых качеств, их роли в механизмах возникновения мотивов как непосредственных регуляторов поведения и деятельности ребенка входит в число наиболее сложных и важных проблем современной педагогики и психологии. Отметим, что исследования, связанные с изучением развития социально-психологических качеств личности детей дошкольного возраста, проводились многими отечественными учеными [65].

Эмоционально-волевая сфера – это свойства человека, характеризующие сущность, динамику и качество его эмоций и чувств, это многогранный процесс, который происходит под регулярным воздействием внутренних и внешних факторов. При этом факторами внутреннего воздействия являются наследственность ребенка и физическое развитие, а факторами внешнего воздействия выступают условия общественной обстановки, в которых прибывает ребенок.

Эмоции выражают состояние субъекта и его отношение к объекту. Эмоции отличаются от познавательных психических процессов и имеют определенные отличительные признаки. Во-первых, они характеризуются полярностью, то есть обладают положительным или отрицательным знаком: веселье – грусть, радость – печаль; счастье – горе и т. д. Другой отличительной характеристикой эмоций является их энергетическая насыщенность.

Линии исследования воли и эмоций сформировались и существуют как относительно независимые. Однако ряд исследователей рассматривает их в единстве, используя термин «эмоционально-волевая сфера личности». При этом отмечается, что возникновение проблем в эмоционально-волевой сфере ребенка возникает в связи с дефицитом положительных эмоций и возможностью детей

проявлять волевые усилия. Формирование эмоционально-волевой сферы выступает в качестве важнейшего аспекта целостного развития личности, создавая не только предпосылки успешного усвоения знаний, но и предопределяя, в конечном счете, успех обучения в целом, способствуя саморазвитию личности. С позиции становления ребенка в личностном плане, дошкольный возраст целесообразно разделить на три условные части. Первая – относится к возрастному периоду 3-4 года и связана в основном с укреплением эмоциональной саморегуляции. Диапазон второй части охватывает возрастной отрезок с четырех до пяти лет и имеет отношение к нравственной саморегуляции, а третья – начинается с шестилетнего возраста и включает развитие личностных деловых качеств ребенка. Развитие детской эмоционально-волевой сферы представляет собой сложный процесс, происходящий под влиянием ряда внутренних и внешних факторов. Наследственность, а также особенности физического развития являются факторами внутреннего воздействия, а факторами внешнего воздействия – социальная среда и условия, в которых ребенок ведет повседневную жизнедеятельность.

Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка связано с основными этапами психического развития, начиная с раннего детства и до подросткового возраста. В диапазоне 3-7 лет у ребенка в виде реакции на различные ситуации доминирует психомоторный тип. В этом возрасте характерны ситуации оппозиционности, проявления негативизма, повышения общей эмоциональной возбудимости, формирования разнообразных реакций испуга и страха. В этот период закрепляются негативные и позитивные эмоциональные варианты реакций, например, реакции уверенности в своих возможностях или, наоборот, страха. В результате, у детей старшего дошкольного возраста закладываются основы основных личностных характеристик. Мотивы, потребности и интересы определяют поведение, осмысленную деятельность и жизненные поступки детей. Достижение желаемых целей, неудовлетворение или удовлетворение личных потребностей ребенка детерминируют особенности и содержание волевой и эмоциональной жизни старших дошкольников. Эмоции сопровождают человека

на протяжении всей жизни, но, вместе с тем, недопустимо совершать те или иные поступки только под воздействием эмоций: человеку следует уметь осознанно ими управлять. Здесь необходима опора на волю. Вместе эти две личностные категории составляют эмоционально-волевою сферу человека. Возникновение проблем в эмоционально-волевой сфере у ребенка отечественные исследователи связывают с дефицитом, прежде всего, положительных эмоций и волевого усилия. С одной стороны, детям необходима широкая гамма ярких эмоциональных впечатлений, а с другой стороны – разнообразные упражнения, игры, которые позволяют детям освоить механизмы управления эмоциями. Если этого не происходит, то возникает вероятность нарушения нормального процесса личностного развития в целом. В этом контексте формирование эмоционально-волевой сферы следует рассматривать в качестве одной из наиболее приоритетных задач развития и воспитания дошкольника.

По мнению многих авторов, в процессе развития дошкольников достижение состояния устойчивого эмоционального благополучия позиционируется в качестве одного из ключевых моментов, закладывающих основу отношения ребенка к окружающему миру. У стабильного в эмоциональном плане ребенка отмечается сформированный самоконтроль, высокая самооценка, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи, ориентация на успех в достижении целей. Успешное достижение эмоционального благополучия (или, наоборот, неблагополучия) существенно влияет на раскрытие познавательных способностей ребенка, его эмоциональное развитие, отношения со сверстниками и уровень достижений в любой выбранной деятельности [89; 110; 123].

Диапазон колебания эмоций в физкультурно-спортивной деятельности чрезвычайно велик – от внешнего спокойствия, до безудержной радости и глубоких огорчений. Возможность овладеть эмоциями, целенаправленно починить их своей воле в решающей мере определяется силой характера, личностными качествами и особенно степенью развития волевых качеств.

В рамках сложной и достаточно напряженной тренировочной и соревновательной деятельности проходят проверку моральные качества человека,

крепнет и закаляется воля, приобретает опыт нравственного поведения. На нравственной основе осуществляется воспитание трудолюбия, способности к преодолению трудностей, сильной воли и других личностных качеств. Эмоции в спорте играют особенную роль, поскольку они не несут, с одной стороны, информации о внешних объектах и ситуациях, в которых проходит спортивная деятельность, но, при этом, непосредственно отражают имеющиеся отношения между потребностями и способом их удовлетворения. Эмоции, образно говоря, санкционируют деятельность (будущую, настоящую, прошлую). Данные связи закрепляются в памяти спортсмена, выступая в дальнейшем регуляторами его профессиональной деятельности. Отмеченное И.М. Сеченовым чувство «мышечной радости» сопровождает двигательные действия человека, способствует успешному формированию двигательных качеств и навыков, становлению межличностных отношений с соперниками и партнерами [146].

Волевое поведение само по себе может служить источником положительных эмоций: желание преодоления препятствий удовлетворяется самим фактом их преодоления, даже если конечная цель осталась недостигнутой. Ведь спортсмены получают удовлетворение не столько от спортивных результатов, сколько от преодоления возникающих трудностей. Развитие эмоционально-волевых качеств занимающихся спортом во многом зависит от того, как поставлена воспитательная работа в коллективе. Воспитание этих качеств обычно начинается под воздействием коллектива: соблюдение занимающимися дисциплины, развитие у них чувства дружбы, коллективизма, товарищества, уважения к спортивным традициям команды.

Правильно организованные тренировочные занятия развивают у спортсменов не только силу, быстроту, ловкость, выносливость, но и чувство коллективизма, дисциплинированность, волю, моральную устойчивость, способность преодолевать трудности, умение сдерживать свои эмоции. Воля в значительной степени воспитывается и в соревнованиях, где спортивная борьба вызывает эмоциональный подъем, способствует проявлению всех сил и

способностей спортсмена. Очень полезно, если спортсмены регулярно участвуют в различных соревнованиях.

Экспериментальное исследование эмоций и чувств человека представляет собой сложную задачу, так как эти особенности личностной сферы являются интимными и могут находиться под контролем сознания. У детей в процессе игры и других видов деятельности проявления в эмоциональной сфере носят более открытый характер, чем у взрослых. Они живее включаются в игру или работу, бурно реагируют на успех и неудачи в своей деятельности.

Особенности проявления эмоциональной сферы позволяют судить об уровне сформированности различных личностных качеств как позитивных, так и негативных, характеризующих степень отношений ребенка с окружающими. Нарушения эмоционально-волевой сферы чаще всего сопровождаются повышенной эмоциональной возбудимостью в тандеме с выраженными признаками неустойчивости вегетативных функций, симптомами общей гиперестезии, повышенной истощаемостью нервной системы. На протяжении первых лет жизни у детей стойко нарушен сон (беспокойство в ночное время, частые пробуждения, трудности во время засыпания). Аффективное возбуждение может возникнуть даже вследствие обычных зрительных, слуховых и тактильных раздражителей, особенно усиливаясь при нахождении ребенка в непривычной для него обстановке.

Дети старшего дошкольного возраста характеризуются склонностью к страхам, сильной впечатлительностью, при этом у одних преобладает заторможенность, застенчивость, робость, у других проявляется двигательная расторможенность, раздражительность, повышенная эмоциональная возбудимость. Нередко фиксируются сочетания гиперэмоциональной лабильности с инертностью проявления эмоциональных реакций, иногда с элементами насильственности. В частности, начав смеяться или плакать, ребенок иногда не может остановиться, и эмоции как бы приобретают насильственный характер. Повышенный характер эмоциональной возбудимости может сочетаться с капризностью, плаксивостью, реакциями протеста и отказа,

раздражительностью, которые существенно усиливаются при нахождении ребенка в новой окружающей обстановке, а также при утомлении.

Коррекция эмоционально-волевых нарушений у детей – это организованная система педагогических и психологических воздействий. Основным ее направлением является стремление к устранению эмоционального дискомфорта у детей, повышение самостоятельности и активности, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных рядом эмоциональных нарушений (тревожная мнительность, повышенная возбудимость, агрессивность), что возможно при включении детей уже с дошкольного возраста в спортивно-игровую деятельность.

Заключение по первой главе

В результате проведенного анализа научно-методической литературы по существующей проблеме исследования можно выявить ряд обобщений.

Основой стратегии совершенствования современного дошкольного образования выступает глубокое осмысление использования физического воспитания с позиций его оздоровительной, гуманитарной, образовательной и гуманистической составляющих. Физическое воспитание, которое опирается на базовые постулаты в области физического совершенствования человека, формирует способность к саморазвитию, способствует совершенствованию двигательных умений и способностей, воспитанию физически, духовно, нравственно здоровой личности дошкольника, начинает становиться социальным маркером культуры человека и общества в целом.

Введение ФГОС дошкольного образования повлекло за собой коррекцию содержания образования по физической культуре, активизировало творческую разработку, обоснование содержания и внедрение в практику вариативного компонента основной образовательной программы дошкольного учреждения. Вариативная часть дает возможность расширения и углубления подготовки, определяемой содержанием обязательной части.

Одним из вариантов повышения качества современного физического воспитания детей дошкольного возраста выступает тенденция расширения арсенала применяемых методов, форм и средств в рамках занятий по физической культуре. Действенными и в абсолютной мере отвечающими возрастным потребностям и особенностям дошкольников средствами физического воспитания являются упражнения и элементы разнообразных спортивных игр.

Игра выступает в качестве одного из универсальных видов деятельности детей дошкольного возраста. В рамках игровой практики у ребенка происходит планомерное становление психических процессов, совершенствуются умения и двигательные способности, устанавливаются различные взаимодействия с партнерами по коллективной деятельности.

Спортивные игры считаются важным средством, которое способствует гармоничному развитию личности дошкольника. Являясь неотделимой частью целостной системы физического воспитания дошкольников, спортивные игры с разделением на команды направлены на достижение цели в условиях игрового противостояния с соблюдением конкретных правил. Процесс построения физического воспитания в дошкольном возрасте на основе использования элементов командных спортивных игр способствует разностороннему развитию детей, в том числе формированию двигательного опыта, повышению интереса к двигательной деятельности, создает условия в удовлетворении потребностей в двигательной активности, повышению показателей физической подготовленности и социально-личностного развития старших дошкольников.

ГЛАВА 2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Методы исследования

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

1. Изучение и анализ научно-методической литературы.
2. Анкетирование и интервьюирование.
3. Антропометрические измерения.
4. Педагогические наблюдения.
5. Психолого-педагогическое тестирование.
6. Педагогический эксперимент.
7. Методы математической статистики.

Изучение и анализ научно-методической литературы. Изучение, анализ и обобщение данных литературных источников позволили определить проблематику исследуемого вопроса и раскрыть понятия специалистов в области теории и методики физического воспитания, психологии, педагогики, физиологии о возможностях применения средств командных спортивных игр в физическом воспитании дошкольников. В процессе исследования было изучено 228 литературных источников на русском и иностранном языках.

Анкетирование и интервьюирование. С целью обобщения и уточнения сведений, полученных из данных научной и методической литературы о степени значимости командных спортивных игр применительно к гармоничному и всестороннему развитию детей дошкольного возраста, был организован процесс анкетирования и интервьюирования инструкторов по физическому воспитанию и воспитателей дошкольных образовательных учреждений. В данном исследовании принимали участие 68 педагогов дошкольных учреждений, среди них 22 % являются инструкторами по физической культуре, остальные – воспитатели. У 20,3 % педагогов стаж работы по специальности составляет до 5 лет, у 47,4 % исследуемых – от 5 до 10 лет, у 32,3 % педагогов – свыше 10 лет. Результаты

анкетирования представлены в главе 3. Содержание анкет приведено в Приложении А.

Педагогические наблюдения. Визуальное наблюдение осуществлялось в процессе занятий по физической культуре в группах старших дошкольников МОУ «Детский сад №37» и МОУ «Детский сад №356» Центрального района, МОУ «Детский сад №336» и МОУ «Детский сад №378» Тракторозаводского района г.Волгограда. В рамках констатирующего эксперимента внимание обращалось на:

- объем времени, отводимого на подвижные игры;
- состав и направленность физических упражнений и спортивных игр;
- процентное соотношение спортивных и сюжетных игр.

В рамках формирующего эксперимента внимание обращалось на:

- социально-психологическое развитие личности дошкольников;
- формирование умения взаимодействовать в коллективе;
- формирование умения владеть мячом.

Педагогическое тестирование. Для выявления уровня развития физических способностей у старших дошкольников определяли показатели силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, гибкости и выносливости по общеизвестным методикам, представленным в ряде учебно-методических пособий [119; 126; 155; 167; 178].

Силовые способности определяли по показателям динамометрии кистей рук (левой и правой), фиксировали с помощью стандартного динамометра. Проводили 2 измерения с небольшим интервалом отдыха в 10-12 секунд, приоритет отдавали большему показателю.

Скоростные способности выявляли с помощью теста «бег на дистанции 30 м».

Скоростно-силовые способности определяли по итогам выполнения теста «прыжок в длину с места».

Координационные способности оценивали по времени выполнения упражнения «челночный бег 3х5 м».

Гибкость измеряли в процессе выполнения упражнения «наклон туловища вперед».

Выносливость определяли с помощью теста «бег на 300 м».

Анализ и оценку результатов осуществляли на основе показателей, представленных в нормативном акте «Общероссийская система мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» и шкалы относительной оценки результатов тестирования физической подготовленности, представленной в Приложении Б [68; 143].

Интенсивность нагрузки в различных видах организованной деятельности по физической культуре и игровой деятельности определяли с помощью подсчета частоты сердечных сокращений (ЧСС). Измеряли ЧСС после проведения каждой части занятия по физической культуре и после применения разнообразных подвижных игр.

Психологическое тестирование. С целью определения индивидуальных особенностей эмоционального состояния детей старшего дошкольного возраста применяли такие методики исследования психоэмоционального развития, как «Тест тревожности», «Лесенка», «Графический диктант», «Понимание ребенком состояния сверстника» и «Выбор в действии».

Проектировочный «Тест тревожности», разработанный Р. Темплом, М. Дорки и В. Аменом, использовали в целях установления уровня тревожности, демонстрируемого дошкольниками в типичных для них ситуациях [133]. Для этого ребенку предлагали для изучения набор из 14 рисунков определенной тематической направленности. В каждом из рисунков представлен сюжет с типичной для его жизни ситуацией и непрорисованное лицо ребенка (очерчен лишь контур головы). Ребенку при демонстрации рисунка предлагали выбрать одну из двух дополнительных картинок (на одной изображено улыбающееся лицо, на другой – печальное) и задавали вопрос: «Какое, по твоему мнению, лицо будет у ребенка на картинке: веселое или печальное? Расскажи, почему?». По итогам исследования вычисляли индекс тревожности (ИТ) ребенка:

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Количество эмоционально негативных выборов}}{14} \cdot 100\% \quad (1),$$

Оценку уровня тревожности детей проводили согласно шкале, представленной в Таблице 1.

Таблица 1 – Оценка уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста

Уровень тревожности	Баллы	Индекс тревожности
Высокий	1	> 50%
Выше среднего	2	36 - 49%
Средний	3	24 - 35%
Ниже среднего	4	12 - 23%
Низкий	5	0 - 11%

Тестовое задание «Лесенка» (по В.Г. Щур) проводили с целью исследования уровня самооценки детей и соотношения их «идеального Я» и «реального Я» [123]. Ребенку предоставляли лист бумаги с нарисованной семиступенчатой лестницей и предлагали поставить себя на одну из ступенек, информируя его о том, что:

- на верхних трех ступеньках располагаются дети «самые хорошие», «очень хорошие» и «хорошие»;
- на средней ступеньке – и не хорошие, и не плохие дети;
- на трех нижних ступеньках – «самые плохие», «очень плохие» и «плохие».

Определение уровня самооценки детей проводили согласно шкале, представленной в Таблице 2.

Таблица 2 – Оценка уровня самооценки у детей старшего дошкольного возраста

Уровень самооценки	Самооценка	Выбор ребенка
Высокий	адекватная	ступеньки 2, 3
Выше среднего	завышенная	ступенька 1
Средний	заниженная	ступенька 4
Ниже среднего	низкая	ступеньки 5, 6
Низкий	резко заниженная	ступенька 7

Тестовое задание «*Графический диктант*» (по Д.Б. Эльконину) применяли для диагностики у детей способности выполнять последовательные указания педагога как под его контролем, так и самостоятельно [119]. Ребенку предлагали задание из двух частей:

- первая часть – на выявление способности изображать на бумажном листе в клеточку определенный узор под диктовку педагога;

- вторая часть – на выявление способности самостоятельно воспроизвести тот же рисунок.

Перед тремя контрольными узорами, за которые выставляли баллы, детям для тренировки давали 1 узор.

Каждый узор оценивали от 0 до 4 баллов. Оценка выполнения задания первой части – сумма максимальной и минимальной оценок из трех имеющихся. Аналогично определяли оценку за выполнение задания второй части. Затем обе оценки суммировали и начисляли итоговые баллы.

Тестовое задание «*Понимание ребенком состояния сверстника*» (по Н.Е. Вераксу) применяли с целью определения уровня развития коммуникативных способностей у детей [171]. В ходе индивидуальной беседы детям предлагали картинки, которые передают различные эмоциональные состояния ребенка: встреча веселого (грустного) мальчика и грустной (веселой) девочки, ссора детей, игра детей. Одновременно с каждой картинкой представляли два варианта психологического состояния детей – веселое и грустное. Детям, принимающим участие в прохождении теста, предлагали посмотреть на рисунок, выбрать правильное выражение лица и ответить на следующие вопросы:

1). Расскажите, каким, по вашему мнению, мальчик кажется девочке? Поставьте крестик в пустом кружочке рядом с нужной картинкой.

2). Расскажите, какой, по вашему мнению, девочка кажется мальчику? Поставьте крестик в пустом кружочке рядом с нужной картинкой.

Оценка теста производилась в баллах (Таблица 3).

Таблица 3 – Оценка теста «Понимание ребенком состояния сверстника»

Уровень	Баллы	Действия ребенка
Высокий	5	верно выбрал от 4 и более рисунков и аргументировал сделанный выбор
Выше среднего	4	верно отобрал 4 рисунка, но не смог аргументированно пояснить сделанный выбор
Средний	3	верно отобрал 2 -3 рисунка
Ниже среднего	2	верно выбрал 1 рисунок
Низкий	1	испытал трудности при выполнении данного задания

Тестовое задание «*Выбор в действии*» (по Р.С. Немову) применяли с целью анализа и оценки межличностных отношений, сложившихся в группе детей [123].

Каждому ребенку раздали по 3 привлекательных предмета и поставили задачу провести ранжирование данных предметов с позиций их привлекательности. После этого ребенку предлагали отдать лучший из предметов тому в группе, кто нравится ребенку больше всех, менее привлекательный – тому, кто находится на втором по симпатиям месте, а последний – тому, кто замыкает тройку симпатий ребенка. По количеству полученных в ходе выполнения задания предметов выявляли социометрический статус ребенка в исследуемой группе:

где

– статус ребенка в исследуемой группе;

– количество привлекательных предметов, которые ребенок получил от товарищей;

n – общее количество детей в исследуемой группе.

Оценка результатов проводилась по шкале, представленной в Таблице 4.

Таблица 4 – Оценка теста «Выбор в действии»

Уровень социометрического статуса ребенка	Баллы	Значение параметра социометрического статуса
Высокий	5	85 - 100%
Выше среднего	4	65 - 84%
Средний	3	45 - 64%
Ниже среднего	2	25 - 44%
Низкий	1	0 - 24%

Педагогический эксперимент. Эффективность разработанной методики использования средств командных спортивных игр в процессе физического воспитания старших дошкольников проверяли в ходе педагогического эксперимента, который проводили с сентября 2014 по июнь 2015 года на базе МОУ «Детский сад №37» (экспериментальная группа, $n = 26$) и МОУ «Детский сад №356» (контрольная группа, $n = 26$) г. Волгограда. Однородность обеих групп определяли по показателям физической подготовленности и социально-психологического развития личности дошкольника.

В экспериментальной группе организованную деятельность по физической культуре проводили на основе рекомендаций комплексной программы «Детство» и с использованием средств командных спортивных игр, предложенных в авторской методике. Занятия по физической культуре проводили 3 раза в неделю по 30 минут. В содержание одного занятия включали средства командных спортивных игр, доступных для детей дошкольного возраста, в последовательности, позволяющей освоить элементарные действия с мячом для участия в спортивных играх по упрощенным правилам. Средства спортивных игр предлагали дошкольникам изначально в индивидуальных заданиях, а по мере закрепления игровых приемов – в парах, тройках и командах. В содержание двух других занятий, наряду с заданиями, направленными на овладение детьми основными движениями и развитие физических способностей, включали упражнения и подвижные игры на освоение «школы мяча».

Для освоения игровых приемов в баскетболе использовали детские резиновые мячи D 150 мм, а для участия в игре «Баскетбол по упрощенным правилам» – баскетбольные мячи № 1.

В «Гандбол по упрощенным правилам» играли гандбольным мячом № 1. Освоение игровых приемов начинали, используя детский резиновый мяч D 125 мм.

В «Футбол по упрощенным правилам» дети экспериментальной группы играли детским мячом № 2, который используют тренеры для обучения детей в возрасте 4-7 лет.

В контрольной группе старших дошкольников организованная деятельность по физической культуре строилась на основе рекомендаций комплексной программы «Детство» по традиционно принятой в теории и методике физического воспитания схеме.

Методы математической статистики. Обработка полученных данных осуществлялась с помощью методов математической статистики. Определяли следующие статистические характеристики: выборочное среднее, ошибку среднего выборочного, стандартное отклонение.

Для определения однородности выборок применяли F-критерий Фишера.

Для определения нормальности распределения данных выборки применяли W-критерий Шапиро-Уилка.

При нормальном распределении данных выборки достоверность различий между средними выборочными значениями определяли по параметрическому t-критерию Стьюдента. В случае отсутствия нормального распределения выборки гипотезу проверяли с помощью непараметрического критерия знаков (Z).

При оценке достоверности полученных данных в качестве основных были приняты 1% и 5% уровни значимости, что признается вполне надежным в педагогических исследованиях.

2.2 Организация исследования

Исследование проводили на кафедре теории и методики физического воспитания ФГБОУ ВО «ВГАФК», МОУ «Детский сад №37» и МОУ «Детский сад №356» Центрального района, МОУ «Детский сад №336» и МОУ «Детский сад №378» Тракторозаводского района г.Волгограда в период с 2012 по 2018 гг., оно включало три последовательных этапа.

На первом этапе (2012-2014 гг.): сформулировали проблемное поле исследования на основе изучения и анализа данных научной и методической литературы, ряда опросов специалистов, работающих в дошкольных образовательных учреждениях; проводили наблюдения за развитием старших

дошкольников; подбирали, уточняли и апробировали различные варианты применения средств командных спортивных игр в процессе занятий по физической культуре в дошкольных образовательных учреждениях; спроектировали экспериментальный вариант методики, сочетающей подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам.

На втором этапе (2014-2015 гг.) проверяли эффективность экспериментальной методики использования командных спортивных игр в старшем дошкольном возрасте и разрабатывали рекомендации по ее реализации на практике.

На третьем этапе (2016-2019 гг.) проводили обобщение полученных научных результатов, их статистическую обработку и интерпретацию, формулирование выводов, завершение оформления текста диссертации в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.11 - 2011.

ГЛАВА 3 АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОГО И СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Наблюдаемая в настоящее время тенденция снижения уровня здоровья подрастающего поколения обуславливает необходимость широкого привлечения детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Спорт в жизни человека выступает как мощный фактор проявления не только значительных двигательных возможностей человека, но и способствует социально-психологическому развитию.

Дошкольный возраст необходимо рассматривать как период начального становления большинства физических, психических и социальных качеств личности. А конверсия технологий спортивной тренировки в этой связи создает условия для их проявления, развития и сохранения на весь период жизни человека.

Использование в дошкольном периоде командных спортивных игр предполагает изменение содержания физического воспитания в дошкольных образовательных организациях на основе анализа построения организованной двигательной деятельности, особенностей физической подготовленности и социально-психического развития личности дошкольников.

3.1 Особенности физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста

В дошкольном возрасте двигательная деятельность представляет собой биологическую потребность растущего организма. Ее ключевое функциональное значение состоит в стимулировании должного развития всех систем детского организма. Двигательные функции имеют существенную зависимость от комплекса биологических и социальных факторов. Подвижные игры, используемые в старшем дошкольном возрасте, требуют от ребенка быстрого и

качественного выполнения двигательных действий, и одновременно с этим максимального проявления двигательных способностей. В этой связи необходимо четко представлять исходный уровень моторных возможностей детей, чтобы игровая деятельность проходила интересно и вызывала желание играть.

Исследование проводилось на основе тестовых заданий, общепринятых для детей дошкольного возраста, путем сравнения полученных данных с ориентировочными показателями физической подготовленности детей 6-7 лет, действующими в настоящее время [147].

К исследованию были привлечены 160 детей старшего дошкольного возраста (86 мальчиков и 74 девочки). Результаты исследования представлены в Таблице 5.

Таблица 5 – Показатели физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста

Тестовые упражнения	Мальчики			Девочки				P
	\bar{x}	σ	t	\bar{x}	σ	t		
<i>Скоростные способности</i>								
Бег 10 м с хода, с	2,64	0,38	0,04	2,93	0,41	0,05	1,81	<0,05
Бег 30 м, с	7,51	0,40	0,04	7,87	0,68	0,08	4,04	<0,001
<i>Выносливость</i>								
Бег 300 м, с	88,45	14,15	1,52	93,33	10,08	1,17	2,93	>0,01
<i>Скоростно-силовые способности</i>								
Прыжок в длину с места, см	110,50	20,41	2,19	97,67	17,69	2,05	4,23	<0,001
Метание малого мяча, м	9,01	4,02	0,43	6,87	2,95	0,34	2,54	<0,001
<i>Координационные способности</i>								
Челночный бег 3x5 м, с	6,63	0,93	0,10	6,81	0,87	0,10	0,17	>0,05
Тест Бондаревского, с	6,18	2,43	0,26	6,92	2,27	0,26	2,00	<0,05
<i>Гибкость</i>								
Наклон вперед, см	3,36	1,28	0,13	4,11	1,46	,16	4,21	<0,001
<i>Силовые способности</i>								
Динамометрия кисти руки, кг	8,92	1,58	0,18	7,81	1,58	1,63	0,19	<0,01

Анализ полученных нами результатов и соотнесение их с ориентировочными показателями физической подготовленности детей 6-7 лет показал, что по большинству исследуемых показателей дети показывают

результаты, относящиеся к среднему и ниже среднего уровню.

Уровень развития скоростных способностей проводился по результатам, показанным испытуемыми в беге на 10 м с хода и беге на 30 м с высокого старта. Как у мальчиков ($2,64 \pm 0,04$ с), так и у девочек ($2,93 \pm 0,05$ с) в тесте «бег 10 м с хода» среднегрупповые результаты соответствуют среднему уровню. Среднегрупповой результат девочек значительно и статистически достоверно ниже, чем у мальчиков (0,29 с). В беге на 30 метров с высокого старта мальчиками показан результат $7,51 \pm 0,04$ с, а девочками – $7,87 \pm 0,04$ с. Полученные показатели соответствуют уровню ниже среднего развития данного качества. Результат мальчиков превосходит показатель девочек на 0,36 с. Отмеченная тенденция носит закономерный характер и соответствует ряду исследований, где отмечается, что в возрасте 6-7 лет по причине ряда анатомо-физиологических особенностей скорость бега у мальчиков по сравнению с девочками выше [17].

Результаты в тесте «бег на 300 м», дающие представление о степени развития выносливости, следует отнести, согласно имеющимся стандартам физической подготовленности, к низкому уровню развития у мальчиков и ниже среднего – у девочек.

Полученные в челночном беге 3x5 м результаты, демонстрирующие уровень координационных способностей, были сопоставлены по возрастным стандартам и половому признаку. Координация – это умение согласовывать движения различных частей тела, а в тестовом задании «Челночный бег 3x5 м», чтобы показать высокий результат необходимо не только быстро пробегать прямой отрезок дистанции, но при обегании стойки, скоординироваться и коснуться ее основания рукой. Вероятно, значительное снижение скорости на повороте и привело к тому, что показанные детьми результаты относятся к среднему уровню.

