



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное общеобразовательное  
учреждение высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)  
ВЫСШАЯ ШКОЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Методика организации и проведения школьных спортивных праздников**

**Выпускная квалификационная работа по направлению**

44.03.01 Педагогическое образование

**Направленность программы бакалавриата**

**«Физическая культура»**

**Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

10,61 % авторского текста  
Работа проверена к защите

«2» марта 2021 г.

зав. кафедрой ТИМФКиС

Жабиков Владислав Ермекович

Выполнила:

студент группы ЗФ-514/106-5-2

Мухоморова Татьяна Владимировна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры ТИМФКиС

Михайлова Татьяна Александровна

Челябинск

2021

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ ПРАЗДНИКОВ .....	6
1.1 Праздник как форма физического воспитания школьников .....	6
1.2 Виды школьных спортивных праздников .....	14
1.3 Методика проведения школьных спортивных праздников .....	22
Выводы по первой главе .....	28
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ ПРАЗДНИКОВ .....	30
2.1 Организация и методы исследования .....	30
2.2 Содержание работы по организации и проведения школьных спортивных праздников .....	37
2.3 Анализ результатов экспериментального исследования .....	42
Выводы по второй главе .....	51
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	53
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	57
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	63

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность выбранной темы обусловлена возрождением Российской Федерации национальной идеи, направленной на улучшение здоровья. Значительную роль в ухудшении состояния здоровья, росте заболеваемости подрастающего поколения играют не только социальные условия, но и малоподвижный образ жизни обучающихся, чрезмерно увлеченных компьютерами, телефонами и планшетами.

Снижение двигательной активности ведет к ухудшению состояния здоровья, низкому уровню физической подготовленности. В этих условиях возникает вопрос о том, какие условия необходимо создать для того, чтобы приобщить обучающихся к активному образу жизни, к занятиям физической культуры и спортом. Для этого в образовательных организациях создается система работы по физическому воспитанию на всех уровнях образования, в том числе в школах.

Данная проблема в последние годы рассматривается в нормативно-правовых документах и научной литературе. Так, например, в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ отмечается, что образовательная организация должна создать условия для охраны и укрепления здоровья обучающихся» [22].

В Государственной программе РФ «Развитие физической культуры и спорта», процент граждан, регулярно занимающихся физической культурой, к 2020 году должен достигнуть 40 %, среди студентов – 80 %, а среди лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов – 20%. Для достижения данных целевых показателей необходимо создать эффективную, соответствующую реалиям государственную систему физического воспитания, включающую комплекс форм, методов и средств, направленных на улучшение показателей физической подготовленности обучающихся. Одной из таких форм является спортивный праздник.

В настоящее время происходит процесс совершенствования методики проведения спортивных праздников, разрабатываются новые виды праздников, имеющие спортивную, оздоровительную и образовательную направленность. По-прежнему продолжает быть актуальной проблема разработки новых методик по физическому воспитанию школьников в процессе организации спортивных праздников, которые позволили бы повысить у них интерес к урокам физкультуры, создать положительный эмоциональный фон и активизировать двигательную деятельность.

Спортивные праздники как мероприятия, основанные на массовости, зрелищности, разнообразии видов физических упражнений, спортивных и подвижных игр, играют важную роль в приобщении обучающихся к занятиям спортом. В связи с этим раздел «Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия» занимает важное место в содержании работы учителя физкультуры, поэтому необходима организация школьных спортивных праздников в процессе физического воспитания обучающихся.

Таким образом, проблема исследования заключается в обосновании методических особенностей проведения спортивных праздников в школе. Актуальность данной проблемы обусловили выбор темы исследования: «Методика организации и проведения школьных спортивных праздников».

**Цель исследования** – изучение особенностей методики организации и проведения школьных спортивных праздников.

**Объект исследования** – школьные спортивные праздники.

**Предмет исследования** – методика организации и проведения школьных спортивных праздников.

**Гипотеза исследования:** совершенствование методики организации и проведения спортивных праздников в школе возможно, обеспечивается:

Инновационной деятельностью по разработке, апробации, внедрению новых видов спортивных праздников в школе, в том числе учитывающих региональные и национальные особенности.

### **Задачи исследования:**

1. Изучить сущность понятия «праздник как форма физического воспитания».
2. Рассмотреть классификацию видов школьных спортивных праздников.
3. Проанализировать методику проведения школьных спортивных праздников.
4. Разработать план и содержание работы по организации и проведения школьных спортивных праздников.
5. Оценить эффективность работы по организации и проведения школьных спортивных праздников.

**База исследования:** МБОУ СОШ № 151 г. Челябинска.

### **Этапы исследования:**

**Первый этап** (сентябрь 2020 - ноябрь 2020): Утверждение темы выпускной квалификационной работы, теоретический анализ научно-методической литературы, проведение начального тестирования физической подготовленности младших школьников, а также процесс организации школьных спортивных праздников.

**Второй этап** (ноябрь 2020 - март 2021) Проведение педагогического эксперимента на базе исследования.

**Третий этап** (март 2021 - май 2021) Проведение логического анализа, математической обработки данных, полученной в результате исследования, и подведение итогов. Оформление выпускной квалификационной работы.

**Методы исследования:** анализ и обобщение данных научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

**Структура исследования:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, приложения.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ ПРАЗДНИКОВ

## 1.1 Праздник как форма физического воспитания школьников

Для изучения сущности праздника необходимо рассмотреть содержание физического воспитания и его форм.

Процесс физического воспитания – это система взаимосвязанных элементов – цели и задач, форм, методов и средств, которые направлены на решение оздоровительных, образовательных, воспитательных, развивающих задач.

Целью физического воспитания, по мнению Ж.К. Холодова, В.С. Кузнецова, является укрепление здоровья, создание условий для обеспечения жизнедеятельности, удовлетворения потребности человека в физической активности, повышения уровня физической подготовленности [44].

По мнению Е.В. Щербаковой, важнейшей задачей физического воспитания является сохранение и укрепление здоровья занимающихся посредством физических упражнений, профилактика заболеваний, укрепление различных систем организма, повышение уровня адаптации, иммунитета [51].

Физическое воспитание выполняет также развивающие задачи, так как направлено на гармоническое физическое развитие, совершенствование телосложения, развитие физических качеств и двигательных способностей – скоростных, силовых, координационных и других.

Физическое воспитание направлено на решение образовательных задач, так как знакомит занимающихся с видами физической активности, видами спорта, правильностью выполнения упражнений, ролью движения в сохранении и укреплении здоровья.

Физическое воспитание способствует формированию качеств личности – самостоятельности, активности, инициативности, решительности,

настойчивости и других. Систематические занятия физическими упражнениями создают условия для формирования воли.

Также физическое воспитание выполняет задачи общей и специальной физической подготовки, прикладной подготовки к определенным видам деятельности – профессиональной, военной, бытовой. Решение данных задач требует отбора соответствующих форм и методов физического воспитания, которые подбираются с учетом возраста и уровня подготовленности занимающихся.

Формы физического воспитания – это способы организации образовательного процесса, в ходе которого осуществляется взаимодействие педагога и обучающихся с целью решения оздоровительных, образовательных, воспитательных, развивающих задач. По мнению Л.Д. Назаренко, формы физического воспитания разделяются на две большие группы – урочные формы и неурочные формы занятий физической культурой и спортом [42].

В образовательных организациях процесс физического воспитания организуется посредством различных видов уроков или занятий, которые направлены на решение поставленных задач. Урочные формы – это виды занятий, которые организуются в определенное время с определенной группой обучающихся. Урочные формы подразделяются на:

- урок физической культуры;
- тренировочное занятие [32].

Неурочные виды физического воспитания включают в себя следующие формы:

- занятия в секциях по видам спорта, общей физической подготовки, туризма и других направлений;
- мероприятия в форме соревнований;
- физкультурно-оздоровительные и физкультурно-массовые мероприятия (праздники, прогулки, экскурсии, походы);
- физкультурные занятия в режиме продленного дня и другие.

В отдельную группу можно выделить такие формы физического воспитания, как самостоятельные занятия физическими упражнениями. Это могут быть такие формы, как утренняя гимнастика, домашние задания по физической подготовке, активный отдых и другие. Данные мероприятия выбираются самими занимающимися в соответствии с их интересами и потребностями.

Все формы физического воспитания связаны между собой и дополняют друг друга. Урочные формы являются ведущими, но при этом неурочные и самостоятельные занятия играют важную роль в физическом воспитании занимающихся, формирования у них потребности в физических упражнениях [24].

Рассмотрим более подробно праздник как форму физического воспитания.

Праздник занимает важное место в истории человечества как форма культуры. Определить феномен праздника пытались многие философы (Аристотель, Платон, Геродот), а также мыслители и ученые-культурологи. И.М. Снегирев одним из первых определил праздник как форму организации свободного времени, отличную от будничных трудов, включающую радость и веселье [49].

С.И. Ожегов предлагает несколько значений слова «праздник» в толковом словаре. Под праздником он понимает день какого-либо торжества, как правило, в честь определенного события или в память о чем-нибудь. Также праздник определяется как день или ряд дней, которые отмечаются как торжество, развлечение, игра [27].

В словаре Д.Н. Ушакова праздник рассматривается как также в нескольких значениях. Во-первых, праздник – это понятие, в который вкладывается определенное значение в зависимости от сферы жизнедеятельности. В религиозной сфере праздник – это день или ряд дней, которые посвящаются определенному событию или его памяти, например,

праздник, посвященный тому или иному деятелю, святому, а также историческому событию.

Во-вторых, праздник – это день торжества, которое устраивается в честь гражданского или исторического события, который отмечается различными парадами, собраниями, демонстрациями и другими формами коллективного взаимодействия.

В-третьих, праздник понимается как особая форма веселья, организации различных развлечений, массовых игр. Например, это детский праздник, спортивный праздник.

В-четвертых, праздник – это какой-то радостный день, какое-либо событие. Также праздник может рассматриваться как слово в переносном смысле, например, праздник как источник наслаждения [9].

В научной литературе существуют различные подходы к определению праздника. Например, Д.М. Генкин считает, что праздник – это педагогическая система, которая определенным образом воздействует на детей. Т.С. Костина также выделяет воспитательные функции праздника, но при этом подчеркивает, что праздник в первую очередь – это удовлетворения потребности человека в отдыхе, общении, освоении культуры [15].

Н.В. Малиновская, понятие «праздник» можно рассматривать в двух значениях. Во-первых, праздник – это свободное время, которое направлено на то, чтобы отметить определенное событие, выделить его из потока других событий. Во-вторых, праздник – это способ организации жизнедеятельности людей, которая протекает в определенных границах места и времени и организуется посредством контакта и взаимодействия людей [22].

С.А. Шмаков дает следующее определение празднику: «праздник позволяет расслабиться, забыться, отдохнуть от одинаковости будних дней». Значимость и событийность детского праздника определяются следующими признаками: абсолютной добровольностью участия и согласием с правилами праздника; свободным выбором детьми разнообразных сюжетов, ролей, положений; необходимостью каждому ребенку иметь пространство для

творческих выходов своей индивидуальности; разумной цикличностью; коммуникативным характером, отсутствием каких-либо принуждений и нарушений детских прав и свобод; наличием традиций, жанров самодеятельного искусства [50].

Детский праздник основу которого составляет эмоционально-ценностный, духовный компонент, является, по мнению многих отечественных педагогов, одной из наиболее действенных воспитательных форм. Весьма высоко ценил эту воспитательную форму К.Д. Ушинский, он не только указывал на праздник как на эффективную форму духовно-нравственного развития детей, но и определял основные институты средового воспитания, призванные применять эту форму в своей практике [10].

Е.А. Степанян отмечает, что одним из видов праздника является физкультурный или спортивный праздник [38].

Спортивный праздник – это вид организации спортивных мероприятий, включающий в себя разнообразные формы физкультурной деятельности, основанной на различных видах физических упражнений и игр.

Спортивный праздник в образовательной организации – это важная форма физического воспитания, включающая комплекс различных видов деятельности – педагогической, творческой, пропагандистской, организационной и других. Посредством данных видов деятельности осуществляется процесс воздействия педагога на обучающихся с целью формирования определенных качеств личности.

Праздник оказывает воздействие на всех участников спортивного праздника – зрителей, участников, организаторов, поэтому праздник выполняет комплексную функцию, включающую в себя не только организацию свободного времени, но и воспитательную функцию, которая оказывает влияние на участников [38].

Г.А. Чикалова, Д.И. Дегтярева считают, что спортивный праздник – это форма организации спортивно-массовых мероприятий, неотъемлемая часть

программы по физическому воспитанию как среди детей дошкольного возраста, так и среди обучающихся основной школы, а также студентов колледжей и высших учебных заведений. Спортивные праздники входят в программу физического воспитания на всех этапах образования и охватывает детей, школьников, студентов [47].

Спортивные праздники выполняют ряд важных задач в процессе физического воспитания школьников. Это оздоровительные, воспитательные, обучающие и развивающие задачи. В первую очередь, по мнению Г.А. Чикаловой, Д.И. Дегтяревой, спортивные праздники способствуют решению оздоровительных задач, так как упражнения, эстафеты, подвижные и спортивные игры, которые входят в содержание праздника, содействуют гармоничному физическому развитию, укреплению здоровья, оптимизации деятельности всех функций организма, удовлетворению потребности в двигательной активности.

Важную роль играют спортивные праздники в решении воспитательных задач. В ходе подготовки, участия в празднике обучающиеся общаются между собой, у них реализуется потребность в общении и взаимодействии, в командной работе. Спортивные праздники направлены на сплочение коллектива, формирование нравственных качеств, приобщение к ценности здоровья и здорового образа жизни, развитию волевых качеств личности, что способствует в конечном итоге реализации целевых ориентиров, заложенных в системе духовно-нравственного воспитания подрастающего поколения.

Праздники решают и образовательные задачи: они способствуют расширению представлений о видах спорта, о видах физических упражнений, их роли в поддержании и укреплении здоровья. Праздники способствуют развитию физических качеств, направляют обучающихся к самостоятельным занятиям спортом. Благодаря праздникам у школьников формируется мотивация, потребность в самореализации, достижении спортивных

результатов, физическому совершенствованию, раскрытию своих способностей в том или ином направлении физической культуры и спорта.

Спортивный праздник выполняет важные задачи не только в обучении и воспитании непосредственных участников, но и зрителей, которые во время праздника получают положительные эмоции, приобщаются к соревнованию, «болеют» за свои команды. Это также способствует решению задач по воспитанию обучающихся, сплочению коллектива, формированию ценностей здорового образа жизни, в системе которого физическая активность занимает одно из важных мест.

Обобщив различные источники, можно выделить следующие важные задачи спортивного праздника в школе:

- оздоровление обучающихся, создание условий для укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, нормализация функций всех систем организма;

- развитие двигательных качеств – скоростных, скоростно-силовых, координационных, силовых, развитие гибкости, повышение уровня физической подготовленности, повышение уровня работоспособности (общей выносливости);

- воспитание нравственных (взаимовыручка, ответственность, чувство коллективизма, готовность прийти на помощь) и волевых качеств (решительность, инициативность, самостоятельность, настойчивость и другие), воспитание умений общаться и взаимодействовать, соблюдать правила игры [47].

Ю.Ф. Курамшин определяет физкультурный праздник как форму физического воспитания, которая позволяет обучающимся демонстрировать уровень сформированности физических и волевых качеств, результаты, достигнутые в овладении физическими упражнениями за определенный промежуток времени. В ходе спортивного праздника обучающиеся имеют возможность соревноваться между собой по различным показателям – ловкость, смекалка, ориентировка в различных ситуациях и другим [17].

А.Г. Готовцева считает, что спортивный праздник в школе является формой активного отдыха обучающихся и педагогов. Спортивный праздник сочетает в себе разнообразные виды физической активности, в первую очередь, это физические упражнения из различных видов спорта – легкой атлетики, гимнастики, игровых видов спорта (волейбол, баскетбол, футбол), лыжного спорта. Важное место в программе спортивного праздника занимают подвижные игры, что особенно актуально для детей младшего возраста. Спортивные праздники в школе могут проводиться как на базе спортивного зала, так и на пришкольной территории, на стадионе. Также спортивные праздники могут включать в себя элементы развлечений, театральности, танца, различных аттракционов, конкурсов, викторин и других видов деятельности. Спортивный праздник, таким образом, выступает как многофункциональный способ организации времени и пространства [7].

Г.П. Коняхина, Л.М. Кравцова, Т.А. Михайлова, М.В. Чикалин также считают, что спортивный праздник в школе не следует рассматривать узко как форму физического воспитания. Спортивный праздник является формой общения и взаимодействия обучающихся, формирования у них коммуникативных навыков, приобщения к ценности коллектива. В связи с этим спортивный праздник раскрывается как синтетическая и комплексная деятельность, которая строится на разноплановых формах общения. Несмотря на то, что праздник должен проводиться на основе специально разработанной программы, важную роль играет импровизация, творческое самовыражение участников в различных ролях [14].

Особенности праздника, по мнению авторов, включают следующие черты:

1. Коллективность – это участие обучающихся, педагогов, а также родителей, всеобщее участие в подготовке праздника, в его проведении и организации.

2. Творческая самореализация – это возможность для каждого участника или зрителя выполнить различные роли, раскрыть свои силы, индивидуальность.

3. Разумная достаточность – это организация и проведения праздников с разумной цикличностью, то есть праздников в течение учебного года должно быть в разумном количестве, не слишком редко и не слишком часто.

Таким образом, физическое воспитание – это процесс, направленный на решение различных задач, которые способствуют оздоровлению, развитию физических качеств, удовлетворению потребности в двигательной активности (решение оздоровительных, обучающих, воспитательных и развивающих задач). Физическое воспитание организуется посредством урочных и неурочных форм. Праздник – это комплексная синтетическая деятельность, которая является активной деятельностью в сфере культурного наполнения свободного времени детей, организации их досуга, приобщения к социокультурным ценностям, средство социализации. Спортивный праздник как форма физического воспитания школьников – это деятельность, в основе которой лежат разнообразные виды физических упражнений (спортивных, гимнастикой, подвижными и спортивными играми) в сочетании с элементами театральности, хореографии, викторин. В основе спортивного праздника лежат принципы коллективности, самореализации участников, разумной цикличности. Далее рассмотрим, какие виды спортивных праздников в школе выделяются в научной литературе.

## 1.2 Виды школьных спортивных праздников

Школьные спортивные праздники разделяются на несколько видов в зависимости от того, какое основание для классификации выделяется автором. При этом следует отметить, что школьный спортивный праздник – это форма организации деятельности, которая направлена на решение комплекса задач. Спортивный праздник – это способ гармоничного развития обучающихся, поэтому выделение видов праздника достаточно условное. В

классификации праздников может быть выделена ведущая задача, но это не означает, что другие задачи не решаются.

А.А. Ветренко при классификации видов школьных спортивных праздников опирается на выполнение ими доминирующей задачи. В соответствии с этим выделяются такие праздники, как праздники по формированию здорового образа жизни, праздники воспитанию интереса к спорту, праздники для развлечения, праздники для раскрытия творческого потенциала, праздники по демонстрации спортивных достижений, по формированию познавательной активности, по воспитанию нравственных и волевых качеств.

Школьные спортивные праздники по формированию здорового образа жизни являются одними из наиболее часто проводимых. К данным праздникам относятся тематические мероприятия по типу «День здоровья», «Здоровый образ жизни», «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья» и другие. В структуру данных праздников входят различные подвижные игры, задания, связанные с представлениями обучающихся о здоровье и здоровом образе жизни, физические упражнения, движения в сочетании с текстом и другие мероприятия, которые направлены на формирование представлений о здоровье, положительного отношения к здоровому образу жизни и его компонентам (закаливание, правильное питание, физическая активность, положительные эмоции, гигиена, режим дня, полезные привычки).

Праздники, которые направлены на воспитание интереса к спорту и физической культуре, включают в себя мероприятия по типу соревнований различного уровня. В содержание данных спортивных праздников включаются различные игры – подвижные, спортивные, а также эстафеты, соревнования, состязания. В ходе праздника обучающимся сообщаются сведения о различных видах спорта, спортсменах нашей страны, о достижениях олимпийцев и другие. Данный вид праздников проводится в следующей тематике: «Веселые старты», «Олимпийские игры», «Путешествие в Спортландию» и другие.