В тесте «Челночный бег 3x5 м» мальчики показали результаты несколько выше, чем девочки, однако эти различия не являются статистически достоверными.

Высокие показатели развития скоростно-силовых способностей позитивно сказываются на физической подготовленности детей, на их возможности к

концентрации усилий во времени и пространстве и демонстрации техники выполнения движений. Среднегрупповые результаты прыжка в длину с места составили у мальчиков $110,50 \pm 2019$ см и у девочек – $97,67 \pm 2,05$ см. Зафиксированные результаты следует отнести к среднему уровню как у мальчиков, так и у девочек.

Показатели детей при выполнении теста «метание малого мяча» составляют $9,01 \pm 0,43$ м у мальчиков и $6,87 \pm 0,34$ м у девочек и соответствуют среднему уровню развития. Среднегрупповые показатели выявили у участников эксперимента существенные различия по половому признаку. Мальчики выполнили тестовое задание «метание малого мяча» значительно лучше ($p < 0,001$). Метание является сложно-координированным упражнением. Чтобы показать высокие результаты в данном упражнении необходимо развитие не только скоростно-силовых качеств, но и координационных способностей, что не всегда доступно детям дошкольного возраста. Это, вероятно, является причиной более низких результатов при определении степени развития скоростно-силовых способностей у детей дошкольного возраста в тесте «метание малого мяча».

Анализ результатов испытания «Тест Бондаревского», как и ранее представленный тест «Челночный бег 3x5 м», указывает на степень развития координационных способностей. В дошкольном возрасте закладывается фундамент для их развития, а также происходит накопление умений, навыков и знаний, необходимых для выполнения упражнений на координацию. Данный возрастной отрезок времени принято называть «золотым возрастом» применительно к развитию координационных способностей. При изучении способности испытуемых к статическому равновесию было установлено незначительное превосходство девочек над мальчиками ($0,74$ с, $p > 0,05$). У девочек, вероятно, оперативнее протекает процесс созревания нервных центров, управляющих мышечной координацией, поскольку они обладают более развитым мышечным чувством по сравнению с мальчиками. Сравнение полученных в ходе тестирования среднегрупповых результатов с контрольными нормативами общероссийской системы мониторинга выявило средний уровень развития как

девочек, так и мальчиков [147].

Анализ результатов теста «наклон вперед», характеризующих развитие гибкости, выявил значимые различия по половому признаку у детей 6 лет: с высокой степенью достоверности ($p < 0,001$) девочки превосходят мальчиков. Различия, отмечаемые между девочками и мальчиками в старшей и подготовительной группах в отношении развития гибкости, созвучны с данными исследований, согласно которым данный возрастной период выступает к качеству наиболее благоприятного отрезка времени для развития у девочек этого физического качества. Сравнительный анализ полученных данных с ориентировочными показателями физической подготовленности детей дошкольного возраста позволяет отнести результаты девочек к среднему уровню, а мальчиков – к уровню ниже среднего. Исследования показывают, что наибольшие показатели гибкости в упражнении наклон туловища вперед, отмечаются у детей в три года. В дальнейшем, если не происходит специализированная работа по развитию гибкости, ее показатели будут снижаться [122].

Проведенный у шестилетних мальчиков и девочек анализ среднегрупповых данных силы мышц сгибателей кисти показал, что результаты мальчиков статистически отличаются в этот период от показателей девочек ($p < 0,01$), а демонстрируемые средние величины располагаются на среднем уровне. Данный факт не случаен, поскольку с детьми старшего дошкольного возраста целенаправленно проводится работа по становлению навыков учебной и трудовой деятельности, что отражается на росте силы рук.

Для развернутой характеристики уровня физической подготовленности было проведено количественное изучение развития отдельных двигательных способностей дошкольников, участвующих в педагогическом эксперименте. Наибольшее количество высоких, выше среднего и средних результатов зафиксировано в тестах, демонстрирующих силовые и скоростные способности, а также гибкость. Раздельный по группам мальчиков и девочек анализ достигнутых результатов отчетливо показывает, что количество дошкольников,

продемонстрировавших средние и более высокие результаты, больше среди мальчиков (Таблица 6).

Таблица 6 – Оценка развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста, %

Уровень развития физических способностей	Все дети (n = 160)	Из них девочки (n = 74)	Из них мальчики (n = 86)
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
<i>Бег 10 м с хода</i>			
Высокий уровень	14,1	4,7	9,4
Уровень выше среднего	9,4	4,0	5,4
Средний уровень	30,5	11,3	19,2
Уровень ниже среднего	26,7	18,5	8,2
Низкий уровень	19,3	10,2	9,1
<i>Бег 30 м</i>			
Высокий уровень	12,3	4,7	7,6
Уровень выше среднего	12,3	4,1	8,2
Средний уровень	32,2	12,0	20,2
Уровень ниже среднего	21,6	11,5	10,1
Низкий уровень	21,6	12,7	8,9
<i>Прыжки в длину с места</i>			
Высокий уровень	7,0	1,9	5,1
Уровень выше среднего	15,4	7,4	8,0
Средний уровень	33,2	10,9	22,3
Уровень ниже среднего	27,9	13,6	14,3
Низкий уровень	16,5	13,3	3,2
<i>Метание малого мяча</i>			
Высокий уровень	7,0	3,4	3,6
Уровень выше среднего	12,4	4,2	8,2
Средний уровень	27,0	12,1	14,9
Уровень ниже среднего	24,8	15,5	9,3
Низкий уровень	28,8	18,5	10,3
<i>Челночный бег 3x5 м</i>			
Высокий уровень	9,3	5,1	4,2
Уровень выше среднего	18,2	9,8	8,4
Средний уровень	28,4	14,8	13,6
Уровень ниже среднего	24,0	11,4	12,6
Низкий уровень	20,1	10,8	9,3
<i>Наклон вперед</i>			
Высокий уровень	15,8	9,5	6,3
Уровень выше среднего	10,9	7,6	3,3
Средний уровень	33,4	18,3	15,1
Уровень ниже среднего	24,4	9,4	15,0
Низкий уровень	11,5	4,1	7,4

<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
<i>Бег 300 м</i>			
Высокий уровень	7,8	3,6	4,2
Уровень выше среднего	18,1	9,2	8,9
Средний уровень	30,7	16,4	14,3
Уровень ниже среднего	22,1	9,4	12,7
Низкий уровень	21,4	7,7	9,7
<i>Тест Бондаревского</i>			
Высокий уровень	8,4	5,2	3,2
Уровень выше среднего	13,3	7,8	5,5
Средний уровень	30,4	14,8	15,6
Уровень ниже среднего	27,9	10,5	17,4
Низкий уровень	20,0	7,5	12,5

Различный уровень развития двигательных способностей у мальчиков и девочек, возможно, отражает не только характерные черты организации двигательного режима в дошкольных организациях, но и традиции жизнедеятельности людей различного пола, в том числе и детей [203].

В игровом арсенале у мальчиков значительное место отведено движениям скоростно-силового характера (лазанье, бег, спортивные игры, борьба, метание предметов на дальность и в цель), у девочек приоритет отдан играм со скакалкой, с мячом, танцевальным упражнениям, упражнениям в равновесии (ходьба по скамейке, бревну и т.д.). Среди спортивных игр в большинстве случаев мальчики предпочитают подвижные игры и футбол, а девочки выбирают подвижные игры. Это не может не сказываться на значительном преобладании мальчиков над девочками по показателям физической подготовленности.

3.2 Анализ показателей социально-психологических особенностей развития личности дошкольника

Исследования показывают, что комфортное эмоциональное состояние детей является базой для установления взаимоотношений дошкольников с обществом и влияет на его развитие, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками [73; 89]. Для изучения социально-психологического развития детей

нами были использованы методики, которые характеризуют данное качество с различных сторон. Результаты исследования представлены в Таблице 7.

Таблица 7 – Показатели социально-психологических особенностей развития личности дошкольника

Тесты	Девочки (n = 74)			Мальчики (n = 86)			P
	\bar{x}	σ	<i>m</i>	\bar{x}	σ	<i>m</i>	
Самооценка в коллективе, баллы	2,79	1,12	0,13	3,06	1,11	0,12	>0,05
Тревожность, %	31,59	15,55	1,91	27,41	14,66	1,70	>0,05
Умение действовать по правилам, баллы	8,75	4,50	0,55	9,83	3,88	0,45	>0,05
Понимание ребенком состояния сверстника, баллы	3,05	0,98	0,17	2,80	1,05	0,16	>0,05
Оценка межличностных отношений в коллективе, %	52,06	21,59	2,65	53,27	21,14	2,45	>0,05

Дети дошкольного возраста во время пребывания в дошкольных учреждениях участвуют в различных видах игр, в том числе имеющих характер соревнований. Каждая подвижная игра предполагает для одних детей победу, для других – поражение. В таких ситуациях одни дети испытывают радость, а другие разочарование, что может негативно сказываться не только на взаимоотношениях между детьми, но и находящимися рядом взрослыми. Детский тест тревожности определяет уровень эмоциональных реакций ребенка на отдельные характерные для этого возраста обстоятельства, в том числе и связанные с участием детей в игровой деятельности с соперничеством.

Дошкольникам в ходе исследования предстояло предположить, какое настроение может быть у ребенка (грустное или веселое) в различных, характерных для данного возрастного периода, ситуациях. Количественный результат диагностики – это индекс тревожности, отражающий частоту отрицательного эмоционального опыта ребенка в различных ситуациях. Качественный результат – это заключение о характере эмоционального опыта ребенка в предложенных детям и подобных им ситуациях.

Полученные в ходе исследования индексы тревожности испытуемых показывают, что 28,0% дошкольников имеют выше среднего и высокие индексы тревожности, в диапазоне среднего уровня индекс тревожности находится у 39,4%, ниже среднего и низкий – у 34,6 %.

Среднегрупповой ИТ девочек составил 31,59 %, мальчиков – 27,41 %. Эти результаты располагаются в диапазоне средней степени тревожности.

При этом большее число негативных выборов выпало на иллюстрации, показывающие пренебрежение интересов ребенка и агрессивность сверстников. Положительный выбор получили картинки с изображением играющих детей и ситуации игры ребенка с взрослыми.

Данное исследование показывает, что эмоциональная окрашенность взаимоотношений в данном возрастном периоде важна для ребенка. Вместе с тем дети не всегда могут регулировать свои эмоции, что было видно во время тестирования, когда испытуемые, не оценивая причины возникновения предложенных ситуаций, спонтанно предлагали способы снятия напряжения в зависимости от окружающей их обстановки.

Для развития дошкольников значимыми считаются взаимодействия со сверстниками в разнообразных видах занятий. На увеличение контактов оказывает большое влияние тот вид деятельности, в котором дети общаются и умеют сотрудничать. Уже с дошкольного возраста дети объединяются в группы, при этом одни находятся постоянно в «гуще событий», другие не пользуются особой популярностью или отвергаются, или никак не замечаются сверстниками. По-видимому, практика первых контактов является базой для дальнейшего формирования у детей основ коммуникативной деятельности. По этой причине понимание того, как оказывает влияние активность детей на их положение в группе сверстников, является важным для педагогов.

Результаты тестирования указывают на неравномерное распределение дошкольников, участвующих в исследовании по статусным группам. Детей, отнесенных к группам «изолированные» и «отверженные», а также –

«звезды», существенно меньше. В процентном соотношении число «изолированных» и «отверженных» детей составило 14,3 % (девочки – 8,2 %, мальчики – 6,1 %).

Статусная группа «принимаемые» оказалась по количественному составу самой многочисленной – 46,1 %. Эти дети в общении со сверстниками доброжелательные и чуткие, учитывают желания и действия других детей, учатся строить и реализовывать совместные планы, во время игр умело подчиняют свои интересы интересам партнеров по игре. При этом они внимательно следят за выполнением игровых ролей и правил. Мальчиков в этой группе 17,3 %, девочек – 28,8%. Это не случайно, девочки старшего дошкольного возраста в ходе игровых взаимодействий ориентируются на желания и чувства игрового партнера, поэтому у них реже возникают конфликты. Мальчикам интересен сам процесс игры, в большинстве случаев им не важно, как хотят играть партнеры по игре, поэтому конфликты в их играх возникают гораздо чаще.

Среди детей, участвующих в эксперименте, «предпочитаемых» – 26,4 %. Это дети, которые умеют сопереживать другим, успехи сверстников их не огорчают, а наоборот радуют, они не стремятся продемонстрировать свои преимущества, а стараются помочь сверстникам. Это побуждает стабильный интерес к ним со стороны популярных детей.

«Отвергаемых» и «изолированных» детей, участвующих в исследовании, 14,3 %. Наблюдение за ними показало, что одни из них стремились продемонстрировать свои преимущества, а другие напротив боялись проявлять свои способности. В отношениях с другими детьми они выполняли только те задания, где выполнение не требовало взаимодействия со сверстниками. А если воспитатель предлагал поиграть всем вместе, то они воздерживались от игры, ссылаясь на утомление. В том же случае, если им все же приходилось играть вместе, они старались держаться в стороне, чтобы не вызывать негативных эмоций, если допускали какие-то ошибки.

Дошкольники уже способны распознавать не только собственное внутреннее состояние, но и различать оттенки эмоционального настроения

сверстников и выражать свое к ним отношение. Способность верно распознать и оценить эмоциональный настрой другого человека – существенный фактор в при выстраивании отношений с окружающими людьми. Во время тестирования детям необходимо понять состояние, рассматривая картинки, передающие эмоциональное состояние детей в знакомых для них типичных ситуациях, в том числе и во время игр с двигательным содержанием. Результаты диагностики были представлены количественными и качественными параметрами. Количественные параметры формировались по результатам оценки выборов, произведенных в задании. Качественным итогом были выводы о характере эмоционального опыта детей в предложенных и аналогичных ситуациях. Зафиксированные результаты позволяют констатировать, что существенное количество дошкольников (39,4 %) показало результат на среднем уровне, низкие и ниже среднего результаты наблюдались у 34,6 % детей; выше среднего и высокие оценки выборов выявлены у 28,0 % испытуемых.

По тестовым заданиям «понимание ребенком состояния сверстника» у девочек среднегрупповой итог составляет $3,05 \pm 0,17$ баллов, у мальчиков этот показатель составил $2,80 \pm 0,16$ баллов. Оба полученных результата находятся в границах среднего уровня сформированности эмоционально-волевых качеств. Отметим, что картинки, изображающие агрессивные действия, получили значительное число отрицательных выборов, а наибольшее количество позитивных эмоций дети набрали за рисунки, где были представлены варианты игр со сверстниками.

В результате проведения тестового задания «Лесенка» было установлено, что у значительного числа детей, участвующих в эксперименте, выявлена завышенная или заниженная самооценка. Среднегрупповой показатель у девочек находится в границах ниже среднего уровня – 2,79 баллов, а у мальчиков – 3,06 баллов – средний уровень.

Показатели завышенной самооценки были зафиксированы у 34,1 % детей (среди них 18,6 % – девочки, а 15,5 % – мальчики). Заниженная самооценка была замечена у 23,6 % дошкольников (из общего числа 10,3 % – девочки и 13,3 % –

мальчики). При этом в случае, если завышенная самооценка у детей старшего дошкольного возраста нередко является нормой, то, по мнению психологов, особое внимание надлежит обратить именно на вариации заниженной самооценки, поскольку это может спровоцировать состояние замкнутости у ребенка. Отметим также, что адекватную самооценку продемонстрировали 19,8 % испытуемых (среди них 9,5 % – девочки, а 10,3 % – мальчики).

Помимо этого, у 15,3 % детей наблюдается амбивалентная самооценка (8,1 % девочек и 7,2 % мальчиков). Такие дети даже в процессе самостоятельно организованных игр ждут неодобрения или поощрения взрослого, трудно вливаются в деятельность, не проявляют сострадания к сверстникам, стараются уходить от этой обстановки или обнаруживают агрессивность.

То есть на детей старшего дошкольного возраста, когда они выполняют те или иные социальные роли, влияют внешние факторы, чаще всего завышенные требования родителей или педагога. Дети, опасаясь не оправдать надежд старших, проявляют нерешительность в оценке себя и своих собственных сил.

Способность слушать предложенное воспитателем задание и самостоятельно выполнять его без помощи со стороны взрослого мы определяли по результатам тестового задания «Графический диктант». Оценка умения дошкольников правильно следовать последовательным указаниям педагога отражается в первой части данного теста. Задание изобразить узор под диктовку педагога выполнили все испытуемые. При этом показатели мальчиков и девочек были приблизительно идентичными: 5,70 баллов и 5,35 баллов соответственно, что показывает уровень выше среднего. Демонстрация способностей воспроизвести узор самостоятельно, согласно нарисованному ранее под диктовку, относилась ко второй части теста. Здесь результаты дошкольников оказались скромнее и соответствовали среднему уровню (у мальчиков – 4,13 балла, у девочек – 3,40 балла). Можно констатировать, что испытуемые успешнее справились с первым заданием, когда непосредственно в процессе его выполнения давались указания. Поскольку конечный результат в тесте определялся в виде суммы выполнения двух заданий, были зафиксированы

следующие итоги: мальчики – 9,83 баллов, девочки – 8,75 баллов. Полученные результаты относятся к среднему уровню проявления исследуемых способностей и отмечены у 32,6 % дошкольников, принимавших участие в работе. Отметим, что 9,5 % детей (среди них 6,0 % – девочки и 3,5 % – мальчики) после получения задания сразу начали его выполнять и без отвлечений на посторонние дела успешно с ним справились. Оставшись во второй части тестового задания без контроля со стороны взрослого, 48,5 % дошкольников в процессе выполнения задания регулярно наблюдали за дверью, проверяя, не идет ли педагог. Они прекращали работу в связи с отсутствием поддержки и контроля извне. Однако вошедший в комнату педагог становился сигналом к ее возобновлению. Укажем также, что 13,8 % детей не выполняли тестовых заданий до того момента, пока воспитатель не стимулировал их работу с помощью жестов или слов одобрения.

Таким образом, можно предположить, что дети во время совместной деятельности, имея незначительный опыт продуктивного общения в совместной деятельности, чаще используют эмоциональные реакции для решения ситуаций, возникающих во взаимоотношениях, в том числе и игровых. Волевых усилий для нахождения рационального решения возникающих во время игры ситуаций у детей не наблюдалось.

3.3 Оценка развивающего потенциала командных спортивных игр

Дошкольный возраст – это период, когда закладываются базовые основы полноценного гармоничного физического развития и крепкого здоровья. Целенаправленный процесс физического воспитания оказывает позитивное воздействие на развитие всех систем организма детей, их интеллектуальное развитие. Ребенок приобретает умения ориентироваться и действовать в окружении сверстников, у него формируются такие качества, как самостоятельность, выдержка, инициатива, активность, чувство взаимопомощи, товарищества и т.п.

Организованная деятельность по физической культуре выступает в качестве основной формы обучения дошкольников двигательным заданиям, приобщения к регулярным занятиям спортом. Формирующий и оздоровительный эффект организованной физкультурной деятельности неразделимо сопряжен с нагрузкой, влияние которой на занимающихся находится в зависимости, в первую очередь, от типа и интенсивности упражнений. Двигательная работа в каждом отдельном случае должна быть оптимальной и сбалансированной: недостаточная – малоэффективна, излишняя – способна причинить вред организму.

Подвижные игры в дошкольных образовательных учреждениях используются во всех возрастных группах. При этом необходимо отметить значительное их разнообразие. Спортивные игры, согласно принятой в теории и методике физического воспитания классификации, относятся к группе сложных подвижных игр [59; 63; 69]. В дошкольном возрасте спортивные игры включаются в содержание физического воспитания со старшего дошкольного возраста (старшая и подготовительная группы), так как требуют существенной физической подготовленности детей и, прежде всего, развития координационных способностей, которое начинается именно в этот возрастной период. В отличие от подвижных игр для них характерны достаточно сложные правила и значительные требования к технике игроков, а также наличие намеренно созданных игровых ситуаций. Поэтому в дошкольном возрасте используются лишь некоторые элементы спортивных игр и упрощенные правила.

Опрос специалистов дошкольных организаций указывает на то, что спортивные игры по упрощенным правилам применяются только инструкторами по физической культуре. Их установка, считают педагоги, обучение детей действиям со спортивными предметами. Респонденты (85,6 %) при проведении подвижных игр существенную часть времени отводят для решения задач, ориентированных на увеличение двигательной активности и формирование физических качеств детей, и только 14,4 % считают, что наряду с развитием двигательных возможностей дошкольников, необходимо уделять внимание развитию организованности, дисциплинированности, самостоятельности,

активности и уверенности в своих силах. Такое соотношение ответов педагогов демонстрирует сложившуюся в современном дошкольном звене физического воспитания тенденцию в вопросах применения в своей работе подвижных и элементов спортивных игр.

В ходе предварительного эксперимента были проанализированы различные виды организованной деятельности по физической культуре в подготовительных к школе группах детского сада, что позволило определить характер нагрузки, получаемой детьми на занятии.

Отметим, что 70 % педагогов проводят организованную деятельность по физической культуре в старшем дошкольном возрасте в традиционной форме, 7 % – сюжетно-ролевой направленности, 23 % – используют игровую форму на основе отдельных элементов спортивных игр. Значительная часть (75,0 %) инструкторов по физической культуре в своей деятельности применяет элементы спортивных игр для освоения детьми «школы мяча», а для закрепления технических элементов используют подвижные игры, построенные на основе спортивных игр.

Значительное число респондентов в ходе подвижных игр ставит задачи, направленные на обучение детей двигательным умениям и навыкам, развитие основных физических качеств, повышение эмоционального фона проводимых занятий. При этом задача «Обучение техническим элементам спортивных игр» ставится лишь в 18,0 % случаях. Необходимо отметить, что значительное число опрошенных (86 %) считают, что интенсивность подвижных игр, построенных на элементах спортивных игр, должна быть высокой, что поможет повысить резервные возможности организма детей. При этом 14 % респондентов указывают на то, что при высокой интенсивности проведения подвижных игр, построенных на элементах спортивных игр, невозможно добиться точности воспроизведения технических приемов. Они предлагают проводить игру с ограничением интенсивности до средневысокой. Во время проведения подвижных игр на прогулке все педагоги дошкольных учреждений согласны с тем, что интенсивность подвижных игр должна быть высокой.

На вопрос анкеты о планировании игровой деятельности детей мнения педагогов разделились. Так, 60 % опрошенных считают, что необходимо четко придерживаться рекомендаций программы как при подборе игрового материала для занятий, так и для использования на прогулках; 30% полагают, что подбирая игры для прогулок, необходимо учитывать мнения детей. Только 10 % респондентов свою работу по обучению детей элементам спортивных игр строят на основе создания условий для заинтересованности детей к участию в спортивных играх. При этом все опрошенные отдают предпочтение играм с мячом. Это согласуется с мнениями ряда специалистов в области дошкольного воспитания, которые утверждают, что упражнения с мячом содействуют развитию координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений. Они формируют способность поймать, удержать, бросить предмет, приучают контролировать направление броска, координировать усилие броска с расстоянием, вырабатывают ориентировку в пространстве [28; 53; 155].

Все педагоги единодушны в том, что социально-психологическое развитие личности в старшем дошкольном возрасте необходимо, и основными средствами его развития, по мнению большинства (73,7 %) респондентов, являются художественно-эстетическая деятельность и сюжетно-ролевые игры.

О возможности целенаправленного развития социально-психологических особенностей личности дошкольников в подвижных играх с элементами спортивных игр утвердительно ответили 26,3 % респондентов, при этом все они являются инструкторами по физической культуре.

На основе вышеизложенного можно сделать заключение, что элементы спортивных игр в практике физического воспитания детей дошкольного возраста используются недостаточно, хотя обладают значительным развивающим потенциалом. Заложённая в них двигательная активность формирует положительный эмоциональный фон, усиливает функционирование физиологических процессов в организме, улучшает работу жизненно важных систем и органов. Данные процессы оказывают, в свою очередь, позитивное воздействие на психическое состояние и личностное развитие дошкольников.

В рамках данного исследования, для выявления наиболее эффективной формы проведения организованной деятельности по физической культуре в старшем дошкольном возрасте ($n=20$) определяли интенсивность различных видов занятий по физической культуре. Частоту сердечных сокращений измеряли до начала организованной деятельности по физической культуре, в ходе ее проведения (после вводно-организационной части, после проведения комплекса общеразвивающих упражнений, после основных видов движений, после подвижной игры) и по завершении (Таблица 8).

Таблица 8 – Показатели частоты сердечных сокращений у детей старшего дошкольного возраста в зависимости от содержания деятельности по физической культуре, $\bar{x} \pm \sigma$

Части организованной деятельности по физической культуре	Виды деятельности			
	Традиционная	Сюжетно-ролевая	Игровая	С использованием элементов спортивных игр
До начала	$83,5 \pm 3,5$	$82,12,9$	$83,5 \pm 3,5$	$83,7 \pm 3,3$
	$t=0,30$		$t_1=0$	$t_2=0,08$
После подготовительной части	$95,4 \pm 3,4$	$98,2 \pm 2,9$	$98,5 \pm 4,4$	$100,4 \pm 4,6$
	$t=0,63$		$t_1=0,55$	$t_2=2,87^{**}$
Основная часть: после ОРУ	$102,1 \pm 4,8$	$123,1 \pm 4,3$	$95,1 \pm 5,3$	$122,8 \pm 3,3$
	$t=3,28^{**}$		$t_1=0,97$	$t_2=3,55^{***}$
После выполнения основных движений	$115,7 \pm 5,2$	$130,5 \pm 3,1$	$113,1 \pm 5,4$	$140,6 \pm 5,2$
	$t=2,44^*$		$t_1=0,34$	$t_2=3,35^{**}$
После подвижной игры	$138,3 \pm 3,9$	$142,3 \pm 3,1$	$147,8 \pm 4,6$	$157,4 \pm 4,4$
	$t=0,81$		$t_1=1,58$	$t_2=3,29^{**}$
По окончании	$90,8 \pm 2,8$	$87,3 \pm 3,6$	$107,1 \pm 3,1$	$105,2 \pm 5,5$
	$t=0,77$		$t_1=3,88^{***}$	$t_2=2,38^*$

Примечание: t – достоверность различий между традиционной деятельностью по физической культуре и сюжетно-ролевой направленности; t_1 – достоверность различий между традиционной деятельностью по физической культуре и игровой направленности; t_2 – достоверность различий между традиционной деятельностью по физической культуре и с использованием спортивных игр; * – достоверность различий при $P < 0,05$ ($t_{кр.} \geq 1,9$); ** – достоверность различий при $P < 0,01$ ($t_{кр.} \geq 2,7$); *** – достоверность различий при $P < 0,001$ ($t_{кр.} \geq 3,4$).

Педагоги дошкольных учреждений в своей работе используют различные виды организованной деятельности по физической культуре. Наибольшее распространение получила организованная деятельность по физической культуре,

построенная по традиционной схеме, значимое место также отводится игровой и сюжетно-ролевой, и совсем незначительное количество специалистов по физической культуре в дошкольном возрасте используют организованную деятельность по физической культуре с использованием спортивных игр.

В содержание традиционно построенной организованной деятельности по физической культуре непременно включаются подвижные игры, но их направленность – фиксирование техники выполнения основных движений и развитие физических способностей.

Организованная деятельность по физической культуре игровой направленности строится на использовании в ней подвижных игр разной интенсивности, а также игровых заданий, посредством которых дошкольники усваивают одно новое движение и повторяют 2-3 хорошо им знакомых, развивая двигательные способности.

В основе организованной деятельности по физической культуре сюжетно-ролевой направленности лежит целостная игровая ситуация, объединяющая действия единым игровым сюжетом.

Организованная деятельность по физической культуре с применением спортивных игр имеет в своем содержании такие условия, как конфликтность и взаимодействие, которые необходимо решать в ходе личного и командного согласования. Они содействуют проявлению различных чувств и переживаний в условиях значительных физических и психических нагрузок.

В исследовании, проводимом в рамках диссертационной работы, ставилась задача, направленная на выявление направленности различных видов организованной деятельности по физической культуре для повышения физической подготовленности детей. Можно видеть, что все без исключения характеристики частоты сердечных сокращений находятся в границах общепризнанных норм, рекомендуемых для детей-дошкольников [161]. Существенно, что организованная деятельность по физической культуре, построенная на основе включения в нее спортивных игр, оказывает и тренирующее влияние. В таком случае игровая направленность дает возможность

гарантировать существенное тренирующее влияние на организм занимающихся, что сложно сделать в условиях классических занятий. При этом в исследованиях М.А. Руновой, А.А. Горелова, И.А. Соловьевой отмечается, что с целью увеличения возможности функциональных способностей организма, увеличения работоспособности и достижения сбалансированной сопряженности содержания процессов личностного и физического развития наиболее приемлемыми для старших дошкольников являются подвижные игры средней и высокой интенсивности [43; 155; 162].

Хронометрирование двигательной деятельности детей во время пребывания в дошкольном учреждении указывает, что на протяжении дня старшие дошкольники в подвижных играх задействованы в среднем 63,94 минуты (Таблица 9).