Следующий тип спортивного праздника, по А.А. Ветренко, – это праздник, направленный на создание настроения и доставление удовольствия. К данным праздникам автором отнесены различные развлечения, шуточные праздники, игры, аттракционы, которые включают разнообразные формы взаимодействия педагога и обучающихся. В структуру данных праздников включаются песни, музыкальное сопровождение, шутки, развлечения. Данный вид праздников проводится в начальных классах.

Спортивные праздники по формированию творческой активности, раскрытию творческого потенциала – это праздники, которые включают в себя различные виды творческих заданий для демонстрации своих знаний, умений, инициативности, коммуникативных способностей. Тематика данных праздников включает в себя элементы путешествия, спасательной операции, например, к данному типу спортивного праздника можно отнести мероприятия «Космические приключения», «Спасатели», «Сигнал SOS принят», «Юные Робинзоны» и другие. Особенностью данного типа праздника является то, что в своей программе они включают элементы соревнований, состязательности, задания на смекалку, задания на выполнение определенных испытаний, прохождение полосы препятствий. Данный тип праздника наиболее интересен для детей младшего школьного и подросткового возраста.

Спортивные праздники, которые направлены на демонстрацию спортивных достижений, проводятся, как правило, в форме соревнований по одному или нескольким видам спорта. Зачастую такой тип спортивного праздника проводится в конце учебного года как форма подведения итогов или в конце обучения, например, в выпускных классах (4, 9, 11 классы). Тематика данных праздников – это «Соревнование по волейболу (баскетболу, футболу) среди классов одной параллели», «Какими мы стали», «Самый быстрый и ловкий» и другие. Также данный тип праздника может быть приурочен к определенной календарной дате, например, ко дню Защитника Отечества, к «8 марта» и так далее.

Следующий тип спортивного праздника – это праздники, которые направлены в первую очередь на реализацию обучающих задач, то есть на систематизацию знаний обучающихся о физической культуре и спорте, о безопасности поведения, о значении физических упражнений в укреплении здоровья. Данные праздники проводятся в форме познавательной викторины, включают задания на отгадывание загадок, разгадывание ребусов и кроссвордов.

И наконец, последний тип спортивного праздника по классификации А.А. Ветренко, – это праздники, направленные на реализацию воспитательных задач, формирование нравственных и волевых качеств обучающихся. Эти праздники направлены на сплочение коллектива, развитие умения работать в команде, на создание условий для формирования дружеских отношений. В ходе праздника вся игровая и соревновательная деятельность направлена в первую очередь на формирование готовности прийти на помощь, оказать поддержку, выручить в сложной ситуации. Эти праздники включают в себя задания для команд, которые необходимо выполнять общими усилиями. При этом команды должны комплектоваться таким образом, чтобы сильные участники помогали слабым раскрыться, реализовать свой потенциал [4].

А.Г. Готовцева считает, что различать виды школьных спортивных праздников следует по виду двигательной активности или направленности физических упражнений.

Во-первых, это спортивные праздники, которые строятся на основе игровых видов спорта и проводятся как соревнования между группами или классами. Данные праздники проводятся как соревнования по волейболу, футболу, баскетболу и другим видам игр. Праздник эффективен в том случае, если обучающиеся в достаточной мере освоили технику игры, знакомы с ее правилами, проявляют к ней интерес. В программу праздника включаются также мероприятия для зрителей – в перерывах между таймами организуются игры для болельщиков, танцевальные выступления девочек и другие виды

развлечений. При высоком уровне подготовленности команд праздник может быть проведен как спортивное соревнование по правилам игры. Также можно включить различные игры-эстафеты на основе спортивных игр, игры с элементами коллективных и индивидуальных соревнований на скорость и качество выполнения определенных технических действий (ведение мяча, броски в корзину и другие).

Во-вторых, спортивный праздник может строиться на основе определенных упражнений, например, из легкой атлетики, гимнастики, лыжного спорта. Данные праздники могут носить сезонный характер, например, зимой устраиваются праздники, включающие ходьбу на лыжах, лыжные гонки, катание на санках; летом могут быть соревнования по бегу, прыжкам, катанию на самокатах, роликах и другие. Особенностью данного праздника является наличие физических упражнений одного вида спорта.

В-третьих, спортивные праздники могут включать в себя различные виды подвижных игр. Их выбор, тематика, уровень нагрузки выбирается в соответствии с возрастом занимающихся. Данный тип праздника наиболее распространен в начальных классах, так как представляет интерес для младших школьников. Подвижные игры могут иметь сюжетный и несюжетный характер, проводиться с оборудованием и без него. Данный тип спортивного праздника не требует сложного инвентаря и специально оборудованной площадки. Преимуществом праздника является то, что участниками могут быть не только дети, но и взрослые (педагоги и родители).

И наконец, спортивные праздники могут быть комбинированными и интегрированными. Комбинированные праздники основаны на использовании нескольких видов упражнений из разных видов спорта. Обучающиеся в процессе выполнения заданий выполняют гимнастические, легкоатлетические упражнения, участвуют в подвижных и спортивных играх. Это позволяет привлечь внимание школьников к разным видам спорта, повысить их заинтересованность разнообразием физических упражнений.

Интегрированный спортивный праздник – это праздник, который помимо двигательной деятельности включает в себя другие виды активности обучающихся, например, познавательную деятельность, изобразительную деятельность, элементы театральности, хореографии и других. Сложностью организации данных праздников является необходимость их грамотного планирования, оптимального сочетания заданий, чтобы избежать переутомления и перенасыщения обучающихся [7].

Следующая классификация видов школьных спортивных праздников основана на том, какой метод проведения является ведущим. По мнению О.В. Загрядская, на этой основе может выделить игровые, соревновательные, сюжетные и творческие праздники.

Игровой спортивный праздник основан на различных видах игровой деятельности. В ходе праздника для школьников организуются различные виды подвижных и спортивных игр. Подвижные игры могут быть свободные и организованные с установленными правилами. Свободные (творческие или вольные) игры могут быть сюжетные и несюжетные. Несюжетные подвижные игры не имеют в своей основе определенного сюжета, но при этом содержат разнообразные игровые задания, которые необходимо выполнить для достижения поставленной задачи. Среди несюжетных подвижных игр выделяются такие виды, как ловишки, перебежки, игры с элементами соревновательности, игры-эстафеты, а также различные подвижные игры с предметами, в том числе с кеглями, мячами, скакалками, обручами и т.д.

Соревновательный спортивный праздник основан на соревновательном методе физического воспитания и включает в себя состязания между командами, которые вступают в противоборство по определенным заданиям, выполнению физических упражнений на скорость, ловкость, выносливость.

Сюжетные спортивные праздники строятся на основе определенного сюжета в соответствии с рассказом ведущего. По ходу действия и разворачивания событий в соответствии с сюжетом участники выполняют

задания, которые связаны единой темой и идеей. Итогом праздника является выполнение определенной миссии, поставленной задачи.

Творческие спортивные праздники направлены не только на выполнение определенных упражнений, но и на раскрытие творческого потенциала обучающихся, формирование у них умений принимать решения, проявлять инициативу, волевые качества. Для этого в содержание праздника включаются задания на решение проблемных ситуаций, головоломки, ребусы. Данный тип праздника отличается необходимостью введения импровизации, что требует от ведущего высокого уровня подготовленности и профессионализма. Для этого в сценарий должны быть заложены различные варианты решения, изменения сюжета [11].

Свою классификацию школьных спортивных праздников предлагает Ч.Т. Иванков. По его мнению, спортивные праздники в школе можно разделить по:

1) месту проведения:

– спортивные праздники у школы на спортивной площадке или стадионе;

– спортивные праздники в природных условиях, например, на лужайке в лесу, в парке или сквере, у водоема;

– спортивные праздники в спортивном зале школы;

2) составу участников:

– праздники для учащихся начальной, средней и основной школы – праздники для обучающихся одного возраста, одного класса, одной параллели;

– смешанные по составу праздники – праздники на основе объединения школьников разного возраста;

– праздники с участием родителей, родственников школьников (членов семьи) – праздник как соревнование, которое организуется не только обучающиеся, но и члены их семей – родители, братья, сестры, бабушки и дедушки;

– праздники, на которые приглашаются обучающиеся других школ района или города, занимающиеся в спортивных секциях, тренеры и спортсмены из спортивных школ;

3) характеру используемого оборудования:

– праздники с использованием различного инвентаря (спортивного, физкультурного, туристического);

– праздники с использованием природного материала (осенние листья, цветы, постройки из снега, льдинки, снежки, шишки, камушки, пеньки, бревна);

– праздники с использованием самодельного или приспособленного инвентаря (автопокрышки разного размера, лестница, бельевая веревка, предметы быта, мебель, пластиковые бутылки, наполненные песком);

4) праздники по сезону – осенние, зимние, весенние, летние. Данные праздники часто проводятся в соответствии с историческими и календарными событиями в течение учебного года [13].

Т.С. Костина считает, что школьные спортивные праздники можно разделить на следующие виды по типу соревнований:

– соревнования для школьников среди команд – это различные турниры, чемпионаты, спартакиады;

– соревнования с участием родителей – семейные праздники, в которых команды состоят не только из учеников, но и их родителей;

– соревнования по типу личного первенства по определенным видам спорта или упражнений;

– праздники-конкурсы (кроме предложенных на самом мероприятии заданий предлагается подготовить дома творческий номер);

– праздники-чествования (мероприятие, посвященное дню рождения или достижению результата участников) [15].

Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов соревнования разделяют: на личные, лично-командные и командные. В личных соревнованиях результаты и места засчитываются каждому отдельному участнику. В лично-командных

соревнованиях результаты и места засчитываются одновременно отдельным участникам и команде в целом, в командных соревнованиях – только командам [44].

Независимо от того, к какому типу относится праздник, важным условием является его грамотная и тщательная подготовка, в ходе которой должны быть учтены форма праздника, его цели и задачи, наличие необходимого оборудования и инвентаря, количество участников и зрителей, задания для них. Правильно организованный праздник способствует решению оздоровительных и образовательных задач, приобщает занимающихся к физической культуре и спорту [2].

Таким образом, виды школьных спортивных праздников можно выделить по доминирующей задаче, виду двигательной активности, месту проведения, составу и количеству участников, используемому оборудованию. В основе праздника могут быть различные физические упражнения, спортивные игры, подвижные игры, аттракционы, эстафеты и другие формы двигательной активности. Далее рассмотрим общие особенности методики организации и проведения школьных спортивных праздников, в независимости от вида праздника.

### 1.3 Методика проведения школьных спортивных праздников

Для того, чтобы праздник способствовал достижению поставленных целей и задач, необходима тщательная подготовка к проведению праздника, понимание методических особенностей данной формы физического воспитания школьников.

При организации и проведении праздника, по мнению В.П. Лукьяненко, необходимо учитывать следующие правила:

1. Любой праздник должен быть тщательно продуман и подготовлен.
2. В сценарий праздника следует включать различные средства эмоционального воздействия на участников: музыку, слово, художественное оформление, костюмы, песню, танец, фольклор, занимательный материал.

3. Тема праздника должна быть актуальной, интересной, личностно-значимой для каждого учащегося, соответствовать его возрасту.

4. Особенность праздника заключается в его четырехчастной структуре: пролог, завязка, развитие действия, финал.

5. На любом празднике все обучающиеся должны быть активными участниками, а не зрителями [20].

По мнению С.И. Абрамова, подготовка праздника включает следующие компоненты:

1. Подготовку к проведению праздника.
2. Проведение праздника.
3. Анализ проведения праздника [1].

В ходе беседы-диалога педагог выясняет отношение обучающихся к событию, которому посвящен праздник. Следующим этапом подготовки к празднику является общее собрание группы будущих участников. На этом собрании выявляется цель (социально значимая) проведения праздника, его задачи и пути их решения. Выбирается временная инициативная группа, для осуществления намеченных путей. При подготовке к празднику решаются следующие педагогические задачи: создание субъект-субъектных отношений между педагогом и детьми, для чего следует найти такую форму проведения праздника, чтобы школьнику было интересно не только выполнять распоряжения взрослого, но активно участвовать в творческой деятельности по подготовке и проведению мероприятия.

Г.А. Чикалова, Е.А. Репникова, Н.В. Чикалова выделяют следующие этапы подготовки праздника, последовательное прохождение которых позволяет правильно организовать праздник:

1. Определить тему, событие, которому посвящен спортивный праздник.
2. Разработать Положение, определить основные разделы документа, оформить.

3. Определить состав участников, зрителей, основные мероприятия, задачи, способы награждения.

4. Спланировать работы, необходимые для подготовки и проведения праздника [48].

Положение – это основной документ, который определяет порядок проведения школьного спортивного праздника.

Положение состоит из следующих основных разделов.

1. Цели и задачи.
2. Место и время.
3. Организация и руководство.
4. Участники и условия участия.
5. Программа.
6. Порядок и сроки подачи заявок.
7. Обеспечение безопасности участников и зрителей.
8. Финансирование и материально-техническое обеспечение фестиваля.
9. Награждение.

Проект программы и сценария церемонии открытия соревнований или спортивного праздника разрабатывается специалистами: режиссерами, руководителем и главным судьей соревнований. На первом заседании оргкомитета, кроме обсуждения таких основных документов, как Положение, приказ, распоряжение, проводится уточнение и утверждение программы и сценария.

Программа включает основные моменты всего хода мероприятия:

- открытие праздника: парад участников, судей, членов жюри;
- соревнования, спортивные конкурсы, спортивная викторина;
- концертная программа;
- парад закрытие праздника, награждение.

В сценарии подробно и последовательно излагаются, согласно программе, основные моменты, указываются ответственные и время, отведенное на проведение основных видов мероприятия. По окончании

спортивного мероприятия важно провести заключительное итоговое совещание по подведению итогов, анализом выступления отдельных команд или участников, выдачей отчетных документов.

Г.П. Коняхина, Л.М. Кравцова, Т.А. Михайлова, М.В. Чикалин также выделяют три основных этапа в проведении спортивного праздника. По ее мнению, методика организации праздника – сложный и трудоемкий процесс, включающий в себя этапы подготовки, проведения и подведения итогов.

Подготовка к празднику – это написание сценария, распределение ролей и обязанностей между участниками, подбор музыкального сопровождения, оформление площадки или зала, подготовка спортивной формы, эмблем, приглашений и т.п. При написании плана-сценария праздника необходимо:

- предусмотреть чередование игр и заданий с высокой физической нагрузкой и эмоциональным накалом и заданий, направленных на снятие напряжения;
- чередовать массовые и индивидуальные игры и задания;
- предусмотреть участие и оценку деятельности каждого участника с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей;
- сочетать знакомые детям и вызывающие у них положительное эмоциональное состояние игры задания с включением в них новых атрибутов, музыки, персонажей [14].

Праздник может быть организован на основе объединения детей одного возраста или близких по возрасту. Структура спортивного праздника:

- открытие (парад участников);
- показательные физкультурные и спортивные выступления;
- массовые состязания (по возрастным группам, по типу «Веселых стартов» или «Стартов надежд»);
- парад участников, подведение итогов, торжественное закрытие.

Первая часть праздника может быть организована в форме парада участников; неожиданное появление сказочных героев или зазывал, которые приглашают всех принять участие в массовых играх и аттракционах.

Основная часть праздника, направленная на решение его главной задачи, наполняется соответствующим двигательным содержанием: играми, соревнованиями, аттракционами. Если праздник носит массовый характер, то у ведущего должно быть несколько помощников, которые помогут расставить и убрать инвентарь, обеспечить музыкальное сопровождение, вручить подарки.

На празднике с ярко выраженной соревновательной направленностью важно своевременно оценивать выступления отдельных участников или команд. Для этого заранее выбирается жюри из трех-пяти человек, и на видном месте размещается табло. Оно может быть традиционным или необычным, например, в виде башни из кубиков: чья башня выше, тот и победил и т.п.

Подводить итоги необходимо и по ходу, и в конце праздника. После каждой игры, эстафеты, соревнования ведущий может сам подвести итог и оценить физические и морально-волевые качества команд, в целом, и отдельных игроков, в частности. Предоставлять слово жюри разумнее после 2-3 конкурсов, чтобы не превращать праздник в сплошные выступления взрослых.

К концу праздника желательно наградить обе команды по разным номинациям, например, первая команда – по номинации «Самая ловкая и быстрая», другая – «Самая дружная и веселая». Награждение должно проходить торжественно и весело.

Кульминацией любого праздника является сюрпризный момент. Его содержание и время включения зависит от возраста участников.

Неотъемлемой частью праздника и следующим условием его успешности являются приемы, которые побуждают зрителей к активной позиции, объединяют их в проявлении чувств, создают атмосферу

сопереживания и участия. Примером могут служить различные игровые приемы. Главное в проектировании этих моментов – это логика, своевременность и методика подачи.

И, наконец, важнейшее условие – создание атмосферы праздника, ее уплотнение по нарастающей, совпадающее с развитием чувства единения зала. Реализация всех этих условий предполагает неожиданные события в развитии действия, сюрпризность, зрелищность, придумывание необычных героев, костюмов и просто «фокусов»-превращений, которые вызовут у зрителя удивление. Внешние эффекты должны быть не только оправданы, но и согласованы со смысловой нагрузкой, т.е. должны подкреплять идею спортивного праздника [30].

Цельность праздника, его зрелищность достигаются не только соблюдением вышеизложенных условий, но и логически оправданным, органичным введением выразительных средств: декораций, светотехнических эффектов и музыкального оформления. Особое воздействие на зрителя оказывает музыка и голос. При выборе музыкальных фрагментов песен, особенно популярных, следует учитывать ассоциации, которые они уже несут в себе. Любой вид сценария требует написания предельно ясного и понятного текста ведущего (ведущих). Все связки между частями должны быть продуманными, записаны и отрепетированы с ведущими.

В программе целесообразно выделить несколько разделов, где следует отразить цель и задачи мероприятия (и на этой основе проводить всю подготовительную работу); дату и время его проведения, предполагаемую длительность; место проведения физкультурного праздника и отдельных номеров программы – парада участников, массовых выступлений, соревнований по разным видам игр и упражнений, конкурсов; определить ответственных за подготовку и проведение праздника; указать количество участников, возрастные группы; обусловить порядок подведения итогов

конкурсов и соревнований (индивидуальных и коллективных), поощрения участников [46].

Таким образом, анализ различных подходов к методике проведения школьных спортивных праздников показал, что можно выделить три основных этапа – подготовка праздника, его организация и подведение итогов (анализ праздника). Проведение школьных спортивных праздников включает в себя соответствующую подготовку, в которую входят определение вида праздника, его целей и задач, количества участников, команд, назначение ответственных за организацию и проведение праздника, выбор места мероприятия, разработку положения и сценария праздника.

## **ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ**

1. Физическое воспитание – это процесс, направленный на решение различных задач, которые способствуют оздоровлению, развитию физических качеств, удовлетворению потребности в двигательной активности.

Физическое воспитание организуется посредством урочных и неурочных форм. Формы физического воспитания – это способы организации образовательного процесса, в ходе которого осуществляется взаимодействие педагога и обучающихся с целью решения оздоровительных, образовательных, воспитательных, развивающих задач. Все формы физического воспитания связаны между собой и дополняют друг друга.

2. Праздник как форма физического воспитания школьников – это комплексная синтетическая деятельность, которая является активной деятельностью в сфере культурного наполнения свободного времени детей, организации их досуга, приобщения к социокультурным ценностям, средство социализации.

3. Спортивный праздник как форма физического воспитания школьников – это деятельность, в основе которой лежат разнообразные виды физических упражнений (спортивных, гимнастикой, подвижными и

спортивными играми) в сочетании с элементами театральности, хореографии, викторин. В основе спортивного праздника лежат принципы коллективности, самореализации участников, разумной цикличности.

Виды школьных спортивных праздников можно выделить по доминирующей задаче, виду двигательной активности, месту проведения, составу и количеству участников, используемому оборудованию. В основе праздника могут быть различные физические упражнения, спортивные игры, подвижные игры, аттракционы, эстафеты и другие формы двигательной активности. В основе праздника могут быть различные физические упражнения, спортивные игры, подвижные игры, аттракционы, эстафеты и другие формы двигательной активности.

В методике проведения школьных спортивных праздников можно выделить три основных этапа – подготовка праздника, его организация и подведение итогов (анализ праздника). Проведение школьных спортивных праздников включает в себя соответствующую подготовку, в которую входят определение вида праздника, его целей и задач, количества участников, команд, назначение ответственных за организацию и проведение праздника, выбор места мероприятия, разработку положения и сценария праздника.