Таблица 9 – Анализ интенсивности подвижных игр, используемых в дошкольных образовательных учреждениях

Наименование организации	Программа	Общий объем подвижных игр, мин	Интенсивность подвижных игр, мин / %		
			Большая	Средняя	Низкая
МОУ детский сад № 37 Центрального района г. Волгограда	«Детство»	60,10	13,8±1,12 /21,9	26,3±0,89 / 45,8	20,2±1,02 /32,3
МОУ детский сад № 356 Центрального района г. Волгограда	«Детство»	67,39	15,3±1,78 /22,9	28,6±20,3 /43,0	23,3±1,89 /34,1
МОУ детский сад №363 Тракторозаводского района г. Волгограда	«От рождения до школы»	54,54	11,2±1,57 /21,0	24,5±1,89 /44,9	18,6±1,96 /34,1
МОУ детский сад №387 Тракторозаводского района г. Волгограда	«Радуга»	73,73	19,6±1,32 /26,6	32,5±1,42 /44,5	21,7±2,01 /28,9
Среднее значение объема, мин / %		63,94	15,7±1,15 / 24,6	28,0±2,10 /43,8	20,2±1,21 /31,6

У них при этом наблюдается преобладание подвижных игр высокой интенсивности (чаще всего, подвижных игр с прыжками, бегом), используемых на протяжении 28,0±2,10 минут (46%). На игры средней интенсивности (чаще всего,

игры с подскоками и короткими перебежками) тратится $20,20 \pm 1,21$ минут. Для игр низкой интенсивности отводится в среднем $15,7 \pm 1,15$ минут. При этом необходимо отметить, что участвующие в исследовании дошкольные образовательные учреждения проводят образовательную деятельность по различным образовательным программам, поэтому вызывает также интерес, отличается ли интенсивность игровой деятельности у детей в зависимости от реализуемых программ. Результаты исследований, представленные в Таблице 6, демонстрируют временные затраты, связанные с интенсивностью использования подвижных игр в режиме дошкольного образовательного учреждения, опирающиеся на рекомендации различных примерных образовательных программ.

Сравнение временных затрат на применение подвижных игр в дошкольных образовательных организациях, реализующих различные образовательные программы, показывает незначительные отличия друг от друга. Наибольшая вовлеченность в подвижные игры отмечается у дошкольников, занимающихся по программе «Радуга» (73,73 мин), а менее всего (54,54 мин) – у детей, занимающихся по методическим рекомендациям Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы». Данный факт объясняется тем, что в программах, реализуемых дошкольными учреждениями, предлагаемые в режиме дня организационные формы проведения двигательной деятельности носят рекомендательный характер, вследствие чего дошкольным учреждениям предоставляется право на выбор форм работы и объема времени, отводимых на них.

Также необходимо отметить, что в большинстве случаев педагоги дошкольных образовательных учреждений включают в содержание двигательной деятельности подвижные игры средней (43,8 %) и низкой (31,6 %) интенсивности.

Согласно исследованиям Н.В. Елиной, игры «...низкой интенсивности, протекают при ЧСС не более 145 уд/мин, средней – до 160 уд/мин. Они, в значительной степени, ориентированы на развитие общей выносливости и иных физических качеств (гибкости, координационных способностей, быстроты

реакции)». При таких режимах происходит также закрепление техники двигательных действий, что является необходимым для детей старшего дошкольного возраста [58].

В исследованиях отмечается, что сенситивным периодом, когда организм особенно легко поддается воздействию внешних факторов в дошкольном возрасте, является период 4-6 лет [5; 122]. Это время для развития координационных способностей, гибкости, выносливости и отдельных показателей скоростных и скоростно-силовых способностей. Поэтому необходимо использовать игры и игровые задания, выполняемые в зоне высокой напряженности, средний размер ЧСС при выполнении которых находится на уровне 171 уд/мин. Вместе с тем педагоги дошкольных учреждений включают их в содержание двигательной деятельности недостаточно: 26,6 % от общего числа подвижных игр. Одной из вероятных причин такой ситуации может являться отсутствие в реализуемых в ДОО комплексных программах четко сформулированных научно-методических установок и рекомендаций по должной организации, содержанию и целевой направленности командных подвижных игр, используемых в режиме дня, вследствие чего проблема поиска механизма встраивания средств командных спортивных игр в физическое воспитание старших дошкольников является востребованной и актуальной.

Заключение по третьей главе

Старший дошкольный возраст – это период, в ходе которого детский организм готовится к переходу на следующую, более высокую ступень поступательного возрастного развития, подразумевающую более интенсивные физические и интеллектуальные нагрузки.

Анализ данных двигательной подготовленности детей, участвующих в исследовании, выявил значительное число испытуемых, имеющих средний и ниже среднего уровень их проявления. Вместе с тем необходимо отметить, что в соответствии со сведениями общероссийской системы мониторинга состояния

здоровья населения, физического развития ребенка, подрастающего поколения и молодежи все результаты, показанные во время тестирования, находятся в допустимых пределах.

Анализ социально-психологических особенностей развития личности ребенка позволяет заключить, что испытуемые с большим увлечением включаются во взаимоотношения как с взрослыми, так и сверстниками. Им нравится играть со сверстниками, в том числе и в подвижные игры, но как во время продуктивной деятельности, так и двигательно-игровой у них возникают разногласия из-за неспособности найти решение игровой задачи, в том числе двигательной. При этом принятые детьми самостоятельные решения чаще всего носят агрессивный по отношению к сопернику характер.

В рамках дошкольного детства наиболее эффективным средством физического воспитания выступают подвижные игры. Спортивные игры относятся к группе сложных подвижных игр и оказывают сопряженное развивающее и оздоровительное воздействие.

Хронометрирование двигательной деятельности детей в рамках пребывания в дошкольном учреждении указывает, что на протяжении дня старшие дошкольники в подвижных играх задействованы в среднем 63,94 минуты. Сравнение временных затрат на применение подвижных игр в дошкольных образовательных организациях, реализующих различные образовательные программы, показывает незначительные отличия друг от друга.

Рассмотрение показателей частоты сердечных сокращений у старших дошкольников в разнообразных видах организованной деятельности по физической культуре позволяет заключить, что занятия с использованием элементов спортивных игр позволяют обеспечить значительное тренирующее воздействие, что затруднительно сделать в условиях традиционно организованной двигательной деятельности.

Исследование особенностей применения подвижных игр в распорядке дня детского сада обнаруживает, что воспитатели дошкольных учреждений, в целом, применяют подвижные игры в процессе организованной деятельности по

физической культуре в период прогулок и развлечений ребенка. Их цель – закрепление навыков выполнения основных движений, сводя к минимуму элемент соревнования в них, в то время как компоненты соревнования стимулируют ребенка к существенной активности, к проявлению разных волевых и моторных возможностей.

Командные спортивные игры отличаются от подвижных игр технической сложностью, а кроме того устойчивостью игровых правил. Подобные игры включаются в организованную деятельность по физической культуре в дошкольных организациях со старшего дошкольного возраста. Ввиду недостаточного владения техникой командных спортивных игр их применяют в своей практике только 22 % педагогов. Таким образом, методика применения командных спортивных игр в физическом воспитании ребенка старшего дошкольного возраста считается важной и необходимой для детей старшего дошкольного возраста.

ГЛАВА 4 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДИКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМАНДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

4.1 Отбор и систематизация средств спортивных игр, доступных для старших дошкольников

Анализ научно-методической литературы по проблеме физического воспитания дошкольников, результаты собственных исследований, рассмотрение ФГОС ДО показывает, что одним из направлений совершенствования физического воспитания детей дошкольного возраста является изменение вектора использования спортивных игр в дошкольном возрасте с освоения отдельных элементов спортивных игр к созданию у детей начальных представлений о видах спорта и умению играть в них по упрощенным правилам. Это привело к необходимости внесения дополнений в содержание средств физического воспитания, используемых в дошкольных образовательных учреждениях.

Физическое воспитание в дошкольных образовательных организациях осуществляется в рамках ФГОС ДО и строится на основе примерной основной образовательной программы дошкольного образования. Базовый компонент программы составляет основу общегосударственного стандарта и направлен на приобретение двигательного опыта в двигательных действиях, связанных с выполнением основных движений, упражнений, направленных на развитие физических качеств, крупной и мелкой моторики рук, формирование начальных представлений о видах спорта.

Вариативная (дифференцированная) часть программы, предусмотренная стандартом, строится в соответствии с потребностями образовательных организаций, индивидуальными способностями детей и направлена на поддержку основной части программы. Стандарт дошкольного образования ориентирует специалистов дошкольных организаций создавать условия, чтобы научить

дошкольников сотрудничать со сверстниками в различных видах деятельности, сопереживать успехам и неудачам своих товарищей, разрешать конфликтные ситуации. Это становится возможным лишь в коллективных видах деятельности. Поэтому включение в содержание занятий по физическому воспитанию дошкольников командных спортивных игр мы посчитали целесообразным.

Для формирования у дошкольников начальных представлений о видах спорта мы в своем исследовании в содержание образовательного процесса по физической культуре включили такие командные спортивные игры, как гандбол, баскетбол и футбол. Данные спортивные игры, несмотря на внешние различия, имеют некоторые сходные технические элементы: перемещения без мяча, ведение мяча, ловля и передача мяча в баскетболе и гандболе. В футболе все действия с мячом выполняются ногами, но схожесть названий технических приемов (ведение мяча, обводка) позволяет детям легче понимать особенности их выполнения и быстрее осваивать.

Знакомство дошкольников со спортивными играми целесообразно проводить с использованием упражнений и подвижных игр, в основе которых лежат двигательные действия без мяча и с мячом, являющиеся основой техники каждой спортивной игры. Определяя содержание двигательных заданий, мы принимали во внимание рекомендации специалистов дошкольного воспитания для включения разнообразных спортивных игр и упражнений в содержание занятий по физической культуре, а также опирались на требования примерных образовательных программ для детей дошкольного возраста. Анализировали такие элементы спортивных игр, которые являются доступными для освоения дошкольниками и дадут наибольший эффект и результат при решении игровых задач [5; 30; 56; 60; 124; 156]. Освоение детьми трех спортивных игр представляется возможным из-за выявления в них схожих по структуре игровых приемов. В баскетболе – это стойки и перемещения без мяча, ведение мяча, ловля и передача мяча, броски мяча по кольцу, в гандболе – стойки и перемещения без мяча, ведение, ловля и передача мяча, броски по воротам, обводка мяча, в футболе – ведение и обводка, остановка, удары по мячу партнерам и по воротам.

Двигательный опыт, приобретаемый детьми в спортивных играх, можно охарактеризовать как «обширный», так как дети учатся согласовывать движения руками и ногами с выполнением сложных мыслительных операций при решении игровых задач. Основу техники всех спортивных игр (выбранных для включения в содержание эксперимента) составляют различные перемещения, ведение мяча, ловля и передача мяча (руками и ногами) и броски в цель (кольцо или ворота). При этом исключались игровые элементы, связанные с противодействием соперников в борьбе за мяч (Рисунок 1). Выполнение данных игровых действий составляют основные движения: ходьба, бег, бросание, что позволяет решать задачи, поставленные в ФГОС дошкольного образования, и осваиваются детьми с постепенным усложнением от игры к игре.



Рисунок 1 – Общие для спортивных игр технические приемы

При знакомстве детей с основами игры в гандбол, мы выделили игровые приемы, которые в силу физиологических и психологических особенностей доступны дошкольникам для освоения, и на основе которых строится игра в гандбол по упрощенным правилам.

Овладение игровыми приемами начинается с освоения различных перемещений, удержания, ловли и передачи мяча (Рисунок 2). Знакомство с этими приемами происходит одновременно и начинается с удержания мяча. А после того, как дети овладеют ловлей и передачей мяча, переходят к освоению бросков по воротам.



Рисунок 2 – Доступные для дошкольников элементы игры в гандбол

Сначала ловлю мяча выполняют на месте, далее – в движении. Поочередно изменяется и направление переданного для ловли мяча. При этом с самого начала необходимо одинаково уделять внимание передачам левой и правой рукой.

Обучение игре в баскетбол начинают с перемещений, ловли и передачи мяча (Рисунок 3). Знакомство с игрой происходит сначала на месте, далее – с выполнением шагов и ускорений в различных направлениях. Затем выполняют ловлю мяча при встречном движении.

Ознакомление с приемами передачи мяча происходит в следующей последовательности: двумя руками от груди и одной рукой от плеча; двумя руками сверху, одной и двумя руками снизу. Вначале выполняют передачу мяча на месте, далее – после выполнения движения или прыжка.



Рисунок 3 – Доступные для дошкольников элементы игры в баскетбол

При освоении бросков в корзину главная задача – добиться точного попадания. В первую очередь дети знакомились с броском по корзине двумя руками на месте, а по мере закрепления данного умения переходили к освоению этих же приемов в движении.

При обучении ведению мяча ставили цель: научить детей управлению мячом одинаково качественно правой и левой рукой. Знакомство с ведением мяча начинали с выполнения заданий на месте, а в дальнейшем – в движении с изменением направления и темпа.

В основе двигательных заданий для подготовки дошкольников к игре в баскетбол и гандбол, лежат упражнения и подвижные игры, включающие технические приемы данных игр, доступные для выполнения детьми этого возраста (Таблица 10).

Таблица 10 – Доступные для дошкольников двигательные задания на овладение элементами спортивных игр (гандбол, баскетбол)

Игровые приемы	Двигательные задания	
	Упражнения	Подвижные игры
1	2	3
Перемещения	<ul style="list-style-type: none"> - бег приставными шагами с изменением направления - бег по прямой - бег с изменением направления - бег спиной вперед - прыжки на правой и левой ногах - ходьба (шаг новичка, скользящий шаг) - скачок (прыжки толчком одной и двумя ногами) 	<ul style="list-style-type: none"> «Салки с мячом» «Догони партнёра» «Вызов номеров» «Пятнашки»

1	2	3
Ловля мяча	<ul style="list-style-type: none"> - подброс и ловля обеими руками мячей различного размера на месте и в движении (приставными шагами, обычным шагом, легким бегом) с изменением темпа и направления - отбивание мяча об пол одной рукой, стоя на месте и перемещаясь - ловля мяча, с отскоком от стены - ловля мяча в парах - ловля мяча после отскока об пол в парах и тройках 	<ul style="list-style-type: none"> «Мяч в воздухе» «Подбрось-поймай» «Десять передач» «Передал-садись»
Передача мяча	<ul style="list-style-type: none"> - передача мяча в парах на месте различными способами - передача мяча в тройках на месте - передача мяча во встречных колоннах, с последующим перебеганием во встречную колонну - передача мяча в парах, двигаясь по кругу - передача мяча в парах с ударом о пол на месте и в движении 	<ul style="list-style-type: none"> «Защита укрепления» «Мяч среднему» «Не давай мяча водящему» «Мяч навстречу мячу»
Броски мяча по воротам	<ul style="list-style-type: none"> - броски в мишень на стене, расположенную на различной высоте - броски в мишень на полу с различного расстояния; - броски по воротам с места с различных точек площадки - броски мяча по воротам после приема мяча от партнера 	<ul style="list-style-type: none"> «Мяч в обруч» «Выбей мяч из котла» «Перестрелка» «По наземной мишени» «Метко в корзину» «Попади в кольцо» «Без промаха»
Броски мяча в корзину	<ul style="list-style-type: none"> - броски в корзину с места - броски в корзину в прыжке - броски в корзину со штрафной линии - броски в корзину после ведения 	<ul style="list-style-type: none"> «Метко в корзину» «Попади в кольцо» «Без промаха» «Эстафета с ведением мяча и бросками по корзине»

Освоение элементов игры в футбол начинали с овладения различных видов остановок мяча и ударов по мячу (Рисунок 4).

Удары по мячу начинали изучать с выполнения удара носком, далее переходили к освоению ударов внутренней стороной стопы. Одновременно знакомились с особенностями перемещений и остановкой мяча. Вначале эти упражнения выполнялись детьми в парах, в дальнейшем – в тройках и четверках. Удар по неподвижному мячу сочетался с его остановкой подошвой, далее следовали удары по мячу, движущему навстречу, и только после этого переходили к выполнению удара по летящему мячу.



Рисунок 4 – Доступные для дошкольников элементы игры в футбол

Во время игры в футбол по упрощенным правилам дошкольники выполняют действия без мяча (бег, остановки, повороты, прыжки), приемы против игрока с мячом (перехват мяча), а также действие у ворот (преграждение пути мячу противника). Для знакомства с игровыми приемами старшим дошкольникам предлагаются для выполнения задания, построенные на основе технических приемов данной игры (Таблица 11).

Таблица 11 – Доступные для дошкольников двигательные задания на овладение элементами игры в футбол

Игровые приемы	Двигательные задания	
	Упражнения	Подвижные игры
1	2	3
Перемещения	<ul style="list-style-type: none"> - бег с ускорением - бег спиной вперед - бег с изменением направления - бег с ударом по мячу - бег с остановкой мяча 	<ul style="list-style-type: none"> «Пятнашки в тройках» «Пятнашки с раздельного старта» «Догони партнера»
Удары по мячу	<ul style="list-style-type: none"> - удары носком с места по неподвижному мячу в стену - удары по неподвижному мячу носком в парах - удары внутренней стороной стопы по мишени на стене - перебрасывание в парах внутренней стороной стопы - перебрасывание в парах, тройках на различном расстоянии внутренней стороной стопы - удар по катящемуся мячу с продвижением вперед - удар по катящемуся мячу в цель 	<ul style="list-style-type: none"> «Гонка мячей по кругу» «Перестрелка» «Подвижная цель» «Попади в мяч» «Салки с ножным мячом» «Ножной мяч в кругу»

Продолжение таблицы 11

1	2	3
Остановка катящегося мяча	<ul style="list-style-type: none"> - остановка мяча с отлета от стены - остановка мяча с последующей передачей в парах - остановка мяча катящегося в сторону - передача мяча в парах, с предварительной остановкой - бросок мяча о стену и остановка после приземления 	<ul style="list-style-type: none"> «Мяч среднему» «Встречная эстафета с мячом» «Стой!» «Мяч соседу»
Ведение и обводка	<ul style="list-style-type: none"> - ведение мяча по прямой, с различной скоростью попеременно левой и правой ногой - ведение мяча по кругу левой и правой ногой попеременно - ведение мяча по узкому коридору - ведение мяча с последующей передачей партнеру - ведение мяча с внезапной остановкой по сигналу - ведение змейкой - ведение мяча с остановкой и забиванием 	<ul style="list-style-type: none"> «Мотоциклисты» «Старт с мячом» «Эстафета с ведением мяча»

Для приобретения детьми опыта в двигательной, в том числе игровой деятельности, важную роль играет их всесторонняя физическая подготовленность. Для этого применяется широкий круг подготовительных упражнений, направленных на создание предпосылок для овладения детьми основами спортивных игр. Для старших дошкольников в содержание авторской методики мы включили упражнения и подвижные игры, которые в совокупности способствуют развитию скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей и выносливости. Нагрузка в процессе организованной двигательной работы регулировалась по показателям частоты сердечных сокращений, которые раскрывают представление об интенсивности работы и устанавливают интенсивность нагрузки. Основываясь на исследованиях В.К. Велитченко, Н.Н. Васильевой, О.И. Плешаковой, подбор игрового материала для целенаправленного развития физических способностей осуществлялся на основе учета энергетической ценности движений, присущих конкретной игре. В Таблице 12 представлены двигательно-игровые задания, отобранные нами для занятий с детьми дошкольного возраста [26; 106; 139].

Таблица 12 – Двигательные задания для развития физических способностей дошкольников

Направленность воздействия	Упражнения	Подвижные игры	Нагрузка в ЧСС, уд./ мин
1	2	3	4
Скоростные способности	<ul style="list-style-type: none"> - бег с ускорением (рывки) на 5 м с максимальной частотой шагов - бег в среднем темпе (15 с), чередуемый с ускорением - короткие рывки после прыжков, поворотов, остановок, различных сигналов, из различных исходных положений - быстрое переключение от одного действия к другому 	<ul style="list-style-type: none"> «Соревнуются тройки» «Борьба за мяч» «Мы веселые ребята» «Успей поймать» «Бабочки и стрекозы» «Посадка картошки» «Бери и убегай» 	150-170
Скоростно-силовые способности	<ul style="list-style-type: none"> - прыжки на двух ногах с продвижением вперед и на месте - выпрыгивания вверх из полуприседа и приседа - спрыгивание с последующим выпрыгиванием вверх - броски набивного мяча из различных исходных положений - передача мячей различного веса и размера 	<ul style="list-style-type: none"> «Бег по кочкам» «Передача мяча» «Журавли и лягушки» «Попади в цель» «Ловишки с мячом» «Кто сделает меньше прыжков» «С кочки на кочку» 	150-170
Координационные способности	<ul style="list-style-type: none"> -проход по гимнастической скамейке с разнообразных выполнением заданий - прыжки с поворотом на 180°, 270°, 360° - перекаты вперед и назад с дальнейшим выполнением заданий - в парах: один игрок катает мяч, а второй в упоре лежа отбивает его рукой - переменные подскоки на правой и левой ноге - забрасывание мяча в ворота после перекатов вперед и назад - комбинированные упражнения: обегание стоек, преодоление препятствий, перекаты, ведение мяча и др. 	<ul style="list-style-type: none"> «Веселые соревнования» «Проползи не урони» «Подвижная цель» «Сбор урожая» «Удочка» «Бег с обручами» «Эстафеты с лазанием и перелазанием» «Салки на одной ноге» «Невод» 	120-149

1	2	3	4
Выносливость	<ul style="list-style-type: none"> - бег по пересеченной местности (кросс) - равномерный бег до 2 минут - подскоки сериями до 1,5 минут - прыжки через короткую скакалку в течение 15-20 секунд с интервалами отдыха до 1 мин - передача мяча в парах в движении до снижения точности передач 	<ul style="list-style-type: none"> «Быстрая карусель» «Перемена мест» «Найди пару» «Конники-спортсмены» «Поезд» «Перебежки с выручкой» «Ловишки с мячом» 	120-130

Стандарт дошкольного образования ставит перед специалистами дошкольных учреждений задачи, связанные с формированием у детей умения сотрудничать и договариваться со сверстниками в различных видах деятельности. Реализация данных задач возможна через коллективные виды деятельности, а спортивные игры – это игры команд. В них сочетаются два фактора: первый, когда дети подключаются к практической деятельности, развивают физические качества и привыкают работать самостоятельно; второй – получают удовольствие от приятного общения в ходе этой деятельности и учатся регулировать свои эмоциональные проявления. Поэтому мы полагаем, что для решения задач, устремленных на развитие у детей умений осуществлять игровые взаимодействия, необходимо применять двигательные задания двух видов – игры без деления на команды и игры с делением на команды (Таблица 13). Основная задача, которая ставилась в заданиях данной группы – научить детей элементарным взаимодействиям для достижения общей цели.

Игры без деления на команды, которые использовались в экспериментальной методике, характеризуются тем, что все участники в них действуют, учитывая только личные интересы (и в основном одиночно). Следовательно, и успех в игре будет только их личным достоянием, а неудача не отражается на достижениях остальных. При этом у детей не возникает конфликтных ситуаций, что способствует развитию ответственности за свое решение, которое они принимают в игре.

Таблица 13 – Двигательные задания для овладения дошкольниками элементарными игровыми взаимодействиями

Игровые действия	Упражнения	Некомандные подвижные игры	Командные подвижные игры
Действия с передвижением	<ul style="list-style-type: none"> - бег с ускорением в парах на 2-3 м - бег из различных исходных положений в парах и тройках - бег спиной вперед в парах - бег пристанными шагами левым и правым боком группами - бег приставными шагами, чередованием правым и левым боком в парах 	<ul style="list-style-type: none"> «Кто быстрее займет место в круге» «Рывок за мячом» «Гонка мячей» «Дойди - не урони» «Попади в цель» 	<ul style="list-style-type: none"> «Эстафета с прыжками по «кочкам» «Перебежки с прыжками и переменной мест» «Догони партнера» «Кто быстрее»
Действия с перехватом мяча	<ul style="list-style-type: none"> - перехват мяча на месте в тройках - перехват мяча в движении в тройках - перехват мяча во время ведения - перехват мяча после преследования 	<ul style="list-style-type: none"> «Охотники и утки» «Не давай мяча водящему» «Собачка» 	<ul style="list-style-type: none"> «Борьба за мяч» «Не выпускать мяч из круга» «Мяч капитану» «Чья команда скорее?» «Передал - садись»
Действия без мяча у ворот, у кольца	<ul style="list-style-type: none"> - имитация защиты ворот от низколетающих мячей, мячей, летящих на средней высоте и катящихся мячей - в парах – выполнение блокирования во время ведения мяча - в тройках – двое движутся по залу, передавая мяч друг другу, а третий, пытается помешать передавать мяч, ставя «блоки» 	<ul style="list-style-type: none"> «Наперегонки с мячом» «Защити мяч» «Кто забьет больше мячей» 	<ul style="list-style-type: none"> «Защита укрепления» «Наружный заслон» «Догони партнера»
Действия с перехватом мяча в футболе	<ul style="list-style-type: none"> - удары мяча о стену и ловля отскочивших мячей на месте - удары мяча о стену и ловля, с выбеганием вперед - в парах, один игрок ударяет мяч о стену, второй ловит - в тройках – один игрок ударяет мяч о стену, второй ловит его, третий является пассивным защитником 	<ul style="list-style-type: none"> «Через квадрат» «Броски мяча по кругу» «Кто забьет больше мячей» «Кто быстрее» 	<ul style="list-style-type: none"> «Играют все» «Блуждающий мяч» «Одноногие футболисты» «Подвижные ворота»

Совместная деятельность игроков команды в играх с разделением на команды полностью зависит от интересов всего коллектива. Каждый играющий старается выполнять игровые действия в строгом соответствии с задачами, которые ставятся перед коллективом, жертвуя собственными интересами. Это игры-эстафеты, в которых последующие действия игроков являются продолжением усилий предыдущего напарника по команде. Такой вариант предполагает, что неудачные действия одного из игроков могут быть исправлены с помощью дополнительных усилий других участников команды. Это позволяет знакомить детей с понятием «выручить» команду.

Подвижные игры с разделением на команды характеризуются коллективной деятельностью игроков всей команды, которая направлена на достижение результата в соответствии с правилами. Совместные действия в игре с соперниками становятся решающим фактором, который помогает добиться победы. Но детям дошкольного возраста это понять очень сложно. Поэтому, чтобы нивелировать риск возникновения конфликтов между командами играющих, целесообразно командные подвижные игры включать в содержание физического воспитания дошкольников, учитывая особенности взаимоотношений игроков команд [146].

В двигательных заданиях без непосредственного контакта участники каждой команды действуют согласованно, но не могут оказывать непосредственного (прямого) влияния на действия игроков другой команды (например, игры на площадке, разделенной средней линией или сеткой). Важным с педагогической точки зрения является то, что участники каждой команды действуют согласованно между собой, применяя различные варианты взаимодействия.

В подвижных играх с контактным взаимодействием игроков имеет место непосредственный контакт с соперником. Такие игры знакомят детей с умением использовать те или иные технические приемы во внезапно меняющейся игровой ситуации и при наличии сбивающего фактора – активного противника. Это требует от игроков быстрого проявления двигательных умений и способствует

воспитанию эмоционально-волевых качеств. Чтобы детям было легче закреплять освоенные умения, каждая новая игра наслаивалась на предшествующую, хорошо известную. Важно, чтобы в новых играх совершенствовались приобретенные навыки и образовывались новые.

Таким образом, чтобы сделать доступным раннее знакомство дошкольников с командными спортивными играми, которые способствуют коллективной деятельности играющих, средства спортивных игр систематизированы по признакам, позволяющим дошкольникам не только овладеть «школой мяча», но и играть в баскетбол, гандбол и футбол по упрощенным правилам. В основу систематизации была взята концепция положительного переноса двигательного умения при обучении игровым приемам.

Для овладения старшими дошкольниками основами спортивных игр по упрощенным правилам первыми доступными средствами являются двигательные задания (физические упражнения и подвижные игры), которые отбирались в зависимости от преобладающего в них вида движения с целью развития физических способностей.

Спортивные игры – это игры команд, но детям дошкольного возраста еще сложно справляться с эгоистическими чувствами по отношению к сверстникам. В них они видят не товарища по команде, а соперника по владению спортивными предметами и по вниманию педагога. Поэтому двигательные задания подбирались в зависимости от организации играющих: индивидуальные и коллективные.

В каждой командной спортивной игре играющие выполняют определенные роли – нападающий, защитник, вратарь. Поэтому детям приходится использовать игровые приемы в зависимости от их игрового амплуа. Чтобы исключить проявление агрессивности к соперникам, изначально применялись подвижные игры без физического контакта между командами с переходом к играм, где присутствовал непосредственный контакт сторон.

4.2 Содержание методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании старших дошкольников

Значительный резерв увеличения двигательной активности в дошкольном возрасте заложен при использовании командных спортивных игр. При этом у детей развивается чувство сопричастности к реализации общего дела, осваиваются навыки коммуникации, ответственности за достижение общего результата. Поэтому разработка методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании дошкольников является актуальной и востребованной.

Методика, разработанная в рамках диссертационного исследования, содержит целевой блок (принципы, цели и задачи построения обучения, содержание средств), процессуально-деятельностный, включающий в себя формы и методы работы, педагогические условия включения командных спортивных игр в образовательно-воспитательный процесс детского сада, и критериально-оценочный, построенный на основе диагностики эффективности реализуемой методики.

Основу содержания экспериментальной методики составляли двигательные задания, в которых заложены условия для ознакомления дошкольников с командными спортивными играми (гандбол, баскетбол и футбол) и приобретение опыта участия в них.

Применение спортивных игр с разделением на команды в старшем дошкольном возрасте – это организованная деятельность детей, которая происходит и контролируется взрослыми, направленная на получение ребенком опыта участия в спортивных играх по упрощенным правилам и организации самостоятельной двигательной деятельности, в результате которой закладываются основы высокой физической подготовленности и социально-психологического развития детей.

Структура методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании дошкольников представлена на Рисунке 5.

МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМАНДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ЦЕЛЕВОЙ БЛОК

ЦЕЛЬ: Повышение физической подготовленности и показателей социально-психологического развития в ходе освоения детьми элементарных игровых приемов в баскетболе, гандболе и футболе

ЗАДАЧИ

1. Накопление и обогащение двигательного опыта в ходе освоения элементарных приемов командных спортивных игр
2. Развитие физических способностей, необходимых для участия в спортивных играх по упрощенным правилам
3. Формирование умения играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других, побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях

ПРИНЦИПЫ

- ✓ интеграции образовательных областей
- ✓ гармоничности развития личности
- ✓ накопления потенциала социальной активности и толерантности
- ✓ доступности и открытости игры
- ✓ активности
- ✓ позитивной реализации ребенка

ПРОЦЕССУАЛЬНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ БЛОК

СРЕДСТВА

- ✓ элементарные технические приемы баскетбола, гандбола и футбола
- ✓ подвижные игры с использованием элементарных технических приемов спортивных игр
- ✓ командные спортивные игры по упрощенным правилам

МЕТОДЫ

- Психолого-педагогические*
- ✓ словесный (объяснение, убеждение, разъяснение, жесты)
 - ✓ наглядный (показ игровых взаимодействий, упражнений)
- Специфические*
- ✓ строго регламентированного упражнения
 - ✓ расчлененно-конструктивного упражнения
 - ✓ целостного упражнения
 - ✓ частично регламентированного упражнения (игровой, соревновательный)

ФОРМЫ

- ✓ организованная деятельность по физической культуре
- ✓ самостоятельная двигательная деятельность
- ✓ досуги

КРИТЕРИАЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЙ БЛОК

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

КОРРЕКЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА

Рисунок 5 – Методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании старших дошкольников

Содержательная часть методики. Системообразующим фактором педагогического процесса в области физического воспитания выступает цель, которая формулируется как единство трех направлений – оздоровительного, образовательного и воспитательного:

- способствовать улучшению физической подготовленности ребенка;
- учитывая единство в спортивных играх эмоционального и познавательного начал, внутренних и внешних действий, индивидуальной и коллективной деятельности способствовать социально-психологическому развитию личности дошкольника;
- в ходе использования спортивных игр в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста содействовать формированию начальных представлений о спортивных играх, овладению подвижными играми с правилами.

Представленная цель конкретизируется в комплексе задач оздоровительной, образовательной и воспитательной направленности. Именно в таком варианте ребенок будет приобретать необходимый фундамент для всестороннего как физического, так и духовного развития.

Основной задачей применения командных спортивных игр в физическом воспитании детей дошкольного возраста является укрепление здоровья. Одним из показателей физического здоровья человека выступает уровень физической подготовленности, повышение которого зависит от величины развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) и степени владения двигательными умениями и навыками, необходимыми для успешной реализации определенного рода деятельности человека. Таким образом, у детей в ходе участия в спортивных играх создаются условия для повышения уровня развития физических способностей и показателей социально-психологического развития.

Решение образовательных задач направлено на формирование устойчивого интереса к организованной деятельности по физической культуре за счет обеспечения посильности заданий при обучении элементам спортивных игр, успешное освоение которых побуждает детей на проявление более высокой

двигательной активности, формирование устойчивой мотивации к регулярным занятиям физической культурой. В процессе двигательной деятельности необходимо сообщать детям элементарные знания, направленные на освоение элементов техники спортивных игр и элементарных правил соревнований, развивая их интеллектуальные способности, что позволит расширить познавательные возможности и обогатить кругозор.

Воспитательные задачи сосредоточены на воспитании таких социально-психологических качеств, как решительность, настойчивость, честность, смелость.

Разрабатываемая методика встраивается в целостный педагогический процесс и базируется на принципах, отражающих особенности развивающей работы с детьми дошкольного возраста. Взяв за основу принципы организации игровой деятельности, принципы построения физического воспитания детей дошкольного возраста и принципы спортивно-ориентированного физического воспитания, мы в своей работе учитывали следующие:

– принцип интеграции образовательных областей. Данный принцип является ведущим в дошкольном образовании и обязывает дошкольные образовательные учреждения перестроить образовательную деятельность в детском саду на основе синтеза, объединения образовательных областей, который предполагает получение единого целостного образовательного продукта, обеспечивающего формирование интегральных качеств личности дошкольника и гармоничное его вхождение в социум;

– принцип гармоничности развития личности обучающихся, в основе которого лежит понимание, что в процессе использования командных спортивных игр, в процессе физического воспитания следует осваивать этические, нравственные, интеллектуальные, коммуникативные, эстетические ценности физической культуры и спорта;

– принцип увеличения потенциала социальной активности и толерантности. Освоение арсенала ценностей спорта и физической культуры проходит в рамках коллективных занятий, в условиях четко обозначенного регламента выполнения

упражнений в коллективной и индивидуальной формах занятий, при доступно обозначенной для каждого ответственности за успех в коллективных действиях. Здесь проектируются модели единства сотрудничества и соперничества в рамках достижения целей как коллектива, так и отдельной личности. Использование спортивных игр в физическом воспитании следует рассматривать как механизм, обеспечивающий естественные условия формирования сбалансированной социальной активности ребенка, умения честно побеждать и достойно проигрывать, извлекая из неудач необходимый опыт, обеспечивающий грядущие победы;

– принцип доступности и открытости игры определяет свободное участие игроков, и любая игра должна быть понятна и проста для понимания;

– принцип активности – ключевой принцип игровой деятельности, отражающий активную демонстрацию интеллектуальных и физических сил, начиная с подготовки к игре, в ходе игры и в процессе обсуждения полученных результатов;

– принцип позитивного настроения ребенка позволяет создавать в ходе проведения подвижных игр условия для самореализации каждого ребенка [14; 113; 167].

Организация работы по внедрению спортивных игр в содержание процесса по физическому воспитанию детей дошкольного возраста проводилась с учетом перехода от одного вида игр к другому на основе предварительной физической подготовки и психологической готовности дошкольников к участию в играх с элементами спортивных. Всего проведено 42 занятия по физической культуре с применением материала спортивных игр (это – 40 % от общего числа организованной деятельности по физической культуре, что соответствует ФГОС ДО). Для увеличения эффективности применения командных спортивных игр представляется наиболее целесообразным годовой график работы по физическому воспитанию разделить на три взаимосвязанных общими целями и задачами этапа (Рисунок 6).



Рисунок 6 – Годичный цикл по физическому воспитанию дошкольников с использованием командных спортивных игр

1-й этап «Веселый мяч» построен на обучении игре в баскетбол. Учитывая, что дети дошкольного возраста воспринимают учебный материал на уровне эмоций, необходимо создавать условия для мотивирования и получения удовольствия от участия в игре.

2-й этап «Стремительный мяч» направлен на обучение игре в гандбол и формирование навыка совместных игровых действий.

3-й этап «Чемпионики вперед!» способствует обучению детей игре в футбол и развитию интереса к участию в соревнованиях.

Каждый этап представлен тремя частями.

1 часть – общая физическая подготовка. Основная направленность данного периода – всесторонняя физическая подготовленность. Содержание общефизической подготовки составляют упражнения и подвижные игры, способствующие закреплению элементов техники спортивных игр и развитию физических способностей занимающихся.

По мнению многих специалистов, хорошая физическая подготовленность является, в дальнейшем, основой высокой работоспособности во всех видах спортивной, учебной, трудовой деятельности.

Проведение в рамках дошкольных организаций турниров по мини баскетболу, мини гандболу и мини футболу требует от детей постоянной концентрации внимания, выполнения двигательных заданий в быстром темпе и без ошибок. Это достигается при достаточно высоком уровне развития скоростных и скоростно-силовых способностей, а также выносливости.

Развитие высокого уровня координационных способностей является базой для овладения новыми движениями, в которых при обучении элементам спортивных игр на каждом этапе присутствует их значительное количество. Общая физическая подготовка включается в содержание занятий в последовательности, которая постепенно подводит занимающихся к взаимодействию в команде: некомандные игры – командные бесконтактные игры – игры, в которых присутствует соприкосновение соперника. Переход от одного вида игр к другому происходит в случае, если 70% детей полностью придерживаются правил предложенного типа игры. С остальными детьми работа продолжается во время проведения подвижных игр на прогулке.

2 часть – элементарные игровые приемы. Главной задачей является усвоение общей структуры игровых приемов в целом. Игровые действия разучиваются в ходе упражнений, а умение рационально их использовать в постоянно меняющихся условиях происходит в подвижных играх. При этом ознакомление с игровыми действиями происходит изначально в облегченных условиях (уменьшается расстояние, увеличивается кольцо для забрасывания мяча и др.), далее – в стандартных условиях, оговоренных правилами, и наконец, в подвижных играх с включением приемов, выполненных в условиях, где постоянно присутствует сопротивление противника. При этом используется целостный метод с использованием большого числа подводящих упражнений.

3 часть – участие в спортивных играх по упрощенным правилам. Содержание данного периода составляют упражнения и игры, показывающие, как, когда и какой игровой прием целесообразно применять. Используя подвижные игры и спортивные игры по упрощенным правилам, дошкольники на практике закрепляют полученные знания.

Представленные выше средства командных спортивных игр включались в различные варианты организации деятельности по физической культуре:

- организованная деятельность по физической культуре обучающей направленности для ознакомления с новым материалом;
- организованная деятельность по физической культуре смешанного типа, направленная на закрепление ранее освоенных умений и навыков на основе повторения пройденного материала;
- вариативная организованная деятельность по физической культуре, созданная на старом материале, но с применением усложненных вариантов заданий;
- контрольно-проверочная организованная деятельность по физической культуре, в результате которой определяется степень освоения занимающимися пройденного материала, качество его усвоения и количественные результаты за определенный отрезок времени.

На протяжении всего эксперимента в большей степени использовалась организованная деятельность по физической культуре обучающего и смешанного типа, но предлагаемые задания на каждом следующем занятии варьировались и усложнялись на основе положительного переноса двигательного навыка.

Структура организованной деятельности по физической культуре оставалась традиционной, трехчастной. Изменения касались содержания частей. Подготовительная часть имела направленность – повышение мотивации и эмоционального настроения к участию в спортивных играх, активизация внимания детей, подготовка организма к нагрузкам основной части при выполнении упражнений и подвижных игр с элементами перемещений без мяча.

Основная часть начиналась с выполнения упражнений и подвижных игр, которые выполняли функцию основных видов движений и вводились в структуру занятия в определенной последовательности (Рисунок 7).



Рисунок 7 – Последовательность обучения командным спортивным играм детей старшего дошкольного возраста

Формируя умение владеть мячом, детей сначала обучали так выполнять двигательные задачи, чтобы они могли самостоятельно решать, как использовать осваиваемые двигательные действия в различных игровых ситуациях, не опираясь на одобрение педагога.

Согласно технологии построения спортивной тренировки все технические приемы в спортивных играх спортсмены осваивают, используя тот спортивный инвентарь, с которым в дальнейшем будут участвовать в соревнованиях [162; 164; 202]. Воспользоваться данным подходом не позволяет двигательный опыт и развитие физических возможностей детей дошкольного возраста, поэтому мы при начальном разучивании игр с элементами спортивных игр создаем условия, чтобы дети могли не только понять, как выполняются те или иные игровые приемы, но и могли бы их выполнить. Для этого мы изначально предлагали детям мячи разного диаметра и фактуры. В баскетболе использовались детские резиновые мячи D 150 мм, а для участия в игре «Баскетбол по упрощенным правилам» – баскетбольные

мячи №1. В «Гандбол по упрощенным правилам» играли гандбольным мячом №1. Освоение игровых приемов начинали, используя детский резиновый мяч D 125 мм. В футбол дети экспериментальной группы играли детским мячом №2, который используется тренерами для обучения детей в возрасте 4-7 лет. Варьировали расстояние между детьми, практиковали выполнение заданий в медленном темпе, делили двигательные задания на части. По мере овладения детьми техническими приемами мы усложняли варианты освоения действий, подводя их к более трудным заданиям. Например, обучение ведению мяча начинали с ведения мяча различного размера и веса на месте. После того как дети при выполнении заданий на месте не роняли мяч, переходили к ведению в движении.

Упражнения также усложнялись по мере овладения техническими приемами. Например, ведение по прямой проводили изначально с увеличением расстояния, далее выполняли ведение с заданным темпом, под музыку, по ограниченной ширине площадки и др.

Работая в парах, дети дошкольного возраста изначально ориентируются только на свои возможности. Поэтому, чтобы избежать конфликтных ситуаций между детьми, и в тоже время научить точно выполнять двигательные задания, мы моделировали искусственные препятствия и объясняли, как их необходимо преодолевать, не нарушая правила. И только после этого предлагали детям задания в парах, при этом изначально дошкольники выступали на правах партнера, а в дальнейшем и как соперники.

Принимая во внимание тот факт, что максимальная психологическая работоспособность – явление очень непродолжительное, самые сложные задачи, объединенные со сложно координационными действиями, освоением нового материала, решались в начале основной части. Соответственно игры и упражнения, определенные для фиксированного воздействия на развитие основных физических качеств, интегрировались в занятия по физической культуре в установленной последовательности:

- 1) координационные способности – скоростно-силовые качества;

2) скоростно-силовые качества – скоростные способности.

Заключительная часть занятия направлена на осмысление детьми занятия и его эмоциональную оценку. Для этого проводились такие игровые упражнения, как, например, «Что мы видели, не скажем, а что делали – покажем», «Можно-нельзя», «Паутинка» и др.

Использование в воспитательно-образовательном процессе дошкольников командных спортивных игр привело к необходимости определения требований к подбору методов и методических приемов проведения спортивных игр.

Наглядный метод на этапе элементарного разучивания содержания спортивной игры обеспечивает не только демонстрацию техники исполнения набора движений данной игры, но и схемы взаимодействия участников. Участники, получив инструкцию к предстоящей игре от воспитателя, самостоятельно договариваются друг с другом о месте каждого игрока на игровой площадке и распределяют игровые амплуа.

Слуховые методы восприятия способствуют установлению бесконфликтного взаимодействия между детьми в процессе подготовки и проведения игр. Представление спортивных игр производится с использованием как общераспространенных методических приемов (объяснение, описание, рассказ и т.д.), так и инновационных, представляющих собой различные стороны человеческого общения: пантомимика, мимика, жесты.

Использование метода строго регламентированного упражнения крайне эффективно в процессе обучения детей взаимодействию в рамках игры, благодаря возможности точных повторений конкретных игровых ситуаций и дальнейшего разбора игровых ситуаций и действий.

Обучение простым играм в ходе экспериментальной работы проводилось с помощью метода целостного упражнения, при котором детям предлагался для усвоения и запоминания весь технологический контент проведения игры. В ходе постепенного усложнения игр и планомерного введения соревновательных элементов проводилось разучивание по частям методом расчлененно-

конструктивного упражнения. Отдельно освещались действия вратаря, защитников, нападающих и т.д.

Для целенаправленного развития физических качеств в ходе проведения подвижных игр, но, в тоже время, во избежание переутомления детей, использовался метод стандартно-непрерывного упражнения. Число повторения подвижных игр при этом обуславливалось их интенсивностью и формами работы по физическому воспитанию, в которые они включались.

Особенностью игрового метода является «сюжетная» организация, при которой деятельность играющих в старшем дошкольном возрасте планируется в соответствии с условным или образным сюжетом, планом игры, когда предусматривается достижение намеченной цели в условиях постоянного и, зачастую, случайного изменения игровой ситуации. Сюжет специально подбирался из потребностей физического воспитания для того, чтобы детям проще было оценить действия игроков. Игровой метод дает ребенку простор для принятия творческих решений игровых задач, при этом регулярное и незапланированное изменение ситуаций по ходу игры вынуждает решать эти задачи в сжатые сроки и с учетом полной мобилизации двигательного потенциала. Моделирование напряженных межгрупповых и межличностных отношений, усиление эмоционального фона в разнообразных играх создают высокие взаимоотношения в команде, которые выступают, как по типу соперничества (между соперниками в командных и парных играх), так и по типу сотрудничества (между участниками одной команды), когда сталкиваются разновекторные интересы, возникают и впоследствии урегулируются игровые конфликты. Отмеченные условия создают высокий «эмоциональный накал» и содействуют развернутому проявлению этических качеств личности [143].

Главным отличительным признаком соревновательного метода является сопоставление сил в рамках отрегулированного правилами соперничества. Соревновательный метод основан на рационально организованном процессе состязания, при этом дети соревнуются не только друг с другом, но и сами с собой, стараясь повысить свой результат. Во время игр соревновательной

направленности существенно проявляется момент психической напряженности, поскольку регулярно присутствует фактор противодействия. Это способствует созданию особого физиологического и эмоционального фона, усиливающего воздействие физических упражнений и способствующего максимальной демонстрации функциональных возможностей организма. Отмеченные обстоятельства выступают в качестве дополнительного обстоятельства развития у дошкольников двигательных способностей и умения действовать в коллективе играющих в напряженной эмоциональной обстановке.

Социально-психологическое развитие личности дошкольника – один из важных аспектов воспитания в данный возрастной период. Дети еще не умеют контролировать свои эмоциональные переживания и выражают их открыто. И как следствие – возникают разногласия между детьми или в коллективе детей и взрослых. Эмоции – это «центральное звено» психологической жизни человека, и прежде всего ребенка. В процессе исследования были предложены условия, которые необходимо соблюдать педагогу для полноценного развития социально-психологического развития личности дошкольников:

– освоение детьми игровых приемов предполагает включение их в игровую деятельность, которая для снятия возбужденного напряжения должна носить характер командной игры. Так как в условиях острого личного соперничества детям приходится сравнивать себя с товарищем, эмоции захлестывают дошкольника, резко возрастает количество негативной экспрессии в адрес ровесника. В групповых же соревнованиях главным стержнем служат интересы группы, а успех или неудачу делят все вместе, сила и количество негативных экспрессий снижается, ведь на общем фоне группы индивидуальные удачи и неудачи менее заметны;

– в ходе игровых действий должны быть созданы условия для предупреждения агрессивных проявлений и отрицательных эмоций.

Проявление детской агрессивности является признаком внутреннего эмоционального расстройства, скопления негативных переживаний, одного из неудачных способов психологической защиты. Такие дети стараются

использовать любую возможность для того, чтобы толкать, ломать, бить, щипать. При проявлении агрессивных проявлений у ребенка необходимо тщательно проанализировать причины их возникновения и по возможности создать условия для их устранения. При проведении игр с такими детьми необходимо сосредоточить внимание на развитии инициативы, умении устанавливать дружеские отношения, находить решение в конфликтных ситуациях, считаться с мнением партнеров. В ходе подвижной игры с правилами вырабатываются организаторские способности детей, умение спокойно разрешать споры. Общаясь по поводу игры, ребенок сталкивается с необходимостью устанавливать контакты. Подвижные игры используются в работе с агрессивными детьми и с целью избавления от гнева и отрицательных эмоций. Игровые ситуации снижают эмоциональное напряжение у детей, сглаживают проявления тревожности, предупреждают и снижают страхи, повышают самооценку и уверенность в себе.

Особое место среди детских чувств занимают бурные переживания страха и тревожности. Очень часто страх защищает ребенка от излишнего риска, уводит от опасностей, регулирует и строит поведение. Не боящийся ничего, слишком открытый ребенок беззащитен перед лицом жизненных ситуаций. В то же время частые переживания чувства страха, волнения, тревожность влияют на общее и психическое самочувствие ребенка. Поэтому необходимо воспитывать и поддерживать в ребенке состояние свободы и бесстрашия. Использование спортивных игр способствуют воспитанию решительности. Смелость всегда сопряжена с уверенностью ребенка в своих возможностях, способностью преднамеренно преодолевать страх. Она помогает выражать инициативу и активность. В играх дети попадают в ситуации, когда нужно побороть неуверенность, проявить решительность, способность принимать необоснованные решения и вовремя переходить к их выполнению. В играх должны быть обстоятельства, способствующие формированию самоконтроля и произвольности.

Обязательным и сознательным подчинением своего поведения общественным нормам являются дисциплинированность и самоконтроль. Выдержка и самообладание – это умение самоконтроля собственного поведения,

владение собой, своими потребностями. Данные способности предполагают умение избегать действия, которые осознаются как лишние и бесполезные в данных условиях. В ходе игры воспитываются такие качества ребенка, как подчинение общим требованиям, выполнение определенных правил, контроль за своим поведением. В играх должны быть созданы условия, направленные на снятие психоэмоционального напряжения, формирование саморегуляции и развитие эмпатии.

Эмоционально неустойчивые дети часто сильно напряжены, что влечет за собой эмоциональные срывы и потерю чувства саморегуляции. Это проявляется в обострении эмоционального реагирования на происходящее, слезами, обидой или необоснованными приступами смеха. Применение подвижных игр, направленных на формирование саморегуляции, способствует снятию мышечного напряжения и эмоционального возбуждения у детей. В процессе их проведения дети учат управлять своими эмоциями, понимать, что они должны быть адекватны определенной ситуации. Необходимо учить ребенка пользоваться игровой деятельностью как «доктором» своего эмоционального состояния. Нормы поведения в игровых ситуациях возбудимых детей сопровождаются конфликтностью и импульсивностью, неумением разделять функции, придерживаться существующих правил взаимодействия, достигать партнерских взаимоотношений. Они могут проявлять жестокость. У них наблюдается активная ориентировка в выборе игры, которая постоянно сопровождается обращением к старшим за помощью. Несколько по-иному проявляют себя в игре дети обособленные. В этом случае используются игры, ориентированные на специфику общения с застенчивыми, робкими детьми. Поэтому игры должны создавать радостное настроение, вызывать чувство удовольствия, что положительно влияет на развитие дружеских отношений.

При проведении командных спортивных игр желательно начинать игру с приветствия команд, что позволяет детям настроиться на совместную работу, создать доброжелательную атмосферу, установить контакт между участниками.

Заканчивать игры необходимо анализом игровых действий и прощанием, для того, чтобы создать у каждого игрока чувство принадлежности к группе.

Диагностика показателей результативности методики характеризуется рядом качественных критериев, показывающих уровень достижений детей. Основными требованиями к контролю выступают соответствующие параметры: информативность и полнота, наглядность, достоверность и точность, объективность. В ходе экспериментальной работы осуществлялись:

- контрольные тестирования уровня развития физических способностей по диагностическим упражнениям, общепринятым в практике дошкольного воспитания;

- контрольные тестирования социально-психологического развития личности дошкольника;

- перевод результатов, показанных дошкольниками в отдельных тестовых заданиях, в оценки, сформированные на основе шкал.

Разрабатываемая методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей дошкольного возраста предоставляет широкие возможности для самореализации и самовыражения детей на основе требований ФГОС дошкольного образования через взаимодополнение и взаимодействие всех компонентов образовательного процесса.

Образовательная область «Физическое развитие» в дошкольном возрасте является связующим элементом всей системы дошкольного воспитания через интеграцию с ней основных видов деятельности детей. Спортивные игры, включенные в содержание организованной деятельности по физической культуре, располагают большим развивающим потенциалом в плане развития физического и социального в человеке. Экспериментальная методика использования командных спортивных игр в дошкольном возрасте объединяет развитие физических способностей и формирование двигательных умений с образовательной областью «Физическое развитие». При формировании начальных представлений о спортивных играх у детей формируется интерес к

ним, любознательность, активизируется мышление, расширяется словарный запас (Рисунок 8).



Рисунок 8 – Интеграция направлений развития дошкольников в рамках внедрения экспериментальной методики

Командные спортивные игры способствуют развитию общения и взаимодействия, как в самой игре, так и при подготовке к ней. Внезапно возникающие игровые ситуации как внутри команды, так и между командами способствуют развитию находчивости, взаимовыручки, сопереживания, эмоциональной отзывчивости, а также побуждают детей к самооценке и оценке действий сверстников.

Таким образом, разработанная методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей дошкольного возраста предоставляет широкие возможности для повышения уровня двигательной подготовленности и социально-личностного развития занимающихся.

4.3 Изменение показателей физической подготовленности старших дошкольников в ходе педагогического эксперимента

В рамках оценки эффективности авторской методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании старших дошкольников проведен основной педагогический эксперимент. В нем участвовали дети старшего дошкольного возраста, входящие в группы дошкольных образовательных учреждений г. Волгограда: детский сад № 37 (экспериментальная группа) и детский сад № 356 (контрольная группа), численностью 26 человек в каждой из групп.

В экспериментальной группе занятия проводились на основе требований примерной образовательной программы дошкольного образования «Детство» и экспериментальной методики. В контрольной группе содержание занятий опиралось на требования примерной образовательной программы дошкольного образования «Детство» [50].

Поставленная в педагогическом эксперименте цель была увязана с подтверждением предположения о возможности ускоренного развития двигательных способностей при включении командных спортивных игр в воспитательно-образовательный процесс дошкольного учреждения. Начальная оценка уровня развития двигательных способностей между группами, участвующими в эксперименте, не выявила статистически значимых различий (Таблица 14).

Результаты проведенной экспериментальной работы позволили зафиксировать, что у дошкольников обеих групп, участвующих в эксперименте, произошло улучшение показателей, характеризующих сформированный уровень двигательной подготовленности. Но при этом в группе, занимавшейся по разработанной авторской методике, изменения носили более существенный и статистически значимый характер (Таблица 15).

Таблица 14 – Показатели физической подготовленности старших дошкольников до и после эксперимента, $\bar{x} \pm m$

Показатели физической подготовленности	Экспериментальная группа			Контрольная группа		
	до эксперимента	после эксперимента	P	до эксперимента	после эксперимента	P
<i>Скоростные способности</i>						
Бег 10 м с хода, с	3,02±0,05	2,73±0,04	<0,001	3,01±0,03	2,88±0,05	> 0,05
Бег 30 м, с	7,58±0,18	6,78±0,11	<0,001	7,17±0,23	7,27±0,09	> 0,05
<i>Выносливость</i>						
Бег 300м, с	90,52±1,42	86,75±1,00	<0,01	90,92±1,58	88,00±0,97	>0,05
<i>Скоростно-силовые способности</i>						
Метание мяча, м	8,00±0,39	9,18±0,41	<0,05	7,91±0,43	8,34±0,40	>0,05
Прыжок в длину с места, см	107,88±2,27	114,75± 2,27	<0,01	6,15±0,47	7,03±0,41	>0,05
<i>Координационные способности</i>						
Бег 3х5м, с	7,11±0,13	6,17±0,09	<0,001	7,00±0,12	6,42±0,08	<0,001
Тест Бондаревского, с	6,07±0,34	7,45±0,34	<0,01	6,15±0,47	7,03±0,41	>0,05
<i>Гибкость</i>						
Наклон вперед, см	3,60±0,64	4,47±0,40	>0,05	3,52±0,50	3,97±0,48	>0,05
<i>Силовые способности</i>						
Наклон вперед, см	10,45±0,45	12,58±0,34	<0,001	10,60±0,42	11,54±0,42	>0,05

Таблица 15 – Достоверность межгрупповых различий в показателях физической подготовленности старших дошкольников

Показатели физической подготовленности	Период	
	До эксперимента	После эксперимента
Бег 10м с хода, с	P > 0,05	P < 0,01
Бег 30 м, с	P > 0,05	P < 0,01
Бег 300 м, с	P > 0,05	P > 0,05
Бег 3х5 м, с	P > 0,05	P < 0,05
Тест Бондаревского, с	P > 0,05	P > 0,05
Прыжки в длину с места, см	P > 0,05	P < 0,05
Метание, м	P > 0,05	P < 0,01
Наклон вперед, см	P > 0,05	P < 0,05
Динамометрия кисти, кг	P > 0,05	P < 0,05

Среднегрупповой показатель в экспериментальной группе в челночном беге 3х5 м, характеризующем развитие координационных способностей, улучшился на 15,2 % (0,54 с). Представленное изменение результатов статистически достоверно

($p < 0,001$). Рост результатов в контрольной группе тоже указывает на значительное увеличение результатов, составившее 9,0 % ($p < 0,05$), но по итогам эксперимента показатели экспериментальной группы в этом тесте оказались существенно ($p < 0,05$) выше, по сравнению с контрольной.

В тесте Бондаревского среднегрупповой показатель в экспериментальной группе увеличился на 1,8 с, что составило 22,7 %, в контрольной группе произошедшие изменения результатов составляют 14,3 % (0,88 с), эти изменения не являются статистически достоверными.

Существенный прирост в показателях развития скоростных способностей отмечается у испытуемых обеих групп по тестам «бег 30 м» и «бег 10 м». Результаты в беге на 10 м в экспериментальной группе увеличились на 10,6 %, а в контрольной – на 4,6 % ($p < 0,001$ в экспериментальной группе; $p < 0,05$ в контрольной). Полученные среднегрупповые результаты характеризуются как средние.