## **ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ ПРАЗДНИКОВ**

### 2.1 Организация и методы исследования

Экспериментальное исследование проводилось с целью изучения эффективности методики организации и проведения школьных спортивных праздников в образовательной организации.

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 151 г. Челябинска, в начальных классах. В исследовании приняли участие учащиеся младшего школьного возраста. Возрастная группа – 9-10 лет. Всего было 40 учащихся (два класса), один класс – это экспериментальная группа, второй класс – это контрольная группа.

Задачи и этапы экспериментального исследования:

1. Проанализировать методику проведения школьных спортивных праздников – констатирующий этап.

2. Разработать план и содержание работы по организации и проведения школьных спортивных праздников – формирующий этап.

3. Оценить эффективность работы по организации и проведения школьных спортивных праздников – контрольный этап.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы:

- анализ и обобщение данных научно-методической литературы;
- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

Анализ и обобщение данных научно-методической литературы использовался для разработки плана и содержания работы по организации и проведению школьных спортивных праздников. Изучались виды школьных

спортивных праздников, разрабатывалась на этой основе методика их организации.

Педагогическое наблюдение использовалось как метод фиксации результатов исследования. Наблюдение не было основным методом, а сопровождало процесс тестирования уровня физической подготовленности младших школьников, а также процесс организации школьных спортивных праздников.

Контроль и оценка двигательной подготовленности осуществлялась посредством выполнения младшими школьниками тестовых заданий на выявление уровня развития физических качеств. Методики исследования физической подготовленности включали:

- быстрота: бег 30 м (с);
- общая выносливость: бег 1000 м (мин);
- силовые способности: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз);
- гибкость: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см);
- ловкость: челночный бег 3x10 м (с);
- скоростно-силовые способности: прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см);
- скоростно-силовые способности: метание мяча весом 150 г (м);
- силовая выносливость: поднятие туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин).

Нормативы выполнения тестов для учащихся 9-10 лет (на основе нормативов комплекса ГТО) представлены в таблице 1 (мальчики).

Таблица 1 – Нормативы выполнения тестов для младших школьников (мальчики)

Тест	Оценка		
	отлично	хорошо	удовлетворительно
Бег 30 м (с)	6,2	6,0	5,4
Бег 1000 м (мин)	6,10	5,50	4,50
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	10	13	22
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	+2	+4	+8
Челночный бег 3x10 м (с)	9,6	9,3	8,5
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	140	160
Метание мяча весом 150 г (м)	19	22	27
Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	27	32	42

В таблице 2 представлены нормативы выполнения тестовых заданий для девочек 9-10 лет.

Таблица 2 – Нормативы выполнения тестов для младших школьников (девочки)

Тест	Оценка		
	отлично	хорошо	удовлетворительно
Бег 30 м (с)	6,4	6,2	5,6
Бег 1000 м (мин)	6,30	6,20	5,10
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	5	7	15
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+3	+5	+11
Челночный бег 3x10 м (с)	9,9	9,5	8,7
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	120	130	150
Метание мяча весом 150 г (м)	13	15	18
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	24	27	36

Педагогический эксперимент – это метод, который заключался в изучении влияния одного фактора (организация школьных спортивных

праздников) на другой (уровень сформированности физических качеств обучающихся). Эксперимент включал три этапа – констатирующий, формирующий и контрольный.

Метод математической статистики использовался с целью выявления объективных закономерностей при обработке данных. Результаты были обработаны методом вариационной статистики с расчетом средней арифметической. Для обработки результатов использовался t-критерий Стьюдента.

В ходе исследования были определены средние значения выборки, вычислены стандартные отклонения, выявлена степень достоверности различий по критерию Стьюдента в программе MS Office Excel. Значимость различий считалась достоверной при  $p < 0,05$ .

Рассмотрим результаты наблюдения и анализа школьных спортивных праздников, а также результаты тестирования физической подготовленности обучающихся.

На первом этапе были изучены особенности организации школьных спортивных праздников, их частота, разнообразие, соответствие программному содержанию. Для этого были изучены документы учителя физической культуры, рабочая программа, тематический план уроков.

В ходе наблюдения были проанализированы содержание и структура спортивных праздников, проводимых в школе с обучающимися начальных классов: «Веселые старты» (2 класс), «Эстафета» (3 класс), «Соревнования по футболу» (4 класс).

Критерии оценки спортивных праздников:

1. Разнообразие спортивных праздников – это использование различных видов праздников.

2. Частота проведения в течение учебного года – это количество праздников, проведенных в начальных классах в текущем учебном году.

3. Соответствие программе, тематическому плану – это фактическое выполнение плана.

4. Соответствие методике проведения – это соблюдение методических требований к подготовке, организации и анализу праздника.

5. Доступность – это соответствие видов упражнений, заданий возможностям обучающихся начальных классов.

6. Привлечение родителей – это организация взаимодействия с семьей, организация совместных праздников.

7. Уровень активности и заинтересованности младших школьников – это проявление обучающимися интереса к празднику, участие в играх.

Каждый критерий оценивался в баллах – от 2 до 5, где:

5 баллов – оптимальный уровень, организация школьных спортивных праздников полностью соответствует всем заявленным критериям;

4 балла – допустимый уровень, организация школьных спортивных праздников частично соответствует заявленным критериям;

3 балла – критический уровень, организация школьных спортивных праздников частично соответствует заявленным критериям;

2 балла – недопустимый уровень, организация школьных спортивных праздников полностью не соответствует всем заявленным критериям

По итогам проведенного наблюдения мы получили следующие результаты, которые представлены на рисунке 1.

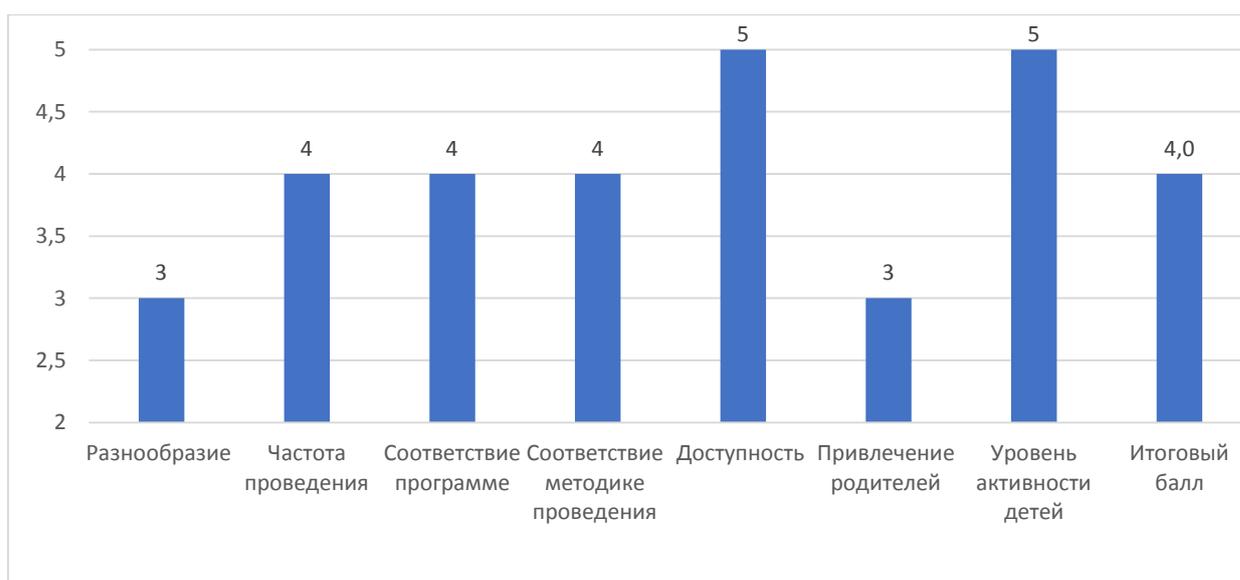


Рисунок 1 – Оценка школьных спортивных праздников, организуемых для младших школьников, в баллах

По критериям «разнообразие», «привлечение родителей» школьные спортивные праздники оценены в 3 балла – критический уровень. Это означает, что проводимые мероприятия отличаются однообразием, как правило, это праздники, построенные по типу эстафеты. Не задействованы такие виды спортивных праздников, как тематические праздники по формированию ЗОЖ, праздники по типу Олимпийских игр, праздники, формирующие интерес к комплексу ГТО и подготовку к нему, праздники на основе подвижных игр. Как правило, праздники проходят без участия родителей.

По критериям «частота проведения», «соответствие программе», «соответствие методике проведения» школьные спортивные праздники оценены в 4 балла – допустимый уровень. Праздники проводятся согласно рабочей программе, тематическому плану, наблюдаются отступления от плана, вызванные современной эпидемиологической ситуацией. Проводимые праздники в целом соответствуют методике, включают в себя подготовку праздника, организацию. Не всегда проводится полноценный анализ праздника, его обсуждение с младшими школьниками, рефлексия, оценка и вклад различных обучающихся или команд.

По критериям «доступность», «уровень активности детей» школьные спортивные праздники оценены в 5 баллов – оптимальный уровень. Все наблюдаемые праздники соответствовали возрастным возможностям младших школьников, уровню их физической подготовленности. Предлагаемые задания и упражнения построены на основе игр, соревнований, эстафет, что вызывало интерес.

Итоговый средний балл по всем критериям – 4,0 (допустимый уровень).

На втором этапе было проведено тестирование физической подготовленности младших школьников в экспериментальной и контрольной группах. Результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты тестирования физической подготовленности младших школьников (констатирующий этап)

Тест	Мальчики		t	p	Девочки		t	p
	ЭГ	КГ			ЭГ	КГ		
Бег 30 м (с)	6,07	6,00	0,44	>0,05	6,35	6,25	0,48	>0,05
Бег 1000 м (мин)	5,89	5,92	0,15	>0,05	6,35	6,16	1,08	>0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	14,90	17,40	1,64	>0,05	9,90	8,10	0,98	>0,05
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	4,20	4,40	0,22	>0,05	7,60	7,40	0,24	>0,05
Челночный бег 3x10 м (с)	9,16	9,21	0,81	>0,05	9,21	9,29	0,37	>0,05
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	148,30	138,90	1,19	>0,05	134,90	132,80	0,48	>0,05
Метание мяча весом 150 г (м)	18,40	18,90	0,27	>0,05	10,40	12,10	0,94	>0,05
Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	25,50	27,50	0,58	>0,05	22,50	21,00	0,44	>0,05

В результате проведенного тестирования выявлено, что младшие школьники в обеих группах не различаются между собой по уровню физической подготовленности, что означает, что группы подобраны правильно.