Показатели в беге на 30 м увеличились в экспериментальной группе на 11,8 % ($p < 0,001$), в контрольной – на 6,1 % ($p < 0,05$), что согласуется с данными М.А. Руновой, Л.И. Волошиной и является закономерным в данный возрастной период, который характеризуется высокими темпами прироста показателей, характеризующих быстроту движений: времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений у детей в период старшего дошкольного возраста [28; 151].

При анализе показателей силы ведущей руки было установлено, что прирост абсолютных показателей в экспериментальной группе составил 20,4 % ($p < 0,001$). В контрольной группе, где занятия проводились по традиционной методике, прирост показателей менее выражен и не является статистически достоверным – 8,9 % ($p > 0,05$). По окончании исследований была отмечена значительная разница в результатах по данному тесту ($p < 0,05$).

Среднегрупповые показатели гибкости в экспериментальной и контрольной группах отличаются незначительным и статистически недостоверным увеличением результатов в обеих группах: 24,1 % и 12,8 % соответственно.

Значительно улучшились показатели развития выносливости (бег на 300 м), у детей экспериментальной группы. Прирост составил 4,3 % при $p < 0,05$, межгрупповых различий не было обнаружено.

Таким образом, анализ показателей физической подготовленности показывает статистически достоверное преимущество детей экспериментальной группы в конце педагогического эксперимента над детьми контрольной в развитии координационных, скоростно-силовых, скоростных способностей и силы рук.

4.4 Влияние экспериментальной методики на социально-психологическое развитие старших дошкольников

Проведенное в начале исследования тестирование социально-психологических особенностей развития личности ребенка-дошкольника не выявило достоверных различий в изучаемых показателях между контрольной и экспериментальной группами ($p > 0,05$), что подчеркивает однородность испытуемых в них (Таблица 16).

Таблица 16 – Показатели социально-психологических особенностей развития личности дошкольника до и после эксперимента, $\bar{x} \pm m$

Показатели физической подготовленности	Экспериментальная группа			Контрольная группа		
	до эксперимента	после эксперимента	P	до эксперимента	после эксперимента	P
Умение действовать по правилам, баллы	10,20±0,71	12,83±0,39	<0,001	10,25±0,75	12,04±0,41	< 0,05
Самооценка в коллективе, баллы	2,79±0,18	3,41±0,22	<0,05	2,87±0,16	3,04±0,17	> 0,05
Оценка межличностных отношений в коллективе, %	40,25±1,56	46,15±1,37	<0,05	40,86±1,87	43,19±1,64	>0,05
Понимание ребенком состояния сверстника, баллы	3,23±0,26	4,19±0,18	<0,001	3,19±0,39	4,60±0,16	<0,05
Тревожность, %	32,25±0,95	26,30±1,27	<0,001	32,83±0,83	30,15±1,09	<0,05

Социально-психологическое развитие во время спортивно-игровой деятельности во многом зависит от способности занимающихся соблюдать дисциплину, степени развития у них чувства дружбы, коллективизма, уважения к спортивным традициям. Анализ данных, полученных в ходе тестирования в экспериментальной и контрольной группах после проведения педагогического эксперимента, выявил определенные изменения в показателях социально-психологического развития личности дошкольника.

Анализ результатов, характеризующих психосоциальное развитие, показывает достоверное превосходство детей экспериментальной группы по окончании эксперимента (Таблица 17).

Таблица 17 – Достоверность межгрупповых различий в показателях социально-психологического развития личности дошкольника

Период	Показатели социально-психологических особенностей развития личности				
	Умение действовать по правилам, балл	Самооценка в коллективе, балл	Оценка межличностных отношений в коллективе, %	Понимание ребенком состояния сверстника, балл	Тревожность, %
До эксперимента	$P > 0,05$	$P > 0,05$	$P > 0,05$	$P > 0,05$	$P > 0,05$
После эксперимента	$P < 0,01$	$P > 0,05$	$P > 0,05$	$P < 0,05$	$P < 0,05$

Рассматривая результаты «Теста тревожности», указывающие на эмоциональное благополучие ребенка, следует отметить снижение индекса тревожности в экспериментальной группе на 22 %, а контрольной – на 8,4 %. Отметим, что, несмотря на изменение в экспериментальной группе итоговых показателей в данном тесте в сторону увеличения с уровнем статистической достоверности 0,01, среднегрупповой результат остался на среднем уровне. Разница между контрольной и экспериментальной группами увеличилась существенно (на 14,6 %, $p < 0,05$).

Умение давать адекватную самооценку и выбрать тот вид деятельности, который будет способствовать ее повышению – важное условие социально-личностного развития детей дошкольного возраста. С помощью теста «Лесенка»

определялась способность к самооценке. В обеих группах на протяжении эксперимента происходило поэтапное увеличение показателей в этом тестовом задании, но более выраженное оно было зафиксировано в экспериментальной группе. Среднегрупповые показатели на первых двух этапах возросли на 10,4 % в экспериментальной и на 4,5 % в контрольной группах. После включения в программный материал экспериментальной группы средств спортивных игр командного вида, где дошкольникам следовало постоянно соотносить собственные действия с действующими правилами игры и механизмами взаимодействия игроков в игре, среднегрупповой параметр вырос на 11,8 %, и по итогам эксперимента общий прирост достиг 22,2 %. Зафиксированный результат (3,41 балла) соответствовал среднему уровню. В контрольной группе рост показателей протекал менее выражено (5,9 %), но, тем не менее, результат по итогам экспериментальной работы также поднялся до среднего уровня (3,04 балла).

Умение точно выполнять задания, предлагаемые детям непосредственно по ходу их выполнения, оценивались в первой части теста «Графический диктант». А способность выполнять его без внешнего контроля – вторая часть методики. По итогам проведения эксперимента среднегрупповой результат дошкольников экспериментальной группы статистически достоверно ($p < 0,001$) отличался от показателей контрольной группы и увеличился относительно исходного уровня на 25,7 %.

Существенный рост среднегруппового результата отмечен в экспериментальной группе в период, когда в физкультурно-оздоровительные мероприятия включались подвижные игры на основе средств с использованием образных заданий-подсказок, слов ведущего, речитативов, которые подавались в процессе выполнения задания, активизируя, таким образом, мыслительные процессы дошкольников.

Изучение темпов прироста результатов в тестовом задании «Понимание ребенком состояния сверстника», показывающем эмоциональное отношение к сверстнику, указывает на то, что дошкольники экспериментальной группы опередили своих сверстников в среднем на 9,8 % ($p < 0,05$). Это объясняется включением в экспериментальную методику игр-соревнований, нацеленных на

увеличение эмоциональных выражений в ходе совместной игровой деятельности. В контрольной группе также происходило постепенное нарастание результатов, но менее выраженное.

Дать оценку действиям детей для всех участников эксперимента оказалось несложным заданием. Среднегрупповой результат и в контрольной, и экспериментальной группах вначале эксперимента соответствовал уровню выше среднего. В ходе опытно-экспериментальной работы в обеих группах наблюдался статистически достоверный прирост показателей: на 16,3 % – в экспериментальной группе и 12,0 % – в контрольной ($p > 0,01$), а полученные результаты остались на том же, выше среднего, уровне.

В результате сравнения полученных результатов экспериментальной и контрольной групп установлено, что участники экспериментальной группы удачнее справились с предложенными тестовыми заданиями. Их среднегрупповые показатели по итогам педагогического эксперимента зафиксированы на более высоком уровне, чем результаты представителей контрольной группы. Наиболее значительный прирост наблюдался в тестовых заданиях, где необходимо было оценить отношение к себе. В тех случаях, когда дошкольникам для исполнения задания надо было опираться на постороннее мнение, эффективность снижалась. При этом дошкольники стали уверенно обозначать свое мнение, а в случае возникновения затруднений – смелее прибегать к помощи сверстников и взрослых.

Заключение по четвертой главе

Проведенные исследования позволяют сделать несколько обобщений. В дошкольном возрасте командные спортивные игры используются недостаточно эффективно. Это обстоятельство, прежде всего, связано с отсутствием методик, позволяющих изменить данную ситуацию.

При реализации экспериментальной методики работа осуществлялась в трех направлениях: оздоровительном, образовательном и воспитательном. При решении воспитательных задач упор делался на развитие у детей интереса к

спортивным играм как основе социально-психологической личности дошкольника.

В основу содержания экспериментальной методики были положены упражнения и подвижные игры, подготавливающие к ознакомлению с особенностями игры в гандбол, баскетбол, футбол, способствующие развитию физических способностей и овладению элементарными игровыми взаимодействиями.

Для достижения наибольшего развивающего эффекта работа с детьми проводилась поэтапно. Эти этапы связаны между собой общими целями и задачами.

Предложенная экспериментальная методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании дошкольников оказалась более эффективной по отношению к существующим подходам, связанным с использованием подвижных игр в педагогическом процессе ДООУ, что отразилось на показателях физической подготовленности и социально-психологического развития личности дошкольника.

ВЫВОДЫ

1. На основе анализа данных научно-методической литературы, нормативно-правовых актов, результатов констатирующего эксперимента установлено, что предпосылками к использованию командных спортивных игр в дошкольном возрасте являются:

- возрастные особенности физического и социально-психологического развития дошкольников;

- значительные развивающие возможности командных спортивных игр;

- требования ФГОС дошкольного образования к формированию начальных представлений о видах спорта;

- недостаточный уровень физической подготовленности дошкольников 6-7 лет: показателей скоростно-силовых способностей (прыжок в длину с места, метание малого мяча) – уровень ниже среднего и низкий имеют соответственно 44,4%, 53,6% детей; скоростных способностей (бег 10 м схода, бег 30 м) – 46,0 %, 43,2%; координационных способностей (челночный бег 3х5 м, тест Бондаревского) – 44,1 %, 47,9 %; гибкости (наклон вперед) – 35,9 %, выносливости (бег 300м) – 43,5 %;

- недостаточный уровень социально-психологического развития дошкольников: наличие выше среднего и высокого уровня показателя тревожности у 28,0 % детей; заниженная (23,6 %) или завышенная (34,1 %) самооценка после их участия в подвижных играх; 14,3% детей относятся к группе «отверженных» и «изолированных»; у 34,6% детей – низкий уровень понимания эмоционального состояния сверстника.

2. Аналитическим путем определено, что для дошкольников 6-7 лет доступными средствами командных спортивных игр являются:

- элементарные технические приемы баскетбола, гандбола и футбола;

- подвижные игры с использованием элементарных технических приемов спортивных игр;

- командные спортивные игры по упрощенным правилам, обеспечивающие условия для формирования умений действовать по правилам, понимать партнера по игре и взаимодействовать в коллективной игре.

Наряду с этим выявлены нерекомендуемые к использованию в работе с дошкольниками элементы спортивных командных игр, связанные с противодействием соперников в борьбе за мяч.

В основе систематизации средств спортивных игр лежит учет воздействия на физическое и социально-психологическое развитие ребенка по признакам: преобладающий вид движений, развитие физических качеств, взаимодействие детей в игре; взаимоотношение игроков соперничающих команд и учет положительного переноса двигательного умения от баскетбола к гандболу и футболу.

3. Разработанная методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста включает целевой, процессуально-деятельностный и критериально-оценочный компоненты.

Особенностями экспериментальной методики являются:

- ориентация на требования Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования к обеспечению личностного развития и интеграции основных направлений развития дошкольника (образовательных областей);

- использование доступных для детей 6-7 лет средств спортивных игр (без элементов, связанных с противодействием соперников в борьбе за мяч), обеспечивающих освоение элементарных технических приемов в баскетболе, гандболе и футболе, формирование умения работать по правилам, понимать партнера по игре и работать в коллективе;

- учет положительного переноса двигательных умений игры в баскетбол, гандбол и футбол.

4. В ходе педагогического эксперимента установлена эффективность авторской методики использования командных спортивных игр в физическом воспитании дошкольников. Она выразилась в более высоком приросте

результатов экспериментальной группы по сравнению с контрольной по показателям физической подготовленности при достоверной разнице результатов:

- *в развитии скоростных способностей* (в беге на 30 м, и 10 м с хода) разница результатов в экспериментальной и контрольной группах на заключительном этапе эксперимента составила 7,2 % и 5,5 % при $p < 0,01$;

- *в развитии силовых способностей* (в тесте «динамометрия кистей рук») среднегрупповой результат в экспериментальной группе по окончании эксперимента превосходил аналогичный показатель контрольной группы на 9,0 % ($p < 0,05$);

- *в развитии координационных способностей* в экспериментальной группе показатели теста «челночный бег 3x5 м» превосходят результаты, показанные детьми контрольной группы на 4,1 % ($p < 0,05$);

- *в развитии скоростно-силовых способностей* (в прыжках в длину с места) на завершающем этапе эксперимента среднегрупповой результат экспериментальной группы детей превосходил аналогичный показатель контрольной на 3,6 % ($p < 0,05$), а в метании малого мяча – на 10,0 % ($p < 0,01$).

Практическая реализация экспериментальной методики позволила улучшить параметры социально-психологического развития личности дошкольников при достоверном превосходстве результатов экспериментальной группы над контрольной:

- *умение действовать по правилам* (показатель, характеризующий возможность детей выполнять не только непосредственные указания взрослого, но и продолжать задание самостоятельно, превосходил аналогичный, показанный детьми контрольной группы, на 6,5 % ($p < 0,01$));

- *понимание состояния сверстника* (результаты теста, отражающего умение видеть и оценивать эмоциональные проявления сверстников в экспериментальной группе превосходили на 9,8 % ($p < 0,05$) показатели контрольной группы);

- *тревожность* (индекс тревожности значительно снизился на завершающем этапе эксперимента в экспериментальной группе. Разница между контрольной и экспериментальной группами увеличилась на 14,6 %, ($p < 0,05$).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Дошкольный возраст представляет собой важнейший жизненный период человека. На протяжении этого временного отрезка происходит становление личности индивидуума, формируется фундамент психического, физического, духовного здоровья и нравственного благополучия детей, наблюдается функциональное развитие всех ключевых систем организма.

По мнению специалистов, использование в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста элементов командных спортивных игр является перспективным с точки зрения содержащихся в них развивающих возможностей, обеспечивающих последовательное повышение уровня физической подготовленности и показателей социально-личностного развития. Вместе с тем, лишь 18 % инструкторов по физической культуре, включая их в содержание организованной деятельности по физической культуре, ставят задачу – овладение элементами спортивных игр. При этом все они отмечают, что такой подход способствует не только овладению детьми действиями со спортивными предметами, но и повышению двигательной активности дошкольников, формированию двигательного опыта, воспитанию таких важных компонентов социально-личностного развития как самостоятельность, самооценка, умение понимать состояние сверстников в процессе общения.

На основании вышеизложенного, а также показателей констатирующего эксперимента, указывающих на недостаточный уровень физической подготовленности и социально-личностного развития дошкольников 6-7 лет, была разработана методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста. В основе отбора двигательных заданий для начального обучения элементам спортивных игр дошкольников лежит выделение действий с мячом и без него, которые составляют основу техники таких спортивных игр – это ведение мяча, перемещение без мяча, передача мяча, броски в цель. Для детей старшего дошкольного возраста – это элементарные технические приемы баскетбола, гандбола и футбола и подвижные

игры, построенные на их содержании, а также командные спортивные игры по упрощенным правилам, обеспечивающие условия для формирования умений действовать по правилам, понимать партнера по игре и взаимодействовать в коллективной игре.

Отобранные для использования в экспериментальной методике средства командных спортивных игр были систематизированы с учетом воздействия на физическое и социально-личностное развитие ребенка по признакам: преобладающий вид движений, развитие физических качеств, взаимодействия детей в игре; взаимоотношение игроков соперничающих команд и учет положительного переноса двигательного умения от баскетбола к гандболу и футболу.

Авторская методика использования командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста включает целевой, процессуально-деятельностный и критериально-оценочный компоненты.

Системообразующим фактором педагогического процесса в области физического воспитания выступает цель, которая формулируется как единство трех направлений – оздоровительного, образовательного и воспитательного и направлена на улучшение физической подготовленности ребенка и его социально-психологического развития; формирование начальных представлений о спортивных играх, овладение подвижными играми, построенными на элементах спортивных игр.

Организация работы по включению командных спортивных игр в содержание физического воспитания дошкольников проводилась с учетом перехода от одного вида игр к другому на основе предварительной физической подготовки дошкольников к участию в спортивных играх. Годичный цикл работы по физическому воспитанию разделен на три взаимосвязанных общими целями и задачами этапа:

1-й этап «Веселый мяч» построен на обучении игре в баскетбол. Учитывая, что дети дошкольного возраста воспринимают учебный материал на уровне эмоций, во время проведения командных спортивных игр необходимо создать

условия для создания мотивации и получения удовольствия от процесса участия в игровой деятельности;

2-й этап «Стремительный мяч» направлен на обучение игре в гандбол и формирование навыка совместных игровых действий;

3-й этап «Чемпионики вперед!» способствует обучению детей игре в футбол и развитию интереса к участию в соревнованиях.

Каждый этап представлен тремя частями.

1 часть – общая физическая подготовка. Основная направленность ее – всесторонняя физическая подготовленность детей.

2 часть – элементарные игровые приемы. Главной задачей является усвоение общей структуры игровых приемов в целом.

3 часть – участие в спортивных играх по упрощенным правилам.

В рамках проведения формирующего эксперимента установлено, что разработанная методика использования спортивных игр в физическом воспитании дошкольников способствует физической подготовленности детей дошкольного возраста и социально-личностному развитию, которые выразились в более высоком приросте результатов в экспериментальной группе по сравнению с контрольной по показателям физической подготовленности и социально-психологического развития дошкольников.

Безусловно, поставленные в проведенном исследовании задачи не решают в полной мере весь спектр проблем, связанных с использованием командных спортивных игр в старшем дошкольном возрасте. В частности, по нашему мнению, необходимо дальнейшее изучение некоторых вопросов, в том числе связанных с поиском новых подходов к более широкому использованию мяча в физическом воспитании детей дошкольного возраста и создания условий для разучивания отдельных игровых элементов спортивных игр в более ранние сроки.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Результаты исследования позволяют сформулировать перечень практических рекомендаций для инструкторов и учителей физической культуры, реализующих физкультурно-оздоровительную деятельность с дошкольниками на основе использования командных спортивных игр в рамках вариативной составляющей программы по физическому воспитанию:

1. Ключевым источником планирования содержания физического воспитания старших дошкольников в дошкольных образовательных учреждениях является рабочая программа, разрабатываемая в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования базовыми принципами использования спортивных игр в образовательном процессе дошкольников (принцип структурного внутреннего единства содержания общеобразовательной программы с вариативной, учетом развития и становления личности дошкольника, принцип единства и противоположности логики учебного предмета «Физическая культура» и логики науки о физической культуре, принцип учета содержательной и процессуальной стороны обучения при формировании и конструировании содержания программы по предмету «Физическая культура», принцип соответствия программного материала фундаментальным основам науки о физической культуре).

2. Механизм регуляции физических нагрузок на физкультурных занятиях в дошкольных образовательных учреждениях с использованием командных спортивных игр (футбол, баскетбол, гандбол) играет определяющую роль в реализации физического потенциала детей, сохраняя и приумножая у них замотивированное отношение к занятиям спортом физической и культурой. При планировании занятий следует ориентироваться на использование здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий физического воспитания, при этом сущность механизма здоровьесбережения заложена в выборе средств командных спортивных игр, которые будут адекватными оперативному и текущему состоянию детей старшего дошкольного возраста.

3. При проведении оценки уровня физической подготовленности дошкольников следует ориентироваться на следующий перечень методических рекомендаций:

- соблюдение гигиенической комфортности процедуры тестирования (соответствующая форма одежды, освещенность, температура и т.д.);
- предварительное обучение дошкольников нюансам техники сложных по координационному исполнению контрольных упражнений и их стимулирование при выполнении тестовых заданий, требующих проявления максимальных или длительных усилий;
- обеспечение положительных эмоций, в том числе на основе применения соревновательного метода;
- создание для всех дошкольников равнозначных времени и условий проведения диагностики.

4. В процессе реализации физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе использования командных спортивных игр следует учитывать ряд технологических и организационно-содержательных аспектов:

- предоставление детям теоретических сведений, способствующих интеллектуальному развитию дошкольников;
- сопряженное и дифференцированное применение всех базовых средств физического воспитания дошкольников: средства гимнастики, широкий арсенал подвижных игр с элементами спортивных игр, позитивный потенциал рационального общего режима дня, учет естественных природных факторов;
- применение в рамках проведения тестовых заданий для оценки уровня физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста различных форм и видов стимулирования, способствующих достижению дошкольниками наивысших результатов;
- учет целевых установок учебно-воспитательного процесса в ходе проведения всех основных организованных форм физического воспитания в ДОУ;
- приоритетное использование командных спортивных игр как основного вида, способствующего становлению и развитию социально-личностных качеств детей дошкольного возраста.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдульманова, Л.В. Культуросообразное пространство становления двигательного опыта детей: Опыт формирования движений детей старшего дошкольного возраста в дошкольном образовательном учреждении / Л.В. Абдульманова. – Germany: LAP LambertAkademikPublishingGmbH and Co. KG, Saarbrücken, 2012. – 132 с.
2. Адашкявичене, Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду / Э.И. Адашкявичене. – М.: Просвещение, 1992. – 160 с.
3. Айсмонтас, Б.Б. Педагогическая психология: схемы и тесты / Б.Б. Айсмонтас. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. – 207 с.
4. Андрианов, М.В. Технология физического воспитания школьников 2 – 4 классов с использованием универсальных средств спортивной борьбы: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Андрианов Михаил Владимирович – Тула, 2016. – 184 с.
5. Андреев, М.М. Развитие физических качеств младших школьников в процессе освоения учебного содержания игры футбол: авт. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Андреев Михаил Михайлович. – Москва, 2011. – 23 с.
6. Арсентьева, В.П. Игра – ведущий вид деятельности в дошкольном детстве: учебное пособие / В.П. Арсентьева. – М.: ФОРУМ, 2012. – 144 с.
7. Артюнина, Г.П. Основы медицинских знаний. Здоровье, болезнь и образ жизни: учебное пособие для студентов педагогических вузов / Г.П. Артюнина, Н.Т. Гончар, С.А. Игнаткова. – Псков: Ред.-изд. отдел ПГПИ им. С.М. Кирова, 2003. – 304 с.
8. Асмолов, А.Г. Психология личности : учебник / А.Г. Асмолов. – М.: МГУ, 1990. – 367 с.
9. Баландин, В.А. Развитие познавательных процессов детей 6-10 лет средствами физического воспитания / В.А. Баландин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2000. – №1. – С.24-26.

10. Бальсевич, В.К. Новые векторы модернизации систем массового физического воспитания детей и подростков в общеобразовательной школе / В.К. Бальсевич [и др.] // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 4. – С. 56-60.

11. Бальсевич, В.К. Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 2-8.

12. Бальсевич, В.К. Теория и технология спортивно ориентированного физического воспитания в массовой образовательной школе / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 5. – С. 50-53.

13. Бальсевич, В.К. Концепция информационно-образовательной кампании по развертыванию национальной системы спортивно ориентированного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных школах Российской Федерации / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2009. – № 1. – С. 11-17.

14. Бишаева, А.А. Физическая культура / А.А. Бишаева. – М.: Академия, 2010. – 272 с.

15. Бобкова, Е.Н. Дифференцированная методика воспитания скоростных способностей у мальчиков 7 – 15 лет с учетом гармоничности их физического развития: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Бобкова Елена Николаевна. – Смоленск: СГАФК, 2006. – 218 с.

16. Боген, М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям: теория и методика / М.М. Боген. – М.: Либроком, 2011. – 200 с.

17. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-Синтез, 2006. – 112 с.

18. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 168 с.

19. Болотина, Л. Р. Дошкольная педагогика / Л. Р. Болотина, Т. С. Баранов. – М.: Культура, 2005. – 240 с.

20. Бондаревская, Е.В. Основные подходы к совершенствованию современного воспитания (личностно-ориентированное воспитание) / Е.В. Бондаревская // Стратегия воспитания в образовательной системе России: подходы и проблемы / под ред. И. А. Зимней. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский сервис, 2004. – С. 131-140.

21. Буковский, В.А. Физиологические основы здоровья и долголетия: теория и практика оздоровительной гимнастики: учебное пособие / В.А. Буковский, К.В. Сухинина. – Иркутск: ИГУ, 2014. – 147 с.

22. Вавилова, Е.Н. – Развитие основных движений у детей 3-7 лет. Система работы / Е.Н. Вавилова – М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2007. – 160 с.

23. Волошина, Л.Н. Играем в футбол / Л.Н. Волошина, Г. Л.Тиунова // Дошкольное воспитание. 2003. – № 1. – С. 45-48.

24. Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет /Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова. – Белгород: Изд-во Белый город, 2013. – 144 с.

25. Волошина, Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников: монография / Л. Н. Волошина. – Екатеринбург, 2004. – 160 с.

26. Выготский, Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка / Л.С. Выготский // Вопросы психологии. – 1996. – № 6. – С. 62-68.

27. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Изд-во «АСТ», 2005. – 671 с.

28. Выготский, Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – М.: Изд-во «Эксмо-Смысл», 2006. – 1136 с.

29. Галимская, О.Г. Формирование двигательного опыта старших дошкольников посредством спортивных игр: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Галимская Ольга Генриховна. – Белгород, 2017. – 195 с.

30. Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология: учебное пособие / М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М. Орлова. – М.: Педагогическое общество России, 2003. – 512 с.

31. Ганов, Е.Н. Методические аспекты становления и пути модернизации физического воспитания детей дошкольного возраста / Е.Н. Ганов // Современные проблемы физического воспитания подрастающего поколения: перспективы и пути решения: сборник мат. с межд. участием науч.-практ. конференции. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2017. – С. 355-359.

32. Гибадуллин, М.Р. Спортивно ориентированное физическое воспитание учащихся 5 – 6 классов на основе лыжной подготовки: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Гибадуллин Марат Рустамович. – Набережные Челны, 2010. – 171 с.

33. Глазырина, Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: программа и программные требования / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2000. – 144 с.

34. Глазырина, Л.Д. Физическая культура – дошкольниками. Средний возраст: пособие для педагогов дошкол. учреждений / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2000. – 304 с.

35. Глазырина, Л.Д. Физическая культура – дошкольниками. Старший возраст: пособие для педагогов дошкол. учреждений / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2000. – 264 с.

36. Глушкова, Г. В. Иллюстрированная картотека подвижных игр и игровых упражнений: для формирования двигательного опыта у детей 5-7 лет : 48 карточек / Г.В. Глушкова. – М.: Линка-пресс: Обруч, 2016. – 48 отд. л..

37. Голубева, Г.Н. Формирование активного двигательного режима ребенка (до 6-ти лет) средствами физического воспитания в основные периоды адаптации к условиям среды: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Голубева Галина Николаевна. – Малаховка, 2008. – 47 с.

38. Горелов, А.А. Проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста и подходы к их решению / А.А. Горелов [и др.] // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2002. – № 4. – С. 50-53.

39. Гориневский, В.В. Физические упражнения соответствующие данному возрасту / В.В. Гориневский. – СПб., 1916. – 13 с.

40. Горькова, Л.Г. Сценарий занятий по комплексному развитию дошкольников / Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова. – М.: ВАКО, 2005. – 148 с.

41. Гросс, К. Душевная жизнь ребенка / К. Гросс. – Киев, 1916. – 242 с.

42. Грядкина, Т.С. Педагогические условия оптимизации обучения детей 6-го года жизни основным движениям в детском саду (прыжки, метание, лазание): автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Грядкина Татьяна Сергеевна. – Ростов н/Д, 1991. – 19 с.

43. Губа, В.П. Инновационные методы физической культуры / В.П. Губа, Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2008. – 146 с.

44. Гуськов, С.И., О физическом воспитании дошкольников в зарубежных странах / В.П.Гуськов, Е.И. Дегтярева // Физкультура и спорт, 2008. – №4. – С. 22-25.

45. Давыдов, В.Ю. Методика проведения общероссийского мониторинга физического развития и физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ, ссузов, вузов: Учебно-методическое пособие / В.Ю. Давыдов, А.И. Шамардин. – Волгоград: Изд-во ВолГУ, 2004. – 92 с.

46. Дворкина, Н.И. Система формирования базовой личностной физической культуры ребенка на этапах дошкольного онтогенеза: дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Дворкина Наталья Ивановна. – Майкоп, 2015. – 448 с.

47. Дворкина, Н.И. Физическое воспитание детей 5-6 лет на основе подвижных игр, дифференцированных по преимущественному развитию физических качеств: методическое пособие / Н.И. Дворкина, Л.И. Лубышева. – М.: Советский спорт, 2007. – 80 с.

48. Дворкина, Н.И. Интегративное развитие физических и интеллектуальных способностей дошкольников подготовительной группы / Н.И. Дворкина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – № 6. – С. 28-31.

49. Демидова Е.В. Физкультурно-оздоровительная работа в условиях прогимназии. – Краснодар: Краснодарские известия, 2001. – 154 с.

50. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2014. – 280 с.

51. Драговоз, Л.А. Педагогические условия обучения старших дошкольников двигательным действиям: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Драговоз Лидия Анатольевна. – Челябинск, 2003. – 20 с.

52. Елина, Н.В. Методика уроков физической культуры в начальных классах на основе упорядоченного использования подвижных игр: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Елина Наталия Владимировна. – Коломна, 2008. – 189 с.

53. Ермакова, Ю.Н. Влияние элементов игры в футбол на психическое развитие детей старшего дошкольного возраста / Ю.Н. Ермакова // Сборник трудов II Межвузовской научно-методической конференции. – М.: Шуя: ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – С. 47-49.

54. Ермакова, Ю.Н. Методика физкультурных занятий с детьми 5-7 лет на основе использования элементов игры в футбол: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04/ Ермакова Юлия Николаевна. – Шуя, 2010. – 182 с.

55. Ермолаев, Ю.А. Возрастная физиология/ Ю.А.Ермолаев. – М.: Спорт Академ Пресс, 2007. – 443 с.

56. Ефименко, Н.Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве / Н.Н. Ефименко. – М.: Дрофа, 2014. – 288 с.

57. Журавлева, А.Ю. Комплексная методика обучения дошкольников 3-6 лет основам тенниса: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Журавлева Анна Юрьевна. – М., 2014. – 24 с.

58. Завьялова, Т.П. Методика использования средств туризма в физическом воспитании детей 6-7 лет в дошкольном образовательном учреждении: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Завьялова Татьяна Павловна. – Омск, 2000. – 172 с.

59. Зедгенидзе, В.Я. Предупреждение и разрешение конфликтов у дошкольников: пособие для практических работников ДОУ / В.Я. Зедгенидзе. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2009. – 112 с.

60. Золотов, В.Н. Физическое воспитание детей старшего дошкольного возраста с применением элементов синхронного плавания: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Золотов Владимир Николаевич. – Набережные Челны, 2009. – 136 с.

61. Иванова, В.А. Методика развития психофизических качеств детей 6-7 лет с детским церебральным параличом средствами спортивных игр: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Иванова Виктория Алексеевна. – Хабаровск, 2011. – 27 с.

62. Ивасева, О.В. Дифференцированная физическая подготовка детей 4-6 лет: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ивасева Ольга Владимировна. – Краснодар, 2006 – 186 с.

63. Игнатъева, В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: Методическое пособие / В.Я. Игнатъева, И.В. Петрачева. – М.: Светский спорт, 2004. – 216с.

64. Ильясов, Р.Р. Сущность игры: онтологический и гносеологический анализ: монография / Р.Р. Ильясов. – Уфа: Гилем, 2005. – 166 с.

65. Калиниченко, А.В. Развитие игровой деятельности дошкольников: методическое пособие / А.В. Калиниченко, Ю.В. Микляева, В.Н. Сидоренко. – М.: Айрис-Пресс: Айрис дидактика, 2004. – 106 с.

66. Каменская, В.Г. Детская психология с элементами психофизиологии: учебное пособие / В. Г. Каменская. – М: ФОРУМ – ИНФРА-М, 2005. – 288 с

67. Катранов, А.Г. Компьютерная обработка данных экспериментальных исследований: учебное пособие / А.Г. Катранов, А.В. Самсонова ; С.-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург: [б. и.], 2005. – 131 с.

68. Киселева, Т.Г. Социально-культурная деятельность / Т.Г. Киселева, Ю.Д. Красильников. – М.: Московский государственный университет культуры и искусств, 2004. – 198 с.

69. Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учебное пособие / Н.Н. Кожухова [и др.]. – М.: Академия, 2002. – 320 с.

70. Кожухова, Н.Н. Методика физического воспитания и развития ребенка / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 352 с.

71. Козин, Е.А. Дифференцированная методика физического воспитания старших дошкольников различных соматотипов на основе применения средств спортивной акробатики: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Козин Евгений Александрович. – Хабаровск, 2008. – 175 с.

72. Козырева, О.В. Спортивное воспитание детей дошкольного возраста (концепция и методика): монография. – Москва: Гуманитарный центр «СпАрт» Российской гос. академии физической культуры; Воронеж: Воронежский государственный университет, 2002. – 405 с.

73. Козырева, О.В. Спортивное воспитание детей дошкольного возраста в системе их гуманитарного воспитания: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Козырева Ольга Владимировна. – М., 2002. – 50 с.

74. Козырева, О.В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников / О.В. Козырева. – М.: Просвещение, 2007. – 308 с.

75. Коломийцева, Н.С. Комплексная методика развития физических качеств дошкольников (педагогика оздоровления): учебно-методическое пособие для воспитателей и работников по физической культуре детских дошкольных учреждений (ДДУ) / Н.С. Коломийцева, А.Я. Ханжиева – Майкоп: Изд-во АГУ, 2010. – 174 с.

76. Коломийцева, Н.С. К вопросу об использовании элементов спортивных игр при организации занятий физической культурой с детьми дошкольного возраста / Н.С. Коломийцева, Н.Х. Кагазежева, Н.В. Доронина // Здоровье - основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2014. – Т. 9. – № 1. – С. 270-271.

77. Коломыченко, С. С. Обогащение двигательного опыта дошкольников в играх со скакалками / С.С. Коломыченко, С. Ермакова // Дошкольное воспитание. – 2016. – № 6. – С. 53-59.

78. Коломинский, Я.Л. Социально-психологический анализ конфликтов между детьми в игровой деятельности / Я.Л. Коломинский, Б.П. Жизневский // Вопросы психологии. – 1990. – № 2. – С. 35-42.

79. Константинова, Е.А. Оценка двигательного развития детей старшего дошкольного возраста с учетом коммуникативного компонента / Е.А. Константинова // Вестник Сибирского института бизнеса и информационных технологий. – 2016. – №2 (18). – С.133-137.

80. Крикунова, М.А. Мотивация занятий физической культурой и спортом: методическое пособие / М.А. Крикунова, Е.Г. Саламатова, Т.В. Корсакова. – Саратов: Наука, 2010. – 43 с.

81. Крылова Т.А. Чувства всякие нужны, чувства всякие важны. Программа эмоционально-волевого развития детей 4-5 лет / Т.А. Крылова, А.Г. Самарокова. – СПб: Речь; М.: Сфера, 2011. – 139 с.

82. Кудрявцева, Е.А. Социально-нравственное развитие старших дошкольников в коллективных взаимоотношениях: учеб. метод. пос. Рекомендовано УМО по специальностям педагогического образования / Е.А. Кудрявцева, Е.А. Киянченко. – Борисоглебск, 2008. – 169 с.

83. Кузнецов, П.К. Гуманистические ценности массового спорта как средство формирования всесторонне развитой личности / П.К. Кузнецов // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2012. – № 15. – С. 164-169.

84. Кук, М. 101 упражнение для юных футболистов: возраст 12-16 лет / Малькольм Кук; пер. с англ. Л. Захорович. – М.: АСТ: Астель, 2007. – 128 с.

85. Курысь, В.Н. Образование детей дошкольного возраста в области физической культуры / В.Н. Курысь. – Germany: LAP Lambert Akademik Publishing GmbH and Co. KG, Saarbrücken, 2012. – 222 с.

86. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие / Б.Х. Ланда. – 3-е изд., испр. и доп. – Москва: Советский спорт, 2006. – 208 с.

87. Лебедева, Л.В. Физическое воспитание дошкольников / Л.В. Лебедева, М.М. Борисова. – М.: ООО «АКАпринт», 2005. – 280 с.

88. Лебедева, Н.Т. Профилактическая физическая культура для детей / Н.Т. Лебедева. – Минск: Высшая школа, 2004. – 86 с.

89. Лесгафт, П.Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение / П.Ф. Лесгафт. – М.: Либроком, 2010. – 216 с.

90. Лысенко, В.В. Математическая статистика в физическом воспитании и спорте / В.В. Лысенко, В.А. Долгов. – Краснодар: КГАФК, 1995. – 126 с.

91. Лубышева, Л.И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 4. – С. 11-13.

92. Лубышева, Л.И. Технология реализации инновационных проектов совершенствования систем физического воспитания на региональном уровне / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 2-6.

93. Лубышева, Л.И. Физическая и спортивная культура: содержание, взаимосвязи и диссоциации / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С.11-14.

94. Лубышева, Л.И. Организация и содержание спортивно ориентированного физического воспитания учащихся 5-х классов общеобразовательных школ на основе дзюдо / Л.И. Лубышева, К.В. Чедов. – Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 5. – С. 10-15.

95. Магомедов, А.М. Возможности использования подвижных игр с элементами ориентирования в процессе физического воспитания дошкольников / А.М. Магомедов, Б.М. Каялов, М.С. Бараданов. – Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2016. – № 48. – С.268-272.

96. Маланов, С.В. Развитие умений и способностей у детей дошкольного возраста: теоретические и методические материалы / С.В. Маланов. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж МОДЭК, 2001. – 160 с.

97. Маньчук, А.С. Использование элементов спортивных игр на занятиях с детьми старшего дошкольного возраста в условиях детских дошкольных учреждений / А.С. Маньчук, А.Б. Курмель, В.П. Навойчик / Спортивные игры в физическом воспитании и спорте: Материалы международной научно-практической конференции – Смоленск, 2011. – С.145-150.

98. Мануйлова, В.А. Формирование здорового образа жизни средствами физического воспитания у детей дошкольного возраста / В.А. Мануйлова. – Барнаул: БГПУ, 2006. – 129 с.

99. Матвеев, А.П. Методика физического воспитания в начальной школе / А.П. Матвеев. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 248 с.

100. Маттис, О.И. Обогащение двигательного опыта в играх с предметами // Вопросы дошкольной педагогики. – 2017. – №2. – С. 65-66.

101. Матюхина, М.В. Развитие личности и познавательных процессов в младшем школьном возрасте: учебное пособие / М.В. Матюхина, С.Б.Спиридонова. – Волгоград: Перемена, 2005. – 134 с.

102. Махинова, О.В. Эмоции в жизни человека. Значение спорта в воспитании чувств и эмоций / О.В. Махинова, И.Е.Мяснева, Д.А. Повалюхина //Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2015. – № 8-2. – С. 154-157.

103. Мельников, Д.А. Эффективность спортивно ориентированного физического воспитания учащихся 9-11 классов на основе туристского многоборья: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Мельников Дмитрий Анатольевич. – Набережные Челны, 2009. – 160 с.

104. Мельникова, Ю.А. Методика физической подготовки детей дошкольного возраста, занимающихся футболом / Ю.А. Мельникова, Н.К. Мельников // Человек. Спорт. Медицина. – 2017. – Т.17. – №2. – С.81-88.

105. Михайленко, Н.Я. Игра с правилами в дошкольном возрасте / Н.Я. Михайленко, Н.А. Короткова. – Екатеринбург: Деловая книга, 1999. – 175 с.

106. Микляева, Н.В. Дошкольная педагогика. Теория воспитания / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 208 с.

107. Микляева, Н.В. Физическое развитие дошкольников. Ч.1. Охрана и укрепление здоровья / Н.В. Микляева. – М.: Творческий центр Сфера, 2015. – 144 с.

108. Микляева, Н.В. Физическое развитие дошкольников. Ч.2. Формирование двигательного опыта и физических качеств. Соответствует ФГОС ДО / Н.В. Микляева. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 176 с.

109. Мирахмедов, Ф.Т. Двигательная активность и здоровье / Ф.Т. Мирахмедов, Г.О. Абдураимова // Молодой ученый. – 2017. – №2. – С. 266-269.

110. Митрофанова, Г.Н. Особенности проведения занятий по физическому воспитанию с детьми старшего дошкольного возраста в современных условиях / Г.Н. Митрофанова, Я.А. Политаева // Развитие современного образования: теория, методика и практика: материалы VII Междунар. науч.-практ. конф. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2016. – № 1 (7). – С. 137-139.

111. Мониторинг в детском саду: научно-методическое пособие. – СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 592 с.

112. Мудрик, А.В. Социальная педагогика: учеб. для студ. пед. вузов / под ред. В.А. Сластенина. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 200 с.

113. Мухина, М.П. Возрастные особенности развития основных движений, физических качеств и функционально-двигательных способностей детей дошкольного возраста в условиях направленного физического воспитания / М.П. Мухина, А.А. Кравчук // Вестник Томского государственного университета. – 2011. – № 343. – С. 10-15.

114. Мухина, М.П. Формирование двигательных способностей детей дошкольного и младшего школьного возраста в условиях комплексного физического воспитания / М.П. Мухина // Физическая культура, спорт-наука и практика. – 2017. – №3. – С.14.

115. Немов, Р.С. Психология: учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений: в 3 кн. Психология образования / Р.С. Немов. – Кн. 2. – 2-е изд. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 496 с.

116. Никоноров, В.Т. Педагогические условия формирования школы мяча в физическом воспитании детей 6-7 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01, 13.00.04 / Никоноров Валерьян Терентьевич. – Чебоксары, 2008. – 21с.

117. Новикова, Г.Н. Технологические основы социокультурной деятельности / Г.Н. Новикова. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МГУКИ, 2010. – 158 с.

118. Ноткина, Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста / Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович. – СПб: Детство-Пресс, 2000. – 210 с.

119. Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ / СЗ РФ. – 2011. – Ст. 1234. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70291362/#ixzz3usC7ltK1> (дата обращения: 20.05.2018).

120. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования [Электронный ресурс]: приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/70512244/> (дата обращения: 22.05.2018).

121. Обухова, Л.И. Педагогические условия обогащения самостоятельной двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста / Л.И. Обухова // Педагогический опыт: теория, методика, практика: материалы X Междунар. науч. практ. конф. (Чебоксары, 22 янв. 2017 г.). В 2 т. Т. 2 / ред.кол.: О.Н. Широков [и др.] – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2017. – № 1 (10). – С. 105-108.

122. Оверчук, Т.И. Здоровье и физическое развитие детей в ДОУ: проблемы и пути оптимизации Материалы Всероссийского совещания / Т.И. Оверчук.– М: Гном и Д, 2001. – 171 с.

123. Палагина, Н.Н. Психология развития и возрастная психология / Н.Н. Палагина. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2005. – 288 с.

124. Панферов, В.Н. Основы психологии человека: учебное пособие / В.Н. Панферов, А.В. Микляева, П.В. Румянцева. – СПб: Речь, 2009. – 432с.

125. Петренкина, Н.Л. Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Петренкина Наталия Леонидовна. –СПб, 2004. – 157 с.

126. Петухов, С.И. Формирование здоровья и развитие младших школьников в системе физического воспитания: теория и практика / С.И. Петухов. – Новокузнецк, 2000. – 107 с.

127. Плешакова, О.И. Планирование физической нагрузки с учетом сезонных «зон риска» здоровью детей старшего дошкольного возраста: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Плешакова Ольга Ивановна. – Волгоград, 1998. – 187 с.

128. Погребная, Е.А. Танцевально-двигательная подготовка как фактор модернизации содержания физического воспитания детей 5-6 лет: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Погребная Елена Анатольевна. – Краснодар, 2003. – 21 с.

129. Погребак, Ю.Б. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов у девочек 3-6 (7) лет, с помощью подвижных игр, занимающихся художественной гимнастикой / Ю.Б. Погребак // Дошкольное образование в стране и мире: исторический опыт, состояние и перспективы: Материалы международной научно-практической конф. – Пенза; Москва; Витебск, 2012. – С. 16–18.

130. Подпрограмма «Развитие дошкольного и общего образования» государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2019-2025 годы от 26 декабря 2017 года № 1642 [Электронный ресурс]. – Режим

доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_286474/ (дата обращения: 15.10.2018)

131. Попов, А.Л. Спортивная психология: учебное пособие / А.Л. Попов. – М.: Флинта, 2000. – 152 с.

132. Постановление Правительства РФ от 29 декабря 2001 г. № 916 «Общероссийская система мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодёжи» // <http://base.garant.ru/12125274/> (дата обращения: 12.06.2018)

133. Потопчук, А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников / А.А. Потопчук, Т.С. Овчинникова. – СПб: Речь, 2002. – 186 с.

134. Правдов, М.А. Особенности организации двигательной и познавательной деятельности детей / М.А. Правдов. – М.: Канон+, 2006. – 184 с.

135. Правдов, М.А. Влияние занятий на основе использования элементов игры в футбол на развитие координационных способностей у детей 5-7 лет / М.А. Правдов, Ю.Н. Ермакова, Д.М. Правдов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 5 (63). – С. 83-87.

136. Распоряжение Правительства РФ от 7 августа 2009 года № 1101-р «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/activities/federal-programs/2/26363/> (дата обращения: 24.09.2018).

137. Раевский, Р.М. Спортизация физического воспитания как проблема современности / Р.М. Раевский. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 478 с.

138. Решетов, Д.В. Методика использования подвижных игр в физическом воспитании старших дошкольников с акцентом на формирование социальной активности: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Решетов Денис Владимирович. – Волгоград, 2010. – 172 с.

139. Родионов, А.В. Психология физической культуры и спорта / А.В. Родионов. – М., 2010. – 204 с.

140. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – 2-е изд. (1946г.). – СПб: 2002. – 720 с.

141. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду: пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей / М.А. Рунова. – М.: Мозайк-Синтез, 2000. – 256 с.

142. Сабуркина, О.А. Влияние подвижных игр с элементами гимнастики на морфофункциональные показатели детей дошкольного возраста. / О.А. Сабуркина, Л.Г. Гаврилова, В. А. Овчаров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013.-№12(106). – С.53-55.

143. Сабуркина, О.А. Методика использования спортивных игр в физическом воспитании детей дошкольного возраста. / О.А. Сабуркина, М.А. Вершинин, Н.В. Финогенова // Фундаментальные исследования. - 2015.-№2.- С.1289-1293.

144. Сабуркина О.А. Физическое воспитание старших дошкольников на основе использования средств спортивных игр. / О.А. Сабуркина, М.А.Вершинин, Н.А. Финогенова // Теория и практика физической культуры. – 2017. - №6. – С.57-58.

145. Сабуркина О.А. Взаимосвязь морфофункциональных показателей детей 4-6 лет, принимающих активное участие в подвижных играх с элементами гимнастики / О.А. Сабуркина, Л.Г. Гаврилова, В.А. Овчаров //Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. - №4(158). – С.56-60.

146. Самусенков, О.И. Педагогическая технология реализации социально-культурного потенциала игровых видов спорта в работе с юными спортсменами: На примере футбола: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Самусенков Олег Иосифович. – М., 2000. – 27 с.

147. Седых, Н.В. Инновационные аспекты в области дошкольного физического воспитания и здоровья [Электронный ресурс]. – 2016. – Режим доступа: <https://mybook.ru/author/n-sedyh/innovacionnye-aspekty-v-oblasti-doshkolnogo-fizich/>

148. Седых, Н.В. Педагогическая система формирования основ здорового образа жизни детей в дошкольных образовательных учреждениях: дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Седых Нина Викторовна – Волгоград, 2006. – 393 с.

149. Селевко, Г.К. Энциклопедия образовательных технологий / Г.К. Селевко. – М.: Народное образование, 2005. – 556 с.

150. Смирнова, Е.О. Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах / Е.О. Смирнова. – М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998. – 256 с.

151. Смирнова, Е.О. Влияние условий воспитания на становление нравственных качеств дошкольника (на материале анализа вальдорфской педагогики) / Е.О. Смирнова // Прикладная психология. – 2001. – № 2. – С. 71-78.

152. Соловьева, И.А. Теория и практика на уроках физической культуры / И.А. Соловьева // Физическая культура в школе. – 2003. – № 8. – С. 23-24.

153. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная, Возрастная: учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М.: Спорт, 2015. – 620 с.

154. Сочеванова, Е. А. Вариативность содержания региональной программы по физической культуре дошкольников (на примере Санкт-Петербурга): автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Сочеванова Елена Арнольдовна. – Санкт - Петербург, 2006. – 23 с.

155. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учебное пособие для студентов педагогических вузов / Б.В. Куприянов, Е.А. Салина, Н.Г. Крылова, О.В. Миновская ; под ред. А.В. Мудрика. – Москва : Академия, 2004. – 240 с.

156. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк [и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 520 с.

157. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Э.Я. Степаненкова. – 2-е изд., испр. – Москва: Академия, 2006. – 364 с.

158. Степанов, А.Я. Обучение технике баскетбола студентов, специализирующихся по модулю «Баскетбол»: учеб.-метод. пособие / А.Я. Степанов, А.В. Лебедев; Владим. гос. ун-т им. А.Г. и Н.Г. Столетовых. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2015. – 80 с.

159. Столяров В.И. Теоретическая концепция спортивно-гуманистического воспитания детей и молодежи // Гуманистическая теория и практика спорта. – Вып. 3. – СПб. – М. – Сургут: МГИУ, 2000. – С. 21-79.

160. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. – Москва: Сфера, 2005. – 176 с.

161. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / С.О. Филиппова [и др.]; под ред. С.О. Филипповой. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 304 с.

162. Тоцкая, Е.Н. Направленное воздействие подвижных игр на развитие коммуникативных способностей детей старшего дошкольного возраста: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Тоцкая Елена Николаевна. – Волгоград, 2011. – 165 с.

163. Тур, А.Ф. Анатомо-физиологические особенности детского возраста // Руководство по педиатрии. – Т.1. – М., 1960. – С. 136-146.

164. Усова, А. П. Об организации обучения дошкольников [Текст] / А.П.Усова. – М., 2009. – с. 56-58.

165. Усаков, В.И. Педагогический контроль в физическом воспитании дошкольников: Учебное пособие / В.И. Усаков. – Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2011. – 84 с.

166. Федорова, С.Ю. Теоретико-методологические и социально-педагогические основы развития психомоторной одаренности у детей дошкольного возраста / С.Ю.Федорова // Развитие детской одарённости в условиях современного образования: монография / под общ.ред. Н.В. Лалетина. – Красноярск: ООО «Центр информации», ЦНИ «Монография», 2013. – С. 37-53.

167. Фельдштейн, Д.И. Глубинные изменения современного детства и обусловленная ими актуализация психолого-педагогических проблем развития образования / Д.И. Фельдштейн // Вестник практической психологии образования. – 2011. – № 4. – С. 3-12.

168. Финогенова, Н.В. Методика формирования произвольного поведения у детей старшего дошкольного возраста на занятиях по физическому воспитанию в процессе подготовки к обучению в школе: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Финогенова Наталья Валентиновна. – Волгоград, 1999. – 174 с.

169. Финогенова, Н.В. Построение физического воспитания детей дошкольного возраста на основе элементов спортивных игр / Н.В. Финогенова, С. Сухда, Л.Н. Волошина // Современные проблемы физического воспитания подрастающего поколения: перспективы и пути решения: сборник мат. с межд. участием науч.-практ. конференции. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2017. – С. 132-136.

170. Фирилева, Ж.Е. СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учеб-метод. пособие для педагогических детских и школьных учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб.: Детство-пресс, 2000. – 352 с.

171. Фирилева, Ж.Е. Фитнес-данс. Лечебно-профилактический танец / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб.: Детство-пресс, 2007. – 78 с.

172. Фомина, Н.А. Интеллектуальное развитие ребенка в процессе музыкально-двигательной деятельности / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 10. – С. 62-65.

173. Фомина, Н.А. Физическое воспитание детей дошкольного возраста на основе системы сюжетно-ролевой ритмической гимнастики: дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Фомина Наталия Александровна. – Волгоград, 2004. – 320 с.

174. Фомина, Н.А. Физическое воспитание ребенка-дошкольника в свете современных концепций детства / Н.А. Фомина, Н.И. Дворкина // Успехи современной науки. – 2016. – Т.1. – № 3. – С. 26-29.

175. Фонарева, Е.А. Моделирование содержания и организации спортивного образования на основе фитнес-аэробики в условиях общеобразовательной школы: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Фонарева Екатерина Александровна. – Набережные Челны, 2011. – 145 с.

176. Ханин, Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 208 с.

177. Ханова, Т.Г. Проектирование образовательной программы дошкольного образования // Детский сад от А до Я. – 2015. – № 5 (77). – С. 82-90.

178. Чедов, К.В. Спортивно ориентированное физическое воспитание учащихся 10-11 лет общеобразовательных школ на основе дзюдо: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Чедов Константин Васильевич. – Чайковский, 2006. – 168 с.

179. Чермит, К.Д. Теория и методика физической культуры: Опорные схемы / К.Д. Чермит. – М.: Советский спорт, 2005. – 272 с.

180. Чернышенко, Ю.К. Программно-нормативные основы формирования личности детей дошкольного возраста средствами физического воспитания / Ю.К. Чернышенко, В.А. Баландин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2009. – № 4. – С. 10-13.

181. Шаграева, О.А. Детская психология: Теоретический и практический курс / О.А. Шаграева. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 368 с.

182. Шарманова, С.Б. Физическое воспитание в системе общественного дошкольного образования: состояние и проблемы // Физическое воспитание детей дошкольного возраста: теория и практика: сб. науч. тр.; под ред. С.Б. Шармановой, А.И. Федорова. – Челябинск: УралГАФК, 2001. – С. 114-122.

183. Шебеко, В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учебное пособие / В.Н. Шебеко. – Минск: Высш. школа, 2010. – 288 с.

184. Шишкина, В.А. Двигательное развитие дошкольника: пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В.А. Шишкина. – Мозырь: Белый Ветер, 2014. – 133 с.

185. Шлык, Н.И. Зависимость физического развития, функциональной и двигательной готовности у детей 3-5 лет от качества физического воспитания / Н.И. Шлык, И.В. Гуштурова, В.С. Зеленин // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 11. – С. 33-35.
186. Эльконин, Д.Б. Детская психология / Д.Б. Эльконин. – М.: Академия, 2006. – 450 с.
187. Эльконин, Д.Б. Психическое развитие в детском возрасте / Д.Б. Эльконин. – М.: НПО «МОДЭК», 1995. – 230 с.
188. Юный футболист: учеб. пособие для тренеров / под ред. А.П. Лаптева, А.А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 2013. – 225 с.
189. Якимович, В.С. Проектирование системы физического воспитания детей и молодежи на основе личностно ориентированного образования: дисс. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Якимович Виктор Степанович. – Волжский, 2002. – 380 с.
190. Яковлев, А.С. Подготовка спортивного резерва в дзюдо на основе спортивно ориентированного физического воспитания младших школьников: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Яковлев Алексей Сергеевич. – Волгоград, 2012. – 194 с.
191. Allen, M.S. Sport participation, screen time, and personality trait development during childhood/Vella, S.A., Laborde, S.// British Journal of Developmental Psychology. – 2015. – 33(3). – P. 375-390.
192. Alhassan, S. The effects of increasing outdoor play time on physical activity in Latino preschool children/Sirard, J.R., Robinson, T.N.// International Journal of Pediatric Obesity. – 2007. – 2(3). – P. 153-158.
193. Bellamkonda, S. Head impact exposure in practices correlates with exposure in games for youth football players/Woodward, S.J., Campolettano, E., (...), Stitzel, J.D., Crisco, J.J.// Journal of Applied Biomechanics. – 2018. – 34(5). – P.354-360.

194. Biddiss, E. Active video games to promote physical activity in children and youth: A systematic review/Irwin, J.// Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine. – 2010. – 164(7). – P. 664-672.
195. Choi, H.S. Children's Development Through Sports Competition: Derivative, Adjustive, Generative, and Maladaptive Approaches/ Johnson, B., Kim, Y.K.// Quest. – 2014. – 66(2). – P. 191-202.
196. Chen, H. Effects of Active Videogame and Sports, Play, and Active Recreation for Kids Physical Education on Children's Health-Related Fitness and Enjoyment / Sun, H.// Games for Health Journal. – 2017. – 6(5). – P.312-318.
197. Dan, F. An experiment of influence of sports games on 3-6 years old young children's social behaviors/ Zhao, L., Suo, C., Sun, Q.// 2011 2nd International Conference on Artificial Intelligence, Management Science and Electronic Commerce, AIMSEC 2011– Proceedings6009799. – 2011. – P. 5397-5400.
198. Diamond, A Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old/ Lee, K.// Science. – 2011.– 333(6045).–P.959-964.
199. Eichinger, M. Subjectively and Objectively Assessed Behavioral, Social, and Physical Environmental Correlates of Sedentary Behavior in Preschoolers / Schneider, S., De Bock, F.// Journal of Pediatrics. – 2018.– 199.– P. 71-78.
200. Folgado, H. Length, width and centroid distance as measures of teams tactical performance in youth football / Lemmink, K.A.P.M., Frencken, W., Sampaio, J.// European Journal of Sport Science. – 2014. – 14(SUPPL.1). – P. S487-S492.
201. Grossing, St. (2000). Aufgaben und Ziele der schulischen Bewegungserziehung. Schulheft. – http://www.wgi.de/fileadmin/user_upload/wgi/Downloads/Europaeische_Studien/1_Concepts_of_Physical_education_in_Europe_571115.pdf. – P. 56-64.
202. Hardman, K., & Naul, R. (2002). Sport and physical education in the two Germanys, 1945-90. In: R. Naul, & K. Hardman (Eds.) Sport and Physical Education in Germany. London/New York: Routledge. – http://www.wgi.de/fileadmin/user_upload/wgi/Downloads/Europaeische_Studien/1_Concepts_of_Physical_education_in_Europe_571115.pdf. – P. 28-76.