Таким образом, экспериментальное исследование было организовано на базе общеобразовательной школы, в нем приняли участие обучающиеся начальных классов. Проведенное наблюдение показало, что проводимые спортивные праздники в целом соответствуют заявленным критериям, но при этом следует отметить, что праздники недостаточно разнообразны, не способствуют организации взаимодействия с родителями. В соответствии с полученными результатами была проведена работа по организации и

проведению школьных спортивных праздников на формирующем этапе экспериментального исследования.

## 2.2 Содержание работы по организации и проведения школьных спортивных праздников

Работа с младшими школьниками проводилась в рамках уроков и внеурочной деятельности. В экспериментальной группе были дополнительно проведены спортивные праздники, в контрольной группе образовательный процесс осуществлялся только в рамках урочной деятельности.

Экспериментальная методика подготовки учащихся младшего школьного возраста к сдаче ГТО средствами подвижных игр на уроках физической культуры в школе разработана на основе программы физического воспитания учащихся, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич.

Задачи работы:

- 1) развитие физических качеств (быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости, гибкости, выносливости);
- 2) формирование представлений о комплексе ГТО, о физических качествах, видах спорта, техники безопасности во время занятий;
- 3) воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности.

Работа проводилась в различных формах:

- уроки физической культуры согласно рабочей программы и тематическому плану (ЭГ и КГ);
- соревновательные формы занятий (соревнования, контрольные нормативы, спортивные и подвижные игры) (ЭГ);
- физкультурно-массовые оздоровительные мероприятия (школьные спортивные праздники) (ЭГ).

К средствам формирования физических качеств школьников отнесены:

- спортивные и подвижные игры;

– гимнастические упражнения (строевые, общеразвивающие, акробатика);

– легкоатлетические упражнения (в беге, прыжках и метаниях, бег на короткие и средние дистанции, прыжки в длину и высоту с разбега).

Ведущее средство физического воспитания – подвижная игра.

В процессе формирования физических качеств обучающихся были использованы различные методы – общедидактические и специальные.

Общедидактические методы – это методы, направленные на решение обучающих задач, приобретение знаний. К данным методам относились словесные, наглядные и практические методы. Словесные методы – это объяснение, рассказ, беседа, лекция, описание, инструктаж. Наглядные методы – это демонстрация движения, показ, использование наглядных пособий, схем выполнения движений. Практические методы – это упражнение, игра.

Методы физического воспитания были направлены на овладение двигательными умениями и навыками и на их совершенствование. К данным методам отнесены метод расчлененного и целостного упражнения, метод целостно-конструктивного упражнения. Для совершенствования двигательных умений и навыков обучающихся использовались методы стандартного и вариативного упражнения, метод круговой тренировки, соревновательный и игровой метод. Стандартный метод включал равномерный и повторный методы, вариативный – интервальный и переменный методы.

В ходе уроков была применена трехчастная структура, включающая подготовительную, основную и заключительную части.

Подготовительная часть урока – это организационный момент, беседа с обучающимися по теме урока, сообщение кратких сведений из теории физической культуры и спорта, разминка. Подготовка к основной части включала разнообразные виды упражнений – ходьбу, бег, в сочетании с различными движениями рук, ОРУ.

В содержание основной части включались различные упражнения, спортивные и подвижные игры. В основной части использовались игровой и соревновательный методы, круговая тренировка.

Основная часть была направлена на развитие физических качеств и повышение уровня физической подготовленности обучающихся. На уроках использовались упражнения из легкой атлетики, гимнастики, а также подвижные и спортивные игры.

На каждом уроке проводилось 2-3 подвижных игры, которые были направлены на развитие физических качеств. Данные игры последовательно изучались, создавались условия для овладения двигательными действиями, что в дальнейшем давало возможность для их использования в спортивных праздниках.

На уроках для развития быстроты применялся повторный, игровой и соревновательный метод, использовались различные виды бега, ходьбы, физических упражнений. В качестве подвижных игр проведены такие, как «Гонка мячей», «Эстафета с мячом», «Кто быстрее», «Навстречу противнику» и другие.

Для развития силовых способностей использовались упражнения, направленные на укрепление основных мышц. Это упражнения на сопротивление, упражнения с предметами-отягощениями (гантели, мешочки с песком), упражнения с партнером. Силовой подготовке способствовали такие подвижные игры, как «Турнир атлетов», «Воздушный мост», «Гачка», «Перетягивание каната», «Силачи», «Вытолкни из круга» и другие.

Для развития скоростно-силовых способностей использовались упражнения, включающие различные виды прыжков – в длину, высоту, прыжки на месте, прыжки со скакалками на месте и в движении и другие. В данном направлении использовались подвижные игры с элементами прыжков, метания «Полоса препятствий», «Кто дальше?» и другие.

Для развития координационных способностей использовались подъем и спуск по наклонно стоящей скамейке, упражнения в лазании, перелезании.

На уроках использовались такие подвижные игры, как «Живая змейка», «Вездеход», «Эстафета с опорным прыжком и равновесием», «Сквозь обруч», «Тоннель», «Гонка обручей», «Через скакалку всей командой», «Удержи равновесие», «Переправа» и другие.

Упражнения на развитие выносливости – ходьба и бег в равномерном темпе, упражнения со скакалкой в заданном темпе. В основе работы лежит использование циклических упражнений различной интенсивности. Для развития общей выносливости использовался метод круговой тренировки, игровой метод. Были подобраны подвижные игры на основе ходьбы и бега, например, «Колесо», «Бег командами» и другие.

Для развития гибкости использовались упражнения, которые способствовали увеличению амплитуды движений, подвижности суставов. Упражнения выполнялись как статическом, так и в динамическом режиме. Это различные наклоны, упражнения с помощью партнера на растягивание, махи, круговые движения руками, стретчинг и другие. Использовались такие игры, как «Передача мяча», «Пройди под мостиком», «Арка», «Ящерицы» и другие.

Дозировка нагрузки на уроке осуществлялась за счет:

- изменения длительности игры;
- изменения размеров площадки;
- использования спортивного инвентаря;
- расстановки играющих и комплектования команд;
- числа повторов и интервалов отдыха.

В процессе организации подвижных игр особое внимание уделялось правильному проведению игры, чтобы она не вызывала переутомления обучающихся, а способствовала повышению физической подготовленности.

В заключительной части занятия проводились упражнения на восстановление пульса, дыхания, на расслабление и растяжку мышц. Обучающиеся осваивали технику дыхания, разработанную А.С. Стрельниковой. Выбор данной методики обусловлен ее эффективностью, сочетанием с различными видами

двигательной активности, физическими упражнениями и подвижными играми, положительным влиянием на дыхательную систему.

Помимо занятий урочного типа, в процессе подготовки младших школьников экспериментальной группы проводились мероприятия в рамках внеурочной деятельности в форме спортивных праздников.

В соответствии с учебной программой, планом были проведены следующие спортивные праздники:

1) Тематический праздник по формированию здорового образа жизни – «День здоровья».

Праздник направлен на формирование представлений о компонентах ЗОЖ. В ходе праздника дети распределялись на команды, проходили различные испытания по станциям, где отвечали на вопросы, выполняли различные упражнения.

Тип – командное первенство.

2) Праздник по формированию интереса к физкультуре и спорту, к личным достижениям, к спортивным событиям нашей страны и мира – «Олимпийские игры».

В ходе праздника младшие школьники соревновались в беге, прыжках, метании, лазании по канату и другие виды состязаний. Тип – личное первенство.

3) Праздник по формированию интереса к комплексу ГТО, подготовка к сдаче нормативов – «Будь готов!».

Цель: формирование представлений младших школьников о комплексе ГТО, мотивации к занятиям физической культурой, проверка готовности к сдаче нормативов.

Тип – личное первенство.

4) Совместный праздник с родителями «Веселые старты», посвященный праздникам 23 февраля и 8 марта.

Праздник проводится совместно с родителями, включает различные подвижные игры, эстафеты.

Тип – командное первенство.

При организации праздника были учтены методические требования к их проведению.

На этапе подготовки проводилась беседа с младшими школьниками, выявлялся уровень их заинтересованности в предстоящем мероприятии. При подготовке к празднику определялись:

1. Форма проведения, цель, этапы праздника.
2. Составление программы и сценария.

Программа включает:

- открытие праздника: парад участников, судей, членов жюри;
- соревнования, спортивные конкурсы, спортивная викторина;
- закрытие праздника, награждение.

После проведения праздника проводилось обсуждение, подводились итоги.

Таким образом, в содержание работы по физическому воспитанию обучающихся были включены различные физические упражнения и подвижные игры, которые проводились на уроках с целью повышения уровня физической подготовленности обучения. Для воспитания каждого физического качества были подобраны соответствующие упражнения и игры. Во внеурочной деятельности работа осуществлялась в форме праздников. В экспериментальной группе в учебный план были включены и проведены различные спортивные праздники, которые были направлены на формирование интереса к физической культуре и спорту, представлений о здоровом образе жизни, мотивации к повышению уровня физической подготовленности.

### 2.3 Анализ результатов экспериментального исследования

Для того, чтобы понять, позволяет ли реализация разработанной экспериментальной методики достичь улучшения результатов в физической

подготовленности младших школьников, мы провели тестирование физических качеств в контрольной и экспериментальной группах.

В таблице 4 приведены результаты тестирования мальчиков контрольной и экспериментальной групп.