203. Hetherington E.M. Stress, Coping and Resiliency in Children and Families. / Ed. By E. M. Hetherington, E. A. Blechman. Lawrence Erlbaum Ass. Inc., Publishers. Mahwah, New Jersey, 1996.
204. Hudson, C. Governing the Governance of Education: the state strikes back? / C. Hudson // European Educational Research Journal. – 2007. – № 6. – P. 266-282.
205. Johnson, T.M. Does playing a sports active video game improve young children's ball skill competence?/ Ridgers, N.D., Hulteen, R.M., Mellecker, R.R., Barnett, L.M.// Journal of Science and Medicine in Sport.–2016.– 19(5).–P.432-436.
206. Klingsted G.L. Developing Instructional Modules for Individualised Instruction / G.L. Klingsted // Educational Technology. – 2011. – P. 73-84.
207. Ling, F.C.M. Children's perspectives on the effectiveness of the Playing for Life philosophy in an afterschool sports program/Farrow, A., Farrow, D., Berry, J., Polman, R.C.J.// International Journal of Sports Science and Coaching. – 2016. – 11(6). – P. 780-78.
208. Miller, A. The PLUNGE randomized controlled trial: Evaluation of a games-based physical activity professional learning program in primary school physical education/ Christensen, E.M., Eather, N., (...), Annis-Brown, L., Lubans, D.R.// Preventive Medicine. – 2015. – 74.-P.1-8.
209. Nonis, K.P. Kindergarten teachers' views about the importance of preschoolers' participation in sports in Singapore//Early Child Development and Care. – 2005. – 175(7-8). – P.719-742.
210. Reynolds, J.E. Does movement proficiency impact on exergaming performance?/ Thornton, A.L., Lay, B.S., Braham, R., Rosenberg, M.// Human Movement Science. – 2014. – 34(1). – P.1-11.
211. Savelsbergh, G.J.P.A method to identify talent: Visual search and locomotion behavior in young football players / Haans, S.H.A., Kooijman, M.K., van Kampen, P.M.// Human Movement Science. – 2010. – 29(5). – P. 764-776.

212. Wan, D. Mathematical models to study the effect on preschool children development of adding game elements into sports // International Journal of Simulation: Systems, Science and Technology. – 2016. – 17(39). – P. 20.1-20.4.

213. Wong, R.H .Frequency, magnitude, and distribution of head impacts in Pop Warner football: The cumulative burden/ Wong, A.K., Bailes, J.E. // Clinical Neurology and Neurosurgery. – 2014. – 118. – P.1-4.

ПРИЛОЖЕНИЕ А**Анкета
опроса педагогов дошкольных образовательных учреждений**

Просим Вас принять участие в исследовании, направленном на разработку рекомендаций по усовершенствованию методики физического воспитания детей дошкольного возраста.

Отвечая на вопросы, выберите те варианты ответа, которые наиболее полно отражают Вашу точку зрения, или напишите свой вариант ответа.

1. Оцените по пятибальной шкале физические качества, которые на Ваш взгляд, необходимо развивать у старших дошкольников, в связи с подготовкой их к обучению в школе:
 - а) сила
 - б) быстрота
 - в) выносливость
 - г) гибкость
 - д) координационные способности
2. При проведении занятий по физическому воспитанию, на что в большей мере Вы обращаете внимание:

3. По Вашему мнению, какая форма организации занятий по физической культуре является наиболее рациональной в старшем дошкольном возрасте
 - а) учебно-тренирующей направленности;
 - б) сюжетно-ролевой направленности;
 - в) игровой направленности;
 - г) с использованием элементов спортивных игр.
4. Какую цель Вы преследуете, проводя подвижные игры на занятиях по физическому воспитанию:
 - а) совершенствование двигательных умений и навыков
 - б) повышение эмоционального фона занятий
 - в) повышение нагрузки
 - г) снижение нагрузки
 - д) развитию физических качеств
 - е) развитию психофизических качеств (речь, внимание, память, произвольное поведение и др.)
5. Сколько времени на физкультурных занятиях Вы отводите подвижным играм:
 - а) до 5 минут
 - б) 5 - 10 минут
 - в) 10 - 15 минут
 - г) больше 15 минут
6. Считаете ли Вы возможным увеличить время использования подвижных игр в процессе занятий по физическому воспитанию:
 - а) да
 - б) нет
7. По какому принципу Вы подбираете подвижные игры для занятий по физической культуре?

8. Как Вы считаете, эффективно ли развивать эмоционально-волевые качества средствами физической культуры?
 - а) эффективно
 - б) не эффективно
 - в) затрудняюсь ответить

9. Интенсивность подвижных игр во время занятий по физической культуре должна в большей мере быть:
- а) низкой
 - б) средней
 - в) высокой
10. Интенсивность подвижных игр во время прогулки должна в большей мере быть:
- а) низкой
 - б) средней
 - в) высокой
11. Как Вы планируете игровую деятельность детей?
- а) с учетом детских интересов
 - б) четко по программным рекомендациям
 - в) свой вариант
12. Целесообразно ли обучать детей дошкольного возраста техники спортивных игр:
- а) да
 - б) нет
 - в) затрудняюсь ответить
13. Какие, по Вашему мнению, спортивные игры целесообразно использовать в дошкольном возрасте?
-
14. Какой спортивный инвентарь содержится в вашей группе:
-
15. Как часто использует его ребёнок?
- а) часто
 - б) редко
16. Чему, по Вашим наблюдениям, отдает предпочтения Ваш ребенок?
- а) игры с мячом
 - б) игры со скакалкой
 - в) игры с обручем
 - г) игры с другими предметами, какими _____
17. Считаете ли Вы целесообразным формирование эмоционально волевых качеств у детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания
- а) да
 - б) нет
 - в) затрудняюсь ответить
18. Считаете ли Вы целесообразным разработку методики спортивно-ориентированного физического воспитания, направленную на обучение детей дошкольного возраста старшего дошкольного возраста спортивным играм
- а) да
 - б) нет
 - в) затрудняюсь ответить
19. Ваш стаж работы
- а) 1-3 года
 - б) 3-5 лет
 - в) 5-10 лет
 - г) 10 лет и более
20. Ваше образование
- а) высшее специальное
 - б) среднее специальное

Благодарим Вас за участие в исследовании!

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Шкалы относительной оценки результатов тестирования физической подготовленности девочек 6 лет

Ранг	НОМЕРА ТЕСТОВ																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
10	8,8	1,35	1,65	8,0	4,50	15,0	79,0	26,0	2,0	15,0	6,0	3,6	8,0	5,0	10,0	36,0	10	6	20	38	38
9	8,7	1,25	1,55	7,5	4,40	14,0	80,0	27,0	2,1	16,0	7,0	3,7	9,0	4,5	9,0	35,0	9	5	19	39	39
8	8,6	1,15	1,45	7,0	4,30	13,0	81,0	28,0	2,2	17,0	8,0	3,8	10,0	4,0	8,0	34,0	8	4	18	40	40
7	8,5	1,05	1,35	6,5	4,20	12,0	82,0	29,0	2,3	18,0	9,0	3,9	11,0	3,5	7,0	33,0	7	3	17	41	41
6	8,4	0,95	1,25	6,0	4,10	11,0	83,0	30,0	2,4	19,0	10,0	4,0	12,0	3,0	6,0	32,0	6	2	16	42	42
5	8,3	0,85	1,15	5,5	4,00	10,0	84,0	31,0	2,5	20,0	11,0	4,1	13,0	2,5	5,0	31,0	5	1	15	43	43
4	8,2	0,75	1,05	5,0	3,90	9,0	85,0	32,0	2,6	21,0	12,0	4,2	14,0	2,0	4,0	30,0	4	0	14	44	44
3	8,1	0,65	0,95	4,5	3,80	8,0	86,0	33,0	2,7	22,0	13,0	4,3	15,0	1,5	3,0	29,0	3	-1	13	45	45
2	8,0	0,55	0,85	4,0	3,70	7,0	87,0	34,0	2,8	23,0	14,0	4,4	16,0	1,0	2,0	28,0	2	-2	12	46	46
1	7,9	0,45	0,75	3,5	3,60	6,0	88,0	35,0	2,9	24,0	15,0	4,5	17,0	0,5	1,0	27,0	1	-3	11	47	47
0	7,8	0,35	0,65	3,0	3,50	5,0	89,0	36,0	3,0	25,0	16,0	4,6	18,0	0	0	26,0	0	-4	10	48	48

Примечание:

Сила: 1. Кистевая динамометрия правая, кг. 2. Прыжок в длину с места, м. 3. Метание набивного мяча (m=1 кг) двумя руками из и.п. сидя ноги врозь, из-за головы, м. 4. Поднимание прямых ног из и.п. лежа на спине, руки за головой за 10 с, кол-во. 5. Метание мешочка с песком (m=200 г) правой рукой, м. 6. Вис на перекладине на согнутых руках, с.

Выносливость: 7. Бег до первой остановки, с. 8. Бег 120 м, с.

Быстрота: 9. Бег 10 м с ходу, с. 10. Челночный бег 10x3 м, с. 11. Сгибание и разгибание ног из и.п. лежа на спине, руки за головой, с. 12. Сгибание и разгибание пальцев рук 10 раз, с. 13. Приседание 10 раз, с.

Ловкость: 14. Бросок мяча в цель, кол-во попаданий. 15. Ходьба по прямой линии с закрытыми глазами, м. 16. Отведение правой ноги в сторону, ошибка в град. 17. Комплексное (координационное) упражнение, балл;

Гибкость: 18. Наклон вперед стоя (активный), см. 19. Наклон вперед сидя (пассивный), см. 20. Выкрут в плечевых суставах, см. 21. Мост из и.п. лежа на спине, см.

Шкалы относительной оценки результатов тестирования физической подготовленности мальчиков 6 лет

Ранг	НОМЕРА ТЕСТОВ																				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
10	9,6	1,02	1,60	7,0	5,00	1,20	84,0	26,0	1,9	12,0	1,2	13	5,0	3,00	10	40	10	5	15	38	40
9	9,5	1,01	1,50	6,5	4,90	1,13	85,0	27,0	2,0	13,0	1,3	12	4,5	2,90	11	39	9	4	14	39	41
8	9,4	1,00	1,40	6,0	4,80	1,05	86,0	28,0	2,1	14,0	1,4	11	4,0	2,80	12	38	8	3	13	40	42
7	9,3	0,99	1,30	5,5	4,70	0,58	87,0	29,0	2,2	15,0	1,5	10	3,5	2,70	13	37	7	2	12	41	43
6	9,2	0,98	1,20	5,0	4,60	0,51	88,0	30,0	2,3	16,0	1,6	9	3,0	2,60	14	36	6	1	11	42	44
5	9,1	0,97	1,10	4,5	4,50	0,44	89,0	31,0	2,4	17,0	1,7	8	2,5	2,50	15	35	5	0	10	43	45
4	9,0	0,96	1,00	4,0	4,40	0,37	90,0	32,0	2,5	18,0	1,8	7	2,0	2,40	16	34	4	-1	9	44	46
3	8,9	0,95	0,90	3,5	4,30	0,30	91,0	33,0	2,6	19,0	1,9	6	1,5	2,30	17	33	3	-2	8	45	47
2	8,8	0,94	0,80	3,0	4,20	0,23	92,0	34,0	2,7	20,0	2,0	5	1,0	2,20	18	32	2	-3	7	46	48
1	8,7	0,93	0,70	2,5	4,10	0,16	93,0	35,0	2,8	21,0	2,1	4	0,5	2,10	19	31	1	-4	6	47	49
0	8,6	0,92	0,60	2,0	4,00	0,09	94,0	36,0	2,9	22,0	2,2	3	0	2,00	20	30	0	-5	5	48	50

Примечание:

Сила: 1. Кистевая динамометрия левая, кг. 2. Прыжок в длину с места, м. 3. Метание набивного мяча (m=1 кг) двумя руками из и.п. сидя, ноги врозь, из-за головы, м. 4. Поднимание прямых ног из и.п. лежа на спине, руки за головой за 10 с, кол-во. 5. Метание мешочка с песком (m=200 г) правой рукой, м. 6. Удержание набивного мяча (m=1 кг) в прямых руках, с.

Выносливость: 7. Бег до первой остановки, с. 8. Бег 120 м, с.

Быстрота: 9. Бег 10 м с ходу, с. 10. Перемещение скрестным шагом 10x3 м, с. 11. Постукивание двумя руками, с. 12. Приседание за 10 с, кол-во.

Ловкость: 13. Бросок мяча в цель, кол-во попаданий, 14. Ходьба по прямой линии с закрытыми глазами, м., 15. Отведение правой руки в сторону, ошибка в град., 16. Отведение правой ноги в сторону, ошибка в град. 17. Комплексное (координационное) упражнение, балл.

Гибкость: 18. Наклон вперед стоя (активный), см. 19. Наклон вперед стоя (пассивный), см., 20. Выкрут в плечевых суставах, см. 21. Мост из и.п. лежа на спине, см.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

**Таблица оценок физической подготовленности детей 4-7 лет в ДОУ
(по данным общероссийской системы мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодёжи, 2001)**

I. ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ

Тест 1. Бег на 30 м, с

Пол	Возраст лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
		1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
мальчики	4,0 – 4,5	10,0 и выше	9,9 - 9,3	9,2 - 8,7	8,6 - 8,2	8,1 и ниже
	4,6 – 4,11	9,6 и выше	9,5 - 8,8	8,7 - 8,2	8,1 - 7,7	7,6 и ниже
	5,0 – 5,5	9,0 и выше	8,9 - 8,2	8,1 - 7,6	7,5 - 7,0	6,9 и ниже
	5,6 – 5,11	8,8 и выше	8,7 - 8,0	7,9 - 7,4	7,3 - 6,8	6,7 и ниже
	6,0 – 6,5	8,4 и выше	8,3 - 7,6	7,5 - 7,0	6,9 - 6,5	6,4 и ниже
	6,6 – 6,11	8,1 и выше	8,0 - 7,4	7,3 - 6,8	6,7 - 6,2	6,1 и ниже
	7,0 – 7,5	7,5 и выше	7,4 - 6,8	6,7 - 6,2	6,1 - 5,7	5,6 и ниже
девочки	4,0 – 4,5	10,2 и выше	10,1 - 9,5	9,4 - 8,9	8,8 - 8,4	8,3 и ниже
	4,6 – 4,11	9,9 и выше	9,8 - 9,1	9,0 - 8,5	8,4 - 8,0	7,9 и ниже
	5,0 – 5,5	9,3 и выше	9,2 - 8,5	8,4 - 7,9	7,8 - 7,3	7,2 и ниже
	5,6 – 5,11	9,1 и выше	9,0 - 8,3	8,2 - 7,7	7,6 - 7,2	7,1 и ниже
	6,0 – 6,5	8,8 и выше	8,7 - 8,0	7,9 - 7,4	7,3 - 6,9	6,8 и ниже
	6,6 – 6,11	8,4 и выше	8,3 - 7,6	7,5 - 7,1	7,0 - 6,6	6,5 и ниже
	7,0 – 7,5	7,8 и выше	7,7 - 7,1	7,0 - 6,6	6,5 - 6,1	6,0 и ниже

Тест 2. Бег на 300м, мин. с

Пол	Возраст лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
		1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
мальчики	4,0 – 4,5	-	-	-	-	-
	4,6 – 4,11	-	-	-	-	-
	5,0 – 5,5	2.21 и выше	2.20-2.00	1.59-1.43	1.42-1.27	1.26 и ниже
	5,6 – 5,11	2.15 и выше	2.14-1.53	1.52-1.38	1.37-1.22	1.21 и ниже
	6,0 – 6,5	2.10 и выше	2.09-1.49	1.48-1.33	1.32-1.17	1.16 и ниже
	6,6 – 6,11	2.06 и выше	2.05-1.44	1.43-1.29	1.28-1.13	1.12 и ниже
	7,0 – 7,5	2.02 и выше	2.01-1.41	1.40-1.25	1.24-1.09	1.08 и ниже
девочки	4,0 – 4,5	-	-	-	-	-
	4,6 – 4,11	-	-	-	-	-
	5,0 – 5,5	2.21 и выше	2.20-2.00	1.59-1.43	1.42-1.27	1.26 и ниже
	5,6 – 5,11	2.15 и выше	2.14-1.53	1.52-1.38	1.37-1.22	1.21 и ниже
	6,0 – 6,5	2.13 и выше	2.12-1.51	1.50-1.35	1.34-1.19	1.18 и ниже
	6,6 – 6,11	2.08 и выше	2.07-1.46	1.45-1.31	1.30-1.15	1.14 и ниже
	7,0 – 7,5	2.05 и выше	2.04-1.43	1.42-1.27	1.26-1.11	1.10 и ниже

Тест 3. Прыжок в длину с места, см

Пол	Возраст лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
		1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
мальчики	4,0 – 4,5	48 и ниже	49 - 62	63 - 73	74 - 84	85 и выше
	4,6 – 4,11	58 и ниже	59 - 72	73 - 83	84 - 94	95 и выше
	5,0 – 5,5	68 и ниже	69 - 82	83 - 93	94 - 104	105 и выше
	5,6 – 5,11	72 и ниже	73 - 88	89 - 101	102 - 114	115 и выше
	6,0 – 6,5	79 и ниже	80 - 95	96 - 108	109 - 121	122 и выше
	6,6 – 6,11	85 и ниже	86 - 101	102 - 114	115 - 127	128 и выше
	7,0 – 7,5	87 и ниже	88 - 103	104 - 116	117 - 129	130 и выше
девочки	4,0 – 4,5	41 и ниже	42 - 55	56 - 67	68 - 79	80 и выше
	4,6 – 4,11	48 и ниже	49 - 65	66 - 77	78 - 89	90 и выше
	5,0 – 5,5	55 и ниже	56 - 72	73 - 83	84 - 94	95 и выше
	5,6 – 5,11	68 и ниже	69 - 82	83 - 93	94 - 104	105 и выше
	6,0 – 6,5	73 и ниже	74 - 87	88 - 98	99 - 109	110 и выше
	6,6 – 6,11	83 и ниже	84 - 97	98 - 108	109 - 119	120 и выше
	7,0 – 7,5	84 и ниже	85 - 98	99 - 110	111 - 122	123 и выше

II. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ (РЕКОМЕНДАТЕЛЬНЫЙ) УРОВЕНЬ**Оценка результатов в упражнении на равновесие (с)**

Пол	Возраст лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
		1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
мальчики	4	менее 1	1 - 2	3 - 5	6 - 8	более 8
	5	менее 1	1 - 2	3 - 10	11 - 12	более 12
	6	менее 2	2 - 3	4 - 12	13 - 14	более 14
	7	менее 3	3 - 5	6 - 17	18 - 20	более 20
девочки	4	менее 1	1 - 2	3 - 6	7 - 8	более 8
	5	менее 2	2 - 3	4 - 10	11 - 13	более 13
	6	менее 3	3 - 4	5 - 11	12 - 14	более 14
	7	менее 4	4 - 5	6 - 12	13 - 16	более 16

Оценка результатов в упражнении на наклоне вперед (см)

Пол	Возраст лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
		низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
		1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
мальчики	4	менее -2	-2 – 0	1 – 5	6 – 8	более 8
	5	менее -1	-1 – 1	2 – 6	7 – 9	более 9
	6	менее 1	1 - 2	3 – 7	9 – 10	более 10
	7	менее 2	2 – 3	4 – 8	9 – 11	более 11
девочки	4	менее 0	0 – 2	3 – 7	8 – 10	более 10
	5	менее 1	1 – 3	4 – 8	9 – 11	более 11
	6	менее 2	2 – 4	5 – 9	10 – 13	более 13
	7	менее 4	4 – 8	9 – 14	15 – 18	более 18

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Практический материал к обучению техническим приемам игры в гандбол

Технические приемы	Упражнения
Ловля - <i>низколетящих мячей</i> - <i>прыгающих мячей</i>	<ul style="list-style-type: none"> • подбрасывание и ловля двумя руками мячей разного диаметра на месте и в движении (приставными шагами, обычным шагом, легким бегом) с изменением темпа и направления • отбивание мяча об пол одной рукой на месте и в движении • ловля мяча отскочившего от стены • ловля в парах низколетящего мяча • ловля мяча с отскоком от пола в парах и тройках
Передача мяча - <i>одной рукой сверху</i> - <i>снизу вперед</i> - <i>снизу назад</i> - <i>в сторону</i> - <i>ударом об пол</i> - <i>двумя руками от груди</i> - <i>двумя руками из-за головы</i>	<ul style="list-style-type: none"> • передача мяча в парах на месте различными способами • передача мяча в тройках на месте различными способами • передача мяча во встречных колоннах (различными способами) с дальнейшим пробеганием во встречную колонну • передача мяча в парах, двигаясь по кругу • передача мяча в парах с ударом о пол на месте и в движении • передача мяча в тройках с ударом о пол
Ведение мяча	<ul style="list-style-type: none"> • ведение мяча на месте • ведение мяча в движении • ведение мяча во встречных колоннах • ведение мяча с неожиданной остановкой по сигналу воспитателя • ведение мяча с обведением предметов • ведение мяча без зрительного контроля
Броски мяча - <i>согнутой рукой сверху</i> - <i>в движении,</i> - <i>согнутой рукой сбоку</i> - <i>согнутой рукой в прыжке</i> - <i>наклоном в сторону</i> - <i>наклоном в сторону</i> - <i>с отскоком об пол</i>	<ul style="list-style-type: none"> • бросок в стену • различные броски в мишень на стене, расположенную на различной высоте • различные броски в мишень на полу с различного расстояния • броски по воротам с места с различных точек площадки • в парах - бросок по воротам, после приема мяча от партнера • в парах - ведение мяча с передачей и броском по воротам • выполнение штрафного броска во все углы ворот • передача мяча в движении без ведения с бросками по воротам
Техника игры вратаря - <i>стойка,</i> - <i>передвижения,</i> - <i>задержания и ловля мяча,</i> - <i>передача мяча</i>	<ul style="list-style-type: none"> • вратарь из основной стойки выполняет по сигналу прыжки в сторону правого или левого угла ворот, как бы защищая их от воображаемого мяча • вратарь стоит у правой штанги и ловит мячи, посланные в левый угол и наоборот • два игрока передают друг другу мяч, вратарь следит за ними, через 4-5 передач игроки забрасывают мяч в дальний от вратаря угол, вратарь ловит • вратарь в основной стойке в центре ворот должен поймать мячи, посланные ему с различного расстояния и быстро вернуть его партнеру

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Практический материал к обучению техническим приемам игры в баскетбол

Технические приемы	Упражнения
Ведение мяча - ведение с высоким отскоком - ведение с низким отскоком	<ul style="list-style-type: none"> • ведение мяча на месте с активным толчком его вниз правой и левой рукой с зрительным контролем и без зрительного контроля • ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой • ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой • ведение мяча по кругу и с обведением препятствий правой и левой рукой
Ловля мяча - двумя руками - одной рукой	<ul style="list-style-type: none"> • ловля мячей разного веса и размера после подбрасывания на различную высоту • ловля мяча после отскока о пол на месте и в движении • ловля мячей разного веса в паре с партнером • ловля мяча после отскока от пола в паре с партнером • ловля мяча в движении, переданного партнером на ходу
Передача мяча - одной рукой (от плеча, снизу, из-за головы) - двумя руками (от груди, снизу, из-за головы)	<ul style="list-style-type: none"> • передачи в парах стоя на месте • передачи по кругу стоя на месте • встречные передачи в колоннах • передачи по кругу через центр • передачи в парах с продвижением вперед • передачи мяча в тройках в движении через среднего игрока • передачи мяча по треугольнику • ловля и передача мяча на бегу
Броски мяча в корзину - двумя руками - одной рукой	<ul style="list-style-type: none"> • броски в корзину одной рукой от плеча с места • броски одной рукой в прыжке • броски в корзину с места • броски в корзину со штрафной линии • поточное выполнение бросков в корзину с места • броски в корзину после ведения

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Игры и игровые задания для игр в баскетбол, гандбол

Игры и игровые задания с ловлей и передачей мяча

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Мяч в воздухе	Играющие становятся в круг. Водящий находится в центре круга с мячом в руках. Он высоко подбрасывает мяч вверх и называет имя одного из игроков, тот в свою очередь, должен подбежать и поймать мяч, а водящий бежит на его место. Если игрок поймал мяч, он становится водящим и также бросает мяч. Если же он не успеет поймать мяч, играющие быстро разбегаются, а игрок, подняв мяч с земли, кричит "Стой!" - и бросает в ноги одному из играющих. Тот в кого попали мячом, становится водящим. Игра продолжается.	Игроки не могут разбегаться со своих мест, пока мяч не коснулся земли.
Подбрось, поймай	Дети стоят в произвольном порядке, мячи у каждого в руках. По сигналу, дети начинают подбрасывать и ловить мяч стоя на месте (условное - двигаясь по кругу). У кого мяч упал - выходит из игры. Заканчивается игра, когда большинство детей выбывает из игры. Отмечаются лучшие, и игра продолжается.	Дети должны после ошибки без напоминания выходить из игры.
У кого меньше мячей	Поперек зала на высоте 1,5 м натягивается веревка. Играющие делятся на две равные команды, которые располагаются произвольно с двух сторон от нее. У одной из команд два мяча. По сигналу дети перебрасывают мячи через веревку на противоположную сторону площадки. Игроки другой команды ловят их, не давая упасть на пол, и перебрасывают обратно. Выигрывает команда, допустившая наименьшее количество падений мяча на своей стороне и перебросившая все мячи через веревку.	Мяч, летевший под веревкой не засчитывается.
Не давай мяча водящему	Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Выбирают 1 - 2 водящих, которые идут в середину круга. Играющие перекидывают мяч в разных направлениях так, чтобы водящие не могли коснуться мяча. Водящие, бегая в середине круга, стремятся дотронуться до мяча. Если водящему удалось коснуться мяча, то на его место идет игрок, мяч которого был зажат водящим. Водящий становится на место игрока	Мяч можно передавать любым способом. Водящий имеет право осалить мяч, находящийся в руках, в воздухе и на земле.
10 передач	В игре принимают участие 2 команды. В каждой команде участники игры разбиваются на пары. У каждой пары по мячу. Соревнование заключается в том, чтобы за возможно короткое время сделать без ошибок 10 передач в парах. Выигрывает команда, в которой все пары сделали по 10 передач.	Если у пары мяч упал, счет начинается снова. Передавать мяч можно любым способом.

1	2	3
Из обруча в обруч	Игроки каждой команды строятся в две колонны, которые располагаются одна напротив другой. Между ними на полу положен обруч. Первый игрок по сигналу бросает мяч так, чтобы он после отскока попал в руки игроку противоположной колонны. Игрок с противоположной стороны ловит мяч и таким же образом бросает его назад. После броска оба игрока становятся в конец своей колонны. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не поменяются местами. Выигрывает команда, которая, сделала это быстрее.	Передавать мяч с такой силой, чтобы он после отскока попал в руки партнера. Если мяч упал, взять его и продолжать игру.
Мяч навстречу мячу	Участники игры делятся на 2 команды. Игроки каждой команды образуют две встречные колонны на расстоянии 3-4 м одна от другой. По сигналу воспитателя первые в колоннах начинают прокатывать мяч навстречу друг другу но так, чтобы мячи на столкнулись. Затем передают мячи следующей паре. А сами идут в конец колонны. Побеждает команда, быстрее закончившая задание.	Передавать мяча указанным способом. Если мяч упал, взять его, вернуться на старт и продолжать игру.
Передал-садись	Играющие выстраиваются в 3- 4 колонны. Впереди каждой на расстоянии 1 м в кружках водящие, у них по мячу. По сигналу каждый водящий бросает мяч первому в своей колонне. Поймав мяч, ребенок перебрасывает его водящему и приседает. Водящие бросают мячи вторым, потом третьим играющим и т.д. Получив мяч от последнего играющего своей команды, водящий поднимает его вверх, а все участники его команды быстро встают. Выигрывает команда, водящий которой первым поднял мяч и все дети успели быстро встать.	Потерявший мяч должен его поднять, встать на место и вновь бросить его водящему.
Защита укрепления	Играющие становятся по кругу на расстоянии вытянутых рук, в центре круга укрепление - кегли. Рядом с кеглями - защитник укрепления, а в руках у играющих мяч. По сигналу играющие могут перебрасывать мяч между собой и метать в укрепление, чтобы повалить его на землю. Вратарь защищает его руками, ногами, туловищем. Игрок, которому удастся сбить укрепление, становится защитником. Отмечается самый меткий игрок и самый ловкий вратарь	Игрокам нельзя заходить за линию круга во время сбивания кеглей. Защитник, случайно поваливший укрепление, сменяется игроком, у которого в это время находился мяч
Охотники	Из числа играющих выбирают 3-5 водящих - «охотников». Остальные участники изображают «зверей». Охотники располагаются в разных местах площадки с мячом в руках. Звери размещаются свободно по площадке. По сигналу воспитателя двери передвигаются по площадке в произвольном направлении. По второму сигналу они замирают, а охотники стараются попасть в кого-нибудь из них. Запятнанные игроки меняются ролями и игра продолжается.	«Охотникам» целится в ноги «зверей». Если охотник промахнулся, он сам бежит за мячом. «Звери» могут увертываться от мяча, не сходя с места.

1	2	3
Мяч среднему	Играющие делятся на две равные команды, каждая из них строится круг на расстоянии вытянутых рук. Выбираются водящие, которые встают в середину кругов. По сигналу игроки, находящиеся в середине кругов с мячами в руках, быстро передают мяч вторым игрокам, получают от них обратно, передают третьим, также получают обратно и т.д. Когда центральный игрок получит мяч от последнего игрока, на его место встает следующий. Игра продолжается до тех пор, пока в середине не побывают все игроки команды. Побеждает команда, первой закончившая передачу мяча	Передавать мяч заранее установленным способом. Мяч передается всем игрокам в строгой последовательности. Кто упустил мяч, сам его ловит, встает на место и продолжает игру.
Передача и ловля мяча на месте	Участники делятся на две команды. В командах дети делятся на двойки (тройки, четверки) и становятся напротив друг друга. По сигналу они начинают передавать мяч определенным способом. При этом, по мере освоения техники передачи и приема мяча, увеличивается скорость передачи и усложняется техника. Побеждает команда, имеющая меньше потерь мяча.	Передавать мяч только указанным способом, не нарушать установленные границы расстояния.
Обгони мяч	Все участники игры становятся в круг, на расстоянии вытянутых рук, у одного из них в руках мяч Водящий - за кругом. По сигналу воспитателя играющие начинают перебрасывать мяч по кругу. Водящий за кругом старается обогнать круг и встать на место откуда начал бег, быстрее чем мяч вернется к игроку, начавшему передачу. Если ему это удалось, назначается новый водящий и игра продолжается в том же порядке. Чтобы облегчить выполнение правил для водящего, чертятся два круга. На внутренней линии стоят играющие, по внешней бежит водящий.	Мяч передавать указанным способом, Если игрок уронил мяч, он должен поднять его, встать на свое место и продолжать игру. Водящему на разрешается во время движения трогать руками стоящих в кругу играющих.
Ловишки с мячом	Стоя в кругу, играющие передают мяч со словами: "Раз-два-три - мяч скорей бери. Четыре-пять-шесть - вот он, вот он здесь. Семь-восемь-девять - бросай, кто умеет!" тот у кого на последнее слово окажется мяч говорит "Я" и бросает мяч в разбегающихся детей. Ловишка выбивает детей одной рукой от плеча, при этом старается попасть в части тела, находящиеся ниже пояса.	Осаленные игроки садятся на скамейку. Если мяч попал в игрока выше пояса он не считается выбитым.

Игры и игровые задания с ведением мяча

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
Эстафета с ведением и бросками	Команды выстраиваются за стартовыми линиями перед щитами с пронумерованными мишенями (1,2,3). Участники команды рассчитываются на первый - третий. По сигналу первые номера ведут мяч и с предварительно отмеченной черты метают в мишень № 1: ловят отскочивший от щита мяч, возвращаются бегом и передают мяч следующему участнику. Игра заканчивается, когда каждый сделает по одному броску и начавший игру получит мяч в руки. Выигрывает команда, сделавшая это задание быстро и точно.	Если во время ведения мяч укатился, участник должен догнать его и продолжить игру с того места, где это произошло.
Обведи	Все участники игры делятся на 2-3 команды. Игроки строятся в колонны, на расстоянии 2-х шагов друг от друга. Напротив каждой колонны в двух метрах стоит кегля. По сигналу последний игрок команды ведет мяч обводя своих партнеров, обводит кеглю, возвращается назад с ведением, отдает мяч партнеру стоящему перед ним, а сам становится на его место. Игра продолжается до тех пор пока все участники не выполнят задание. Выигрывает команда сделавшая задание быстрее.	Укатившийся мяч участник должен догнать его и продолжить игру с того места, где это произошло
Вызов номеров с ведением	Все дети делятся на команды по 4-5 человек. В команде рассчитываются по очереди и становятся в колонну. Перед каждой командой на расстоянии 3 м ставится кегля. Воспитатель называет номера в произвольном порядке и вызванные дети ведут мяч до кегли и обратно. Передают мяч первому игроку и становятся на свое место. Очки присуждаются каждой паре. Выигрывает команда, набравшая больше очков.	Усложнить игру можно ведением мяча не по прямой, а змейкой, с обеганием предметов.
Мотоциклисты	На площадке размечается дорога шириной 2-3 м и длиной 4-5 м. Все дети мотоциклисты. Они свободно ведут мяч по площадке, не заезжая на дорожку. Около дороги регулировщик с зеленым и красным флажками. Он регулирует движение. Если регулировщик показывает красный флажок, мотоциклисты останавливаются, но мотор не выключают - ведение мяча на месте. Когда показывает зеленый - мотоциклисты проезжают через дорожку. Если оба флажка опущены, можно двигаться свободно по площадке.	Движение по улице, во избежание столкновения проходит в одном направлении. Если мотоциклисты нарушают правила, они «штрафуются» - ведение на месте.
Мяч по дорожке	Команды строятся по одному. У направляющих по мячу. От колонны до стены, напротив каждой колонны, нарисована дорожка. По сигналу первые в колоннах игроки начинают вести мяч по дорожке, бросают мяч о стенку, ловят его, бегом возвращаются обратно и передают его в колонну очередному участнику, а сами встают в конец колонны. Побеждает команда, первой выполнившая задание.	Ведение мяча можно выполнять любой рукой. При падении мяча его необходимо поднять и продолжать вести с места падения.
Обведи и прокати	Команды строятся по одному. Напротив каждой колонны на расстоянии 1-1,5 м друг от друга стоят 4-5 стоек. По сигналу преподавателя первый игрок ведет мяч, обводя стойки. Пройдя последнюю разворачивается, катит мяч обратно, огибая стойки и становится в конец колонны. Игру продолжает следующий игрок. Выигрывает команда, выполнившая задание быстрее.	Ведение мяча выполнять любой рукой.

Игры и игровые задания с бросками мяча (ворота, корзина)

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
1	2	3
Мяч в обруч	Каждая команда строится в две колонны, которые располагаются одна напротив другой Ведущий команды стоит между ними и держит обруч перпендикулярно полу. Первый в строю игрок бросает мяч, стараясь, чтобы он пролетел через обруч и становится в конец колонны. Игрок из противоположной колонны ловит его, также бросает и также становится в конец своей колонны. Те же действия совершают остальные члены команды. Выигрывает команда, сделавшая больше попаданий.	При равном количестве очков победа присуждается команде, сумевшей раньше выполнить задание.
Выбей мяч из котла	Играющие располагаются в кругу на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре -«котел», в котором 10-15 мячей. По сигналу один из играющих бросает мяч, стараясь выбить один или несколько мячей из котла. Выбитые мячи раздаются играющим. Следующие игроки выполняют тоже задание.	В случае промаха игрок должен положить свой мяч в котел.
Перестрелка	Играющие делятся на две команды, каждая из которых располагается на своем поле. Мяч разыгрывается подбрасыванием над средней линией. Получив мяч, игрок стремится выбить им соперника, не заходя за разделяющую линию. Противник увертывается от мяча и свою очередь старается осалить мячом игрока противоположной команды. Осаленный игрок вдет за линию плена в противоположную команду и находится там до тех пор, пока, пока свои игроки не передадут ему мяч в руки. После этого он возвращается к своим игрокам и продолжает игру. Побеждает команда у которой больше пленных.	Играющие не имеют права заходить за среднюю линию. Салить мячом в ноги. Если от осаленного игрока отлетел мяч и попал в другого игрока, то игрок осаленным не считается. Осаливание мячом, отскочившим от пола, не засчитывается.
По наземной мишени	Площадка делится на две части, на каждой чертятся мишени. Посередине площадки натягивается веревка на высоте 1 м. Игроки одной из команд по очереди в прыжке перебрасывают мячи через веревку, стараясь попасть в мишени. Соперники защищают мишени. После того как все участники нападающей команды сделают по одному броску, они меняются ролями с защищающей командой. Выигрывает команда, сделавшая больше точных попаданий.	За среднюю линию заступать нельзя. Во время защиты, на мишени не наступать.
Метко в корзину	Команды стоят напротив переносных корзин (или щитов), у каждого капитана мяч. Они по очереди передают мячи с отскоком от пола игрокам своей команды. Те свою очередь бросают мячи в цель и становятся в конец колонны. Команда, забросившая большее количество мячей в корзину, становится победителем (усложнение - учитывать и скорость выполнения задания).	Участники игры не могут заходить за линию бросания мяча. Каждому предоставляется только одна попытка.

1	2	3
Попади в кольцо	Команды выстраиваются в колонну перед щитом. По сигналу первый игрок с ведением мяча идет по направлению к щиту, бросает мяч по кольцу, независимо от попадания, ловит его и передает следующему игроку, а сам становится в конец своей колонны. После этого движение начинается следующий игрок и т. д. Выигрывает команда сделавшая больше попаданий (усложнение - учитывать время выполнения упражнения).	Бросать по кольцу с установленного места. Для попадания по кольцу дается только одна попытка, независимо от ее результативности.
Без промаха	Игроки каждой команды выполняют штрафные броски. Если мяч попадает в кольцо, игроку разрешается повторить попытку, и это условие сохраняется до первого промаха. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.	К щиту с мячом бежать нельзя, его следует вести ударом о пол. Передавать мяч после возвращения от щита, только с установленного места.
Эстафеты с ведением мяча и броском в корзину	Игроки делятся на две команды и выстраиваются одна напротив другой у боковых линий в правом углу. У первых игроков команды по мячу. По сигналу "Внимание марш!" первые игроки бегут до щитов, стоящих на противоположной стороне, ударяют мячом о щит (или забивают в корзину), возвращаются обратно бегом. Дойдя до середины площадки, передают мяч следующему игроку, а сами становятся в конец колонны. Второй игрок команды, поймав мяч, выполняет то же задание. Заканчивается игра, когда все дети выполняют задание. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру и допустившая меньшее число ошибок.	Штрафные очки за допущенные ошибки подсчитываются в конце игры.
Пять бросков	Участники игры делятся на команды и становятся напротив баскетбольных колец (количество команд зависит от числа баскетбольных колец в зале). С заранее установленного места все участники команд начинают выполнять броски по кольцу. Когда одна из команд в сумме выполнит пять точных попаданий игра останавливается и остальные команды ранжируются в зависимости от попаданий. После промежуточного подведения итогов игра продолжается.	Если ребенок выполнил попытку, заступив за отметку, его бросок не засчитывается. Выполнять броски по корзине заранее установленным способом.

Игры и игровые задания для обучения игре вратаря

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
Мяч капитану	Участники распределяются на две команды и стараются овладеть мячом забить его в цель. Целью является капитан, стоящий в круге на противоположной стороне площадки. Ловец может подпрыгивать, но не имеет права заступать за зону, которая опоясывает его (Э 70 см). В эту зону не разрешается заходить и полевым игрокам обеих команд. Выигрывает команда, сделавшая больше результативных передач своему ловцу.	Если игрок зайдет за зону ловца - назначается штрафной бросок. Бросающему может противостоять только один защитник.
Защита укрепления	Играющие становятся по кругу на расстоянии вытянутых рук. Перед носками стоящих чертят круг, в центре которого ставят укрепление. В середину круга идет защитник укрепления - вратарь, а стоящим по кругу дается мяч. По сигналу играющие перебрасывая мяч друг-другу выбирают момент и стараются сбить укрепление. Игрок, которому удалось это сделать, становится вратарем. Играют установленное время. Отмечается самый меткий игрок и самый ловкий вратарь.	Игрокам запрещается заходить за линию игроков, а вратарю держать укрепление руками. Вратарь сваливший укрепление, сменяется тем игроком, у которого в этот момент мяч находится в руках.
Крепость из мячей	Участники делятся на две команды. Одна располагается во большому кругу. Вторая в центре образует малый круг вокруг пирамиды, построенной из нескольких мячей. Игроки, стоящие по наружному кругу, должны разрушить пирамиду бросками мяча. Игроки, стоящие во внутреннем круге, пытаются этому помешать, отбивая мяч. После разрушения пирамиды команды меняются местами.	Игрокам в круге разрешается играть руками и ногами, как вратарю.
Подвижная цель	Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. В руках у них мяч. Выбирается водящий, который идет в середину круга. Играющие, перекидывая мяч, стараются попасть им в водящего. Водящий, спасаясь от мяча, бегаёт, прыгает, увертывается по кругу. Тот, кто попал в водящего мячом, меняется с ним местом. Играют установленное время. Отмечается лучший водящий и меткий игрок.	Водящего выбивать только в ноги. Если в водящего попал мяч, отскочивший от пола, попадание не засчитывается. При броске не заступать за линию круга.
Защитай товарища	Построение играющих то же, но в середину круга идут двое водящих. Один из них защищает другого от попадания в него мячом. Защищает руками, ногами, всем корпусом. Если попадание произошло, то оба меняются местами с тем, кто попал и с тем, кого он выберет себе в защитники.	Правила смотри выше.

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

Практический материал к обучению техническим приемам игры в футбол

Технические приемы	Упражнения
<p>Удары по мячу -внутренней стороной стопы -серединой подъема -по катящемуся мячу</p>	<ul style="list-style-type: none"> • удары носком с места по неподвижному мячу в стену • удары по неподвижному мячу носком в парах • удары по неподвижному мячу подъемом в стену • удары по неподвижному мячу подъемом с разбега • удары с места и с разбега подъемом по воротам • передача подъемом в парах, тройках, четверках с места и разбега • попадание в мишень на стене ударом внутренней стороной стопы • перебрасывание мяча в парах и тройках на различном расстоянии ударом внутренней стороной стопы • удары по катящемуся мячу • удары по катящемуся мячу в цель • удары по катящемуся мячу в парах, тройках
<p>Остановка катящегося мяча: -внутренней стороной стопы -подошвой</p>	<ul style="list-style-type: none"> • остановка мяча с отлет от стены (медленной и быстро различными способами) • остановка мяча с последующей передачей в парах • остановка катящегося мяча • передача мяча в парах с предварительной остановкой • а парах - один игрок передает мяч второму немного вперед, задача которого догнать и остановить мяч • тоже упражнение, но с передачей назад - бросить мяч о стену и остановить после приземления • в парах - остановка мяча набрасываемого партнером с различной скоростью и различной высотой • в парах - остановка мяча с перебежкой назад • в парах - остановка мяча с перебежкой в сторону
<p>Ведение мяча и обводка</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ведение мяча по прямой, с различной скоростью, попеременно левой и правой ногой • ведение мяча по кругу левой и правой ногой попеременно с увеличением скорости • ведение мяча по коридору шириной 50 см • ведение мяча по полю одновременно смотря на ориентир • в парах - ведение мяча в коридоре навстречу друг с другом • ведение мяча на расстоянии 10 метров с последующей передачей партнеру • ведение мяча с внезапной остановкой по сигналу ведение змейкой • ведение мяча с остановкой и забиванием
<p>Техника вратаря - ловля катящихся и низко летящих мячей - ловля полувысоких мячей - ловля высоколетящих мячей</p>	<ul style="list-style-type: none"> • броски и ловля мяча отлетевшего от стены на различной высоте • в парах - броски и ловля различно летящих мячей с 4-5 шагов, с последующим увеличением до 6-7 • в парах - броски мяча, летящего чуть вправо или влево • в парах - ловля мяча летящего на уровне груди и прижимание его к себе • ловля мячей, набрасываемых партнером на уровне живота с 4-5 шагов • ловля мячей, выполняя несколько шагов вперед, набрасываемых партнером на уровне живота с 6-7 шагов • ловля мяча набрасываемого партнером с 6-8 шагов чуть в сторону от него, переместившись приставными шагами • ловля и прижимание к груди мяча, набрасываемого партнером над головой вратаря

Приложение 3

Игры и игровые задания для игры в футбол

Игры и игровые задания с ударами по мячу

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
Гонка с мячом по кругу	Играющие делятся на две команды и становятся в два круга. Расстояние между участниками 1-1,5 м. По сигналу воспитателя игроки начинают ударять по мячу так, чтобы он попал в ноги рядом стоящему игроку. И так до тех пор пока мяч не окажется у ног, того игрока, который выполнил первый удар. Если игрок уронил мяч, он должен поднять его и, вернувшись на место, продолжить игру. Выигрывает команда, выполнившая задание быстрее.	Бить по мячу только указанным способом, за невыполнение этого требования, команде начисляются штрафные очки
Перестрелка	В середине площадки проводят линию разделяющую ее на две равные части. Играющие делятся на две команды. Воспитатель, стоя на средней линии подбрасывает мяч. Первой вступает в игру команда, на стороне которой упадет мяч. Начинается перестрелка (ударять по мячу ногой заданным способом). Каждая команда старается осалить мячом игроков другой команды. Осаленные идут в плен к противоположной команде. Можно играть на время, или меняться местами, после того как одна из команд "пленила" заранее оговоренное количество участников.	Играющие не имеют права заступать за среднюю линию, игрок не считается осаленным, если на лету поймал мяч, а также, если мяч попал в него, отскочив от земли или стены.
Подвижная цель	Игроки становятся в две шеренги на одной стороне площадки. Впереди команда убегающих, а позади команда игроков, бросающих в них мяч. По сигналу воспитателя игроки начинают бежать к другой стороне поля. Когда они достигают его середины, игроки ударом ногой по мячу бросают в них мяч, стараясь попасть в кого-нибудь из игроков раньше, чем тот добегит до пограничной линии. Затем команды меняются ролями.	Игрок, попавший в цель получает очко. Побеждает команда, набравшая больше очков. Способ удара по мячу заранее оговаривается.
Попади в мяч	Все участники делятся на две команды. Посередине зала чертится линия на которой лежит волейбольный мяч. На концах зала стоят игроки, у каждого по мячу. Назначается двое судей. По сигналу участники одной команды выполняют удары по мячу, стараясь сбить волейбольный мяч на площадку противника (за среднюю линию). За каждый мяч, сбитый на площадке противника, команда получает очко. После того как все выполнят по одному броску, ход переходит к другой команде. Судьи считают очки. Побеждает команда, набравшая больше очков.	Бросать мяч можно только после сигнала, одновременно. Во время броска не переходить стартовую линию. Ударять по мячу заранее оговоренным способом.

1	2	3
Салки с ножным мячом	Выбираются водящие (1 или 2). Они получают мячи и встают посередине площадки. Все остальные становятся в произвольном порядке. Задача салки осалить мячом по ногам убегающих не выше колена. Игрок, которого осалил "салка" сам становится "салкой" - он останавливается, поднимает руку вверх и громко говорит - "Я - салка!". После этих слов начинает выбивать участников игры.	Попадание засчитывается только в ноги. Игрок, выбежавший за пределы площадки, считается осаленным и становится "салкой".
Ножной мяч в кругу	Все играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук в стороны. Водящий становится в круг с мячом. По сигналу водящий, ударяя ногой по мячу, стремится выбить его из круга, играющие задерживают мяч ногами и не дают ему вылететь из круга. Задержанный мяч они могут перебрасывать между собой, не сходя с места. Водящий старается перехватить его и выбить из круга ногой между игроками, если водящему удалось сделать это, назначается новый водящий и игра продолжается	Мяч считается вылетевшим, если он пролетел не выше колен играющих. Мяч руками задерживать нельзя.

Игры и упражнения с остановкой мяча

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
1	2	3
Мяч среднему	В зале, для каждой команды чертятся два круга: большой для участников, малый внутри для капитана. Участники делятся на две команды, которые размещаются по большому кругу. В центре - капитан. По сигналу воспитателя, капитан, ударом ногой по мячу, передает мяч поочередно каждому участнику команды. Тот в свою очередь останавливает его ногой и передает обратно. Игра продолжается до тех пор, пока каждый игрок не выполнит остановку и передачу мяча. Выигрывает команда, выполнившая задание быстрее.	Игроки не могут выходить за пределы своего круга, а капитан своего. Мяч должен пройти через всех игроков в строгой последовательности, уронивший мяч сам его поднимает и становится на свое место.
Встречная эстафета с мячом	Играющие делятся на несколько команд и строятся в колонны. В каждой команде по мячу. По сигналу первые игроки ведут мяч до конца зала, огибают стойку и ведут обратно. На средней линии ударом по мячу передают его следующему игроку своей команды, а сам становится в конец колонны. Следующий игрок останавливает мяч ногой и выполняет тоже задание. Игра заканчивается, когда все участники выполняют задание	Выходить за линию до начала бега нельзя. Вели во время выполнения задания мяч укатился, участник должен поднять его и продолжать игру. Ведение и остановку мяча выполнять заданным способом.

1	2	3
Стой!	Водящий стоит посередине зала с мячом. Вокруг него располагаются участники и рассчитываются по номерам. Водящий ударяет мячом о пол и называет номер одного из игроков. Играющий номер, который назвал водящий, бежит в середину круга и старается ногой остановить мяч, после того как ему это удастся он говорит "Стой!". Играющие останавливаются неподвижно на месте, а водящий старается попасть мячом в любого игрока. Игроки могут увертываться от мяча, не сходя со своего места. Если водящий не попадет в игрока, он должен сам бежать за мячом. А игроки опять разбегаются по площадке. Если водящий попадает в кого-то из играющих, они меняются местами и игра начинается сначала	После команды "Стой!" игроки немедленно останавливаются. Осаливать игроков можно только ударом мяча по ногам ниже колен.
Мяч соседу	Играющие делятся на две команды и становятся в круг лицом к центру, на расстоянии вытянутых рук друг от друга. У игроков каждой команды по мячу. По сигналу играющие передают мяч ногой игроку стоящему рядом, тот с вою очередь останавливает его ногой и передает дальше. Так до тех пор, пока мяч не вернется к начинающему игру. Выигрывает команда, которая раньше закончила выполнять упражнение.	Мяч передавать и устанавливать заданным способом. Игрок, уронивший мяч, поднимает его, становится на место и продолжает игру.
Встречная эстафета	Участники игры делятся на две команды. Каждая команда, в свою очередь, делится на 2 части, которые располагаются на противоположных сторонах зала навстречу друг другу. В первой половине команд по мячу. По сигналу воспитателя первый игрок ударом ногой передает мяч в противоположную часть зала а сам становится в конец своей команды. Игрок противоположной стороны останавливает мяч, передает обратно и становится в конец своей колонны. Побеждает команда первая справившаяся с заданием.	Передавать и останавливать мяч только указанным способом. Участник, у которого мяч укатился должен поднять его, встать на место и продолжать выполнять задание.

Игры и игровые задания с ведением и обводкой

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
Мотоциклисты	Участники игры располагаются по площадке. У каждого по футбольному мячу - они мотоциклисты. В руках у воспитателя две карточки, красная и зеленая. Вначале напоминаются правила дорожного движения. Если загорается зеленый свет, дети передвигаются по площадке с ведением мяча. Когда загорается красный свет, "мотоциклисты" останавливаются (останавливать мяч можно рукой или ногой) и ждут дальнейшего сигнала. Сигналы светофора могут быть как зрительные, так и слуховые.	Ударять по мячу только заданным способом. Если участник нарушает правила, ему делается вначале предупреждение, а при втором нарушении, мотоциклист отправляется на штрафную стоянку

1	2	3
Старт с мячом	Играющие делятся на 2-3 команды, которые становятся в колонну по одному. Последним игрокам каждой команды дают по мячу. По сигналу первые игроки бегут вперед и ведут мяч. Обежав с ведением мяча поставленные впереди кегли, игроки возвращаются обратно к своим колоннам, последним ударом передают очередным игрокам мяч, а сами становятся сзади своих колонн. Очередные игроки не берут мяч в руки, а сразу начинают ведение вперед. Как только мяч будет передан в руки первому игроку, он поднимает его вверх, игра закончена. Выигрывает команда выполнившая задание быстрее.	Если мяч во время ведения укатился, его следует поднять и продолжить игру с того места, где это произошло. Игроки не должны выходить за черту раньше, чем им передадут мяч.
Эстафеты с ведением мяча	Игроки делятся на 2-3 команды и выстраиваются в колонны перед стартовой линией. Перед каждой колонной, на расстоянии 7-10 м ставится булава. Задание 1. Ведение по прямой линией с обводкой булав и возвращение назад. Задание 2. Между стартовой линией и булавой ставится три кубика. Ведение по сложной фигуре (восьмерке) обозначенной кубиками, возвращаться с ведением по прямой. Задание 3. Ведение с обводкой партнеров стоящих в разомкнутом строю. Задание 4. В каждой команде участки разбиваются на пары. Ведение с передачей в парах до кеглей и обратно.	Начинать игру по сигналу воспитателя. Участник не может выходить за стартовую линию, пока не получит мяча. Если во время ведения участник уронит булаву или кубик он должен поставить его обратно.

Игры и игровые задания для обучения игре вратаря

Название игры	Содержание игры	Основные правила игры
Защита укрепления	Все играющие делятся на две команды, которые равномерно распределяются по кругу. В кругу стоит кубик, его охраняет капитан противоположной команды. По сигналу воспитателя игроки перебрасывая мяч друг другу ногой стараются выбрать удачный момент и точным ударом сбить мячом кубик. Капитаны преграждают путь мячу и защищают укрепление. Защитник укрепления может выбирать любую позицию. Побеждает команда сумевшая быстрее, либо большее число раз поразить укрепление.	Выполняя передачи и удар, игроки не должны заступать за линию, ограничивающие площадку.
Защищай город	Играющие встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, у всех есть маленькие мячи. В середине круга построен городок (поставлены кегли на таком расстоянии, чтобы между ними мог свободно пройти мяч). Городок охраняют три сторожа. Играющие, стоя на одном месте, посылают мяч в городок. Защитники, совершая перемещения, защищают городок. Тот, кто собьет мячом кеглю, встает на место сторожа.	Мяч только прокатывать, не подбрасывать. Нельзя пропускать мяч отбитый сторожем за круг, кто пропустил мяч, получает штрафные очки. Сторожу можно отбивать мяч только ногами.
Защищай ворота	Играющие выбирают водящего, становятся по кругу в положение "ноги врозь" так, чтобы пятки рядом стоящих игроков соприкасались. Водящий стоит с мячом в кругу. По сигналу воспитателя водящий, выполняя различные обманные движения старается прокатить мяч под ногами играющих. Если ему это удалось, он меняется местами с игроком, под ногами которого мяч выкатился.	Водящий прокатывает мяч ногами. Игроки, защищая "свои ворота" отбивают мяч только руками.

АКТ ВНЕДРЕНИЯ

Результатов научного исследования в практику

г. Волгоград

«30» мая 2018г.

Мы, ниже подписавшиеся, Сабуркина Ольга Александровна, Финогенова Наталья Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент, с одной стороны и Трапезникова Лариса Алексеевна, заведующий МОУ Детский Сад № 37, Департамент по образованию администрации г. Волгограда, с другой стороны составили настоящий акт о том, что на основании научно – исследовательской работы Сабуркиной Ольги Александровны, Финогеновой Натальи Валентиновны, в учебно – воспитательный процесс были внедрены следующие предложения и рекомендации:

№ п/п	Ф. И. О. Автора внедрения	Наименование предложения и его краткая характеристика	Эффект внедрения
1.	Сабуркина Ольга Александровна	Предложена методика применения командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста.	Разработанная авторская методика позволяет на основе применения командных спортивных игр модернизировать процесс физического воспитания старших дошкольников в дошкольных образовательных учреждениях.
2.	Финогенова Наталья Валентиновна		

Автор разработки

Сабуркина О.А.

Научный руководитель

Финогенова Н.В.

Почтовый адрес: 400005, г. Волгоград, проспект им. В.И. Ленина, д. 78

т.8(8442)23-01-95; факс: 8(8442)23-66-72

Адрес электронной почты: academy@vgafk.ru

Web-сайт: <http://vgafk.ru/>

Заведующий МОУ «Детский сад № 37



Трапезникова Л.А.

Центрального района г.Волгограда»

Почтовый адрес: 400087, г. Волгоград, улица Невская, д. 8А

т.8(8442)37-62-63

Адрес электронной почты: mou37@mail.ru

Web-сайт: <http://mou37.oshkole.ru>

АКТ ВНЕДРЕНИЯ

Результатов научного исследования в практику

г. Волгоград

«30» мая 2018г.

Мы, ниже подписавшиеся, Сабуркина Ольга Александровна, Финогенова Наталья Валентиновна, кандидат педагогических наук, доцент, с одной стороны и Копенская Елена Николаевна, заведующий МОУ Детский Сад № 356, Департамент по образованию администрации г. Волгограда, с другой стороны составили настоящий акт о том, что на основании научно – исследовательской работы Сабуркиной Ольги Александровны, Финогеновой Натальи Валентиновны, в учебно – воспитательный процесс были внедрены следующие предложения и рекомендации:

№ п/п	Ф. И. О. Автора внедрения	Наименование предложения и его краткая характеристика	Эффект внедрения
1.	Сабуркина Ольга Александровна	Предложена методика применения командных спортивных игр в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста.	Разработанная авторская методика позволяет на основе применения командных спортивных игр модернизировать процесс физического воспитания старших дошкольников в дошкольных образовательных учреждениях.
2.	Финогенова Наталья Валентиновна		

Автор разработки

Сабуркина О.А.

Научный руководитель

Финогенова Н.В.

Почтовый адрес: 400005, г. Волгоград, проспект им. В.И. Ленина, д. 78

т.8(8442)23-01-95; факс: 8(8442)23-66-72

Адрес электронной почты: academy@vgafk.ru

Web-сайт: <http://vgafk.ru/>

Заведующий МОУ «Детский сад № 356



Копенская Е.Н.

Центрального района г.Волгограда»

Почтовый адрес: 400050, г. Волгоград, улица Хиросимы, д. 5А

т.8(8442)37-48-98

Адрес электронной почты: Kopenskaya@mail.ru

Web-сайт: <http://mou356.oshkole.ru>