Таблица 4 – Результаты тестирования физической подготовленности младших школьников (контрольный этап)

Тест	Мальчики		t	p	Девочки		t	p
	ЭГ	КГ			ЭГ	КГ		
Бег 30 м (с)	5,68	5,96	2,26	<0,05	5,78	6,13	2,32	<0,05
Бег 1000 м (мин)	5,31	5,82	2,56	<0,05	5,57	6,07	2,8	<0,05
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	20,60	17,50	2,37	<0,05	13,70	9,70	2,92	<0,05
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	6,60	4,90	2,02	>0,05	9,70	7,40	3,34	<0,05
Челночный бег 3x10 м (с)	8,64	9,11	3,18	<0,05	8,76	9,16	2,95	<0,05
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	161,50	147,50	2,96	<0,05	153,70	137,60	5,09	<0,05
Метание мяча весом 150 г (м)	24,40	20,90	2,53	<0,05	16,80	12,50	3,47	<0,05
Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)	36,60	29,00	2,36	<0,05	28,80	22,10	2,23	<0,05

Далее рассмотрим результаты тестирования по каждому физическому качеству.

Наглядно результаты оценки быстроты по тесту «Бег 30 м» представлены на рисунке 1.

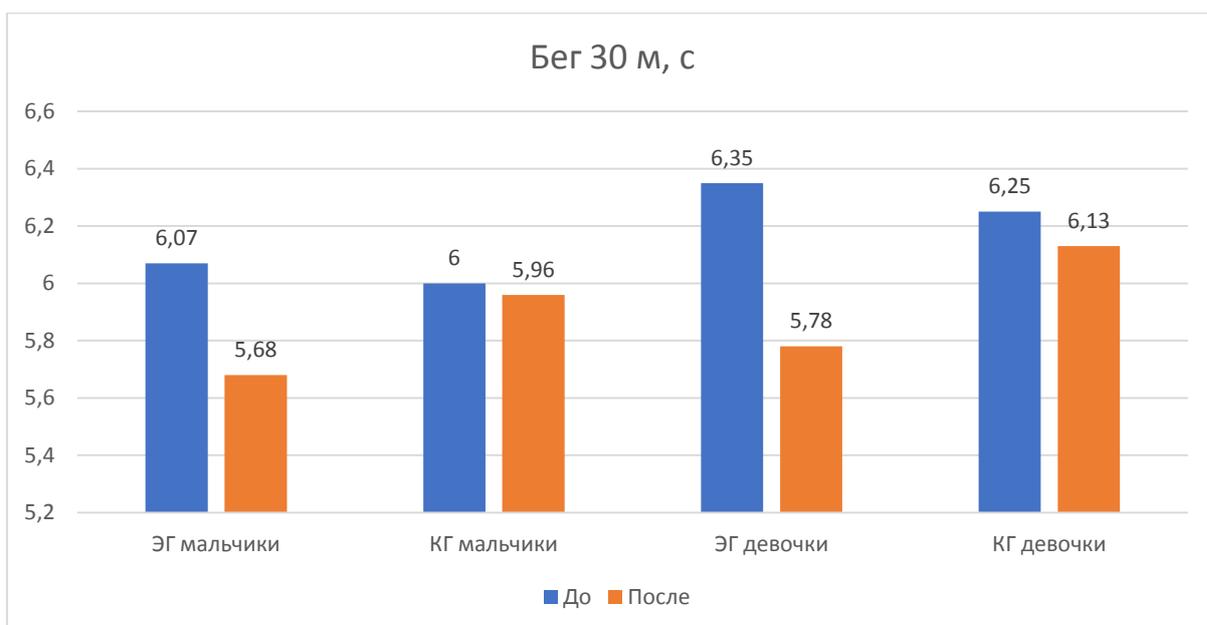


Рисунок 1 – Изменения в показателях быстроты школьников по тесту «бег 30 м» (с)

До эксперимента в экспериментальной и контрольной группах значимых различий в показателях быстроты не выявлено ( $p > 0,05$ ). После эксперимента показатели в ЭГ значительно улучшились – с 6,07 до 5,68 с у мальчиков, с 6,35 до 5,78 с у девочек, установлена достоверность различий  $p < 0,05$ . В контрольной группе значимых изменений не выявлено.

Наглядно результаты оценки общей выносливости школьников по тесту «бег 1000 м» представлены на рисунке 2.

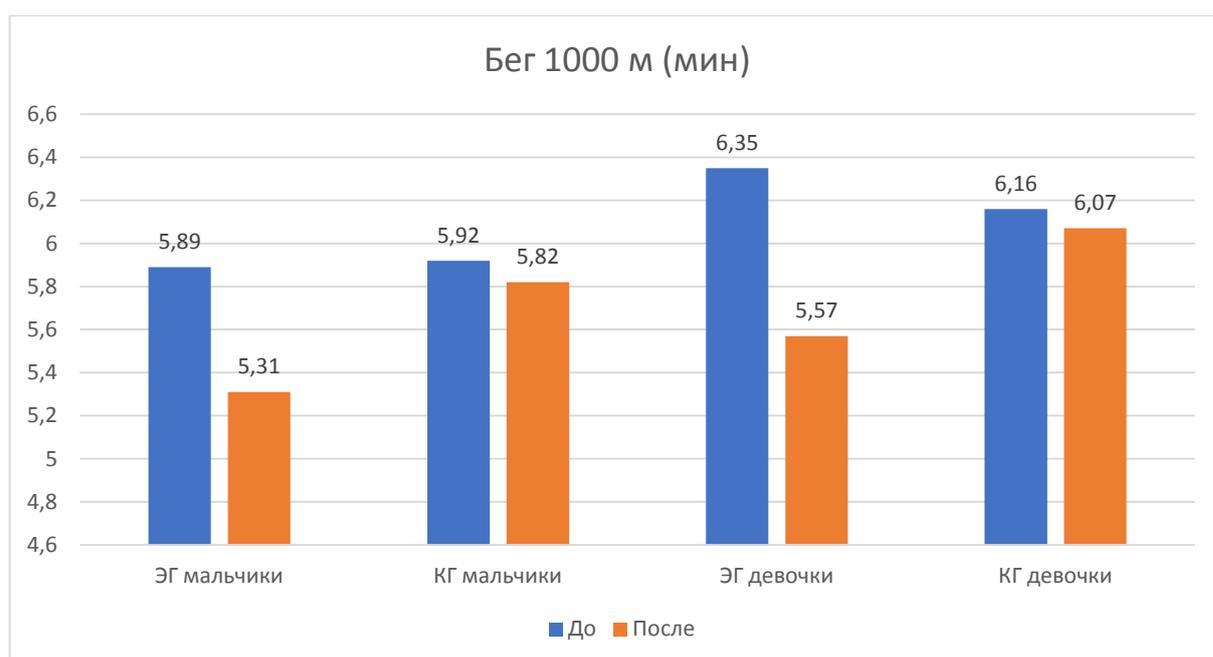


Рисунок 2 – Изменения в показателях общей выносливости школьников по тесту «бег 30 м» (с)

В экспериментальной группе показатели общей выносливости значительно улучшились, подвижные игры на выносливость способствовали улучшению показателей и мальчиков, и девочек. Показатели выносливости у мальчиков ЭГ повысились с 5,89 до 5,31 с, у девочек – с 6,35 до 5,57 с.

Установлена достоверность различий по сравнению с результатами младших школьников контрольной группы, в которой показатели выносливости повысились, но незначительно.

Результаты исследования силовых способностей обучающихся по тесту «сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» представлены на рисунке 3.

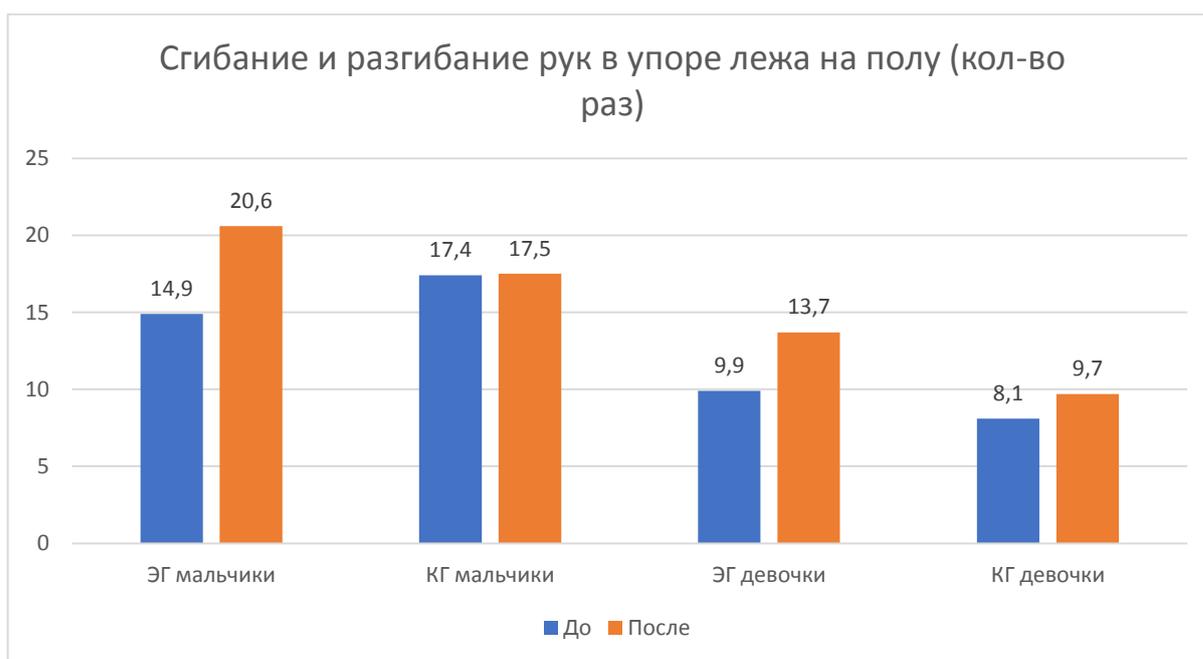


Рисунок 3 – Изменения в показателях силы школьников по тесту «сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» (количество раз)

Как видно из представленных на рисунке 3 данных, мальчики и девочки в ЭГ значительно лучше выполнили тест. Количество отжиманий у мальчиков ЭГ увеличилось с 14,9 до 20,6 раз, у девочек ЭГ – с 9,9 до 13,7 раз. В контрольной группе показатели силовых способностей выросли

незначительно. Между группами после реализации экспериментальной методики выявлены статистически значимые различия ( $p < 0,05$ ).

Данные исследования гибкости по тесту «наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье» представлены на рисунке 4.

Показатели гибкости выше у девочек, особенно виден рост показателей гибкости в экспериментальной группе – с 7,6 до 9,7 см, выявлена статистическая значимость среди девочек ЭГ и КГ ( $p < 0,05$ ). У мальчиков ЭГ также наблюдается улучшение показателей гибкости, но обработка результатов показала, что статистически значимых различий между мальчиками ЭГ и КГ нет ( $> 0,05$ ). Это означает, что предложенная методика недостаточно была ориентирована на развитие гибкости, а также то, что для развития гибкости необходимо более длительное время, чем то, которое было определено в рамках экспериментального исследования.

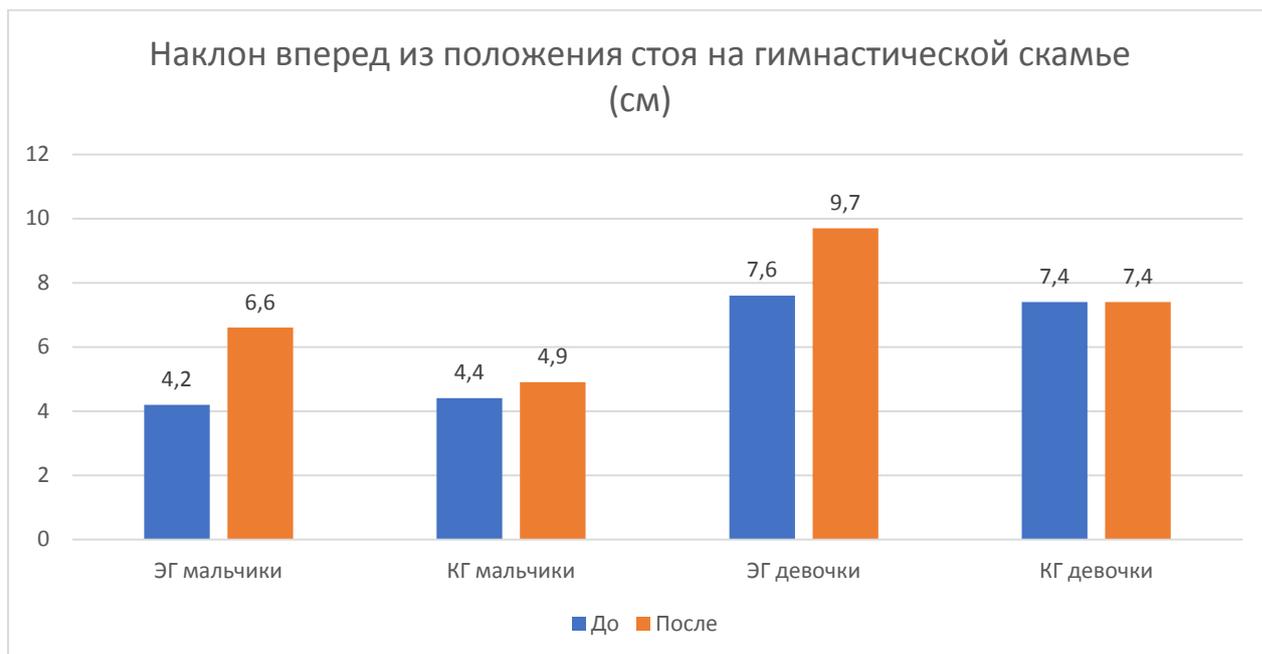
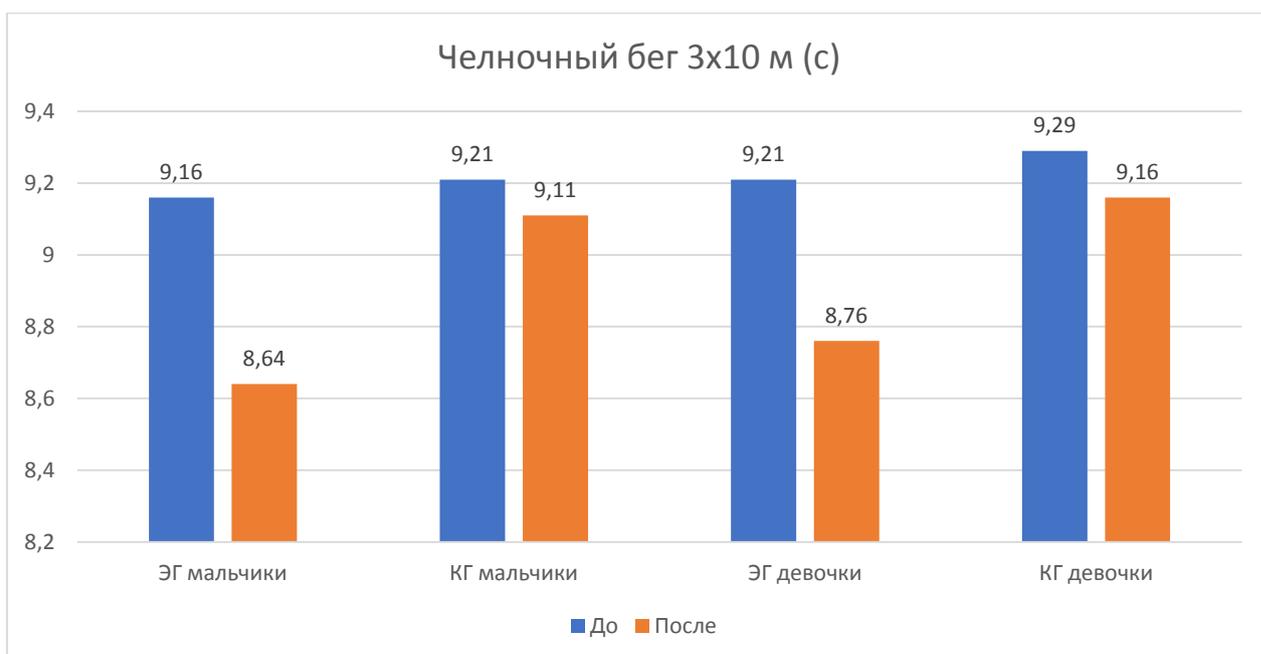


Рисунок 4 – Изменения в показателях гибкости школьников по тесту «наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье» (см)

Результаты тестирования ловкости по тесту «челночный бег» представлены на рисунке 5.

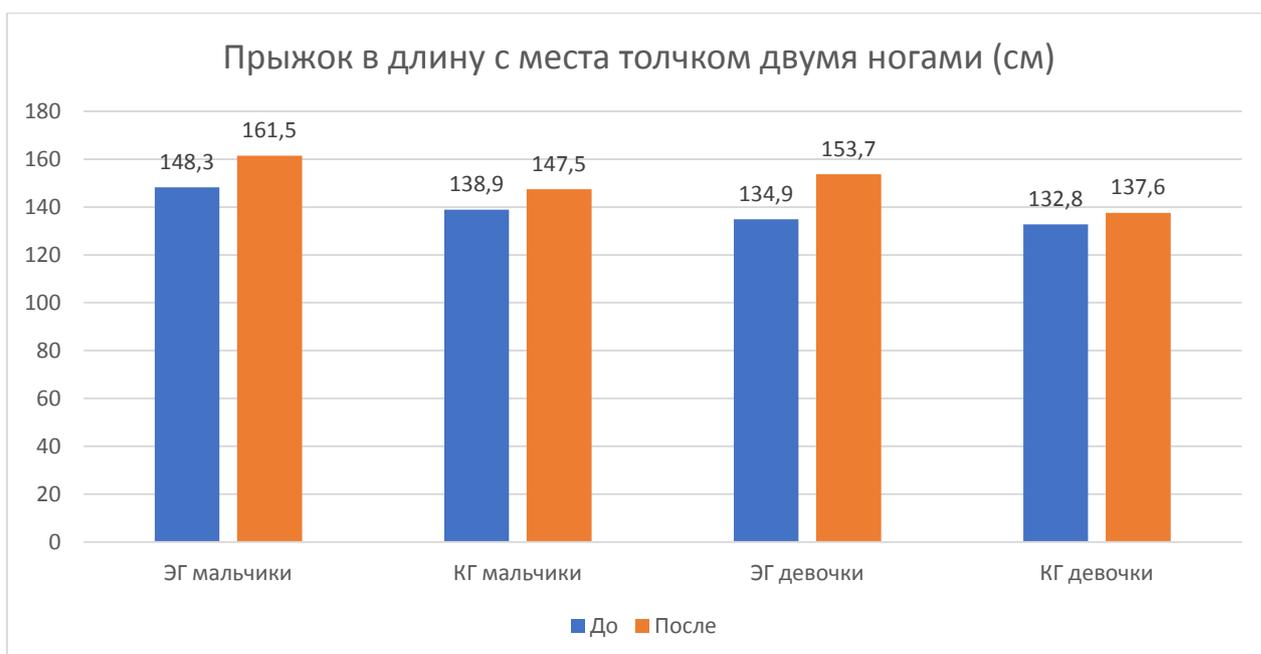


**Рисунок 5 – Изменения в показателях ловкости школьников по тесту «челночный бег 3x10 м» (с)**

Показатели ловкости у младших школьников, которые занимались по экспериментальной методике, значительно улучшились. У мальчиков ЭГ показатель ловкости по тесту «челночный бег» составил 9,16 с до реализации методики и 8,64 с после. В контрольной группе у мальчиков показатели изменились незначительно: с 9,21 с до 9,11 с. Между мальчиками ЭГ и КГ выявлена статистически значимые различия в показателях ловкости.

У мальчиков ЭГ показатель ловкости по тесту «челночный бег» также повысился: с 9,21 с до реализации методики до 8,76 с после. В контрольной группе у девочек показатели изменились незначительно: с 9,29 с до 9,16 с. Между девочками ЭГ и КГ также выявлена статистически значимые различия в показателях ловкости.

Результаты тестирования скоростно-силовых способностей по тесту «прыжок в длину с места толчком двумя ногами» представлены на рисунке 6.



**Рисунок 6 – Изменения в показателях скоростно-силовых способностей школьников по тесту «прыжок в длину с места толчком двумя ногами» (см)**

Улучшение показателей скоростно-силовых способностей по итогам прыжков в длину наблюдается у всех младших школьников. При этом выявлены статистически значимые различия между группами и у мальчиков, и у девочек.

Результаты тестирования скоростно-силовых способностей по тесту «метание мяча весом 150 г» представлены на рисунке 7.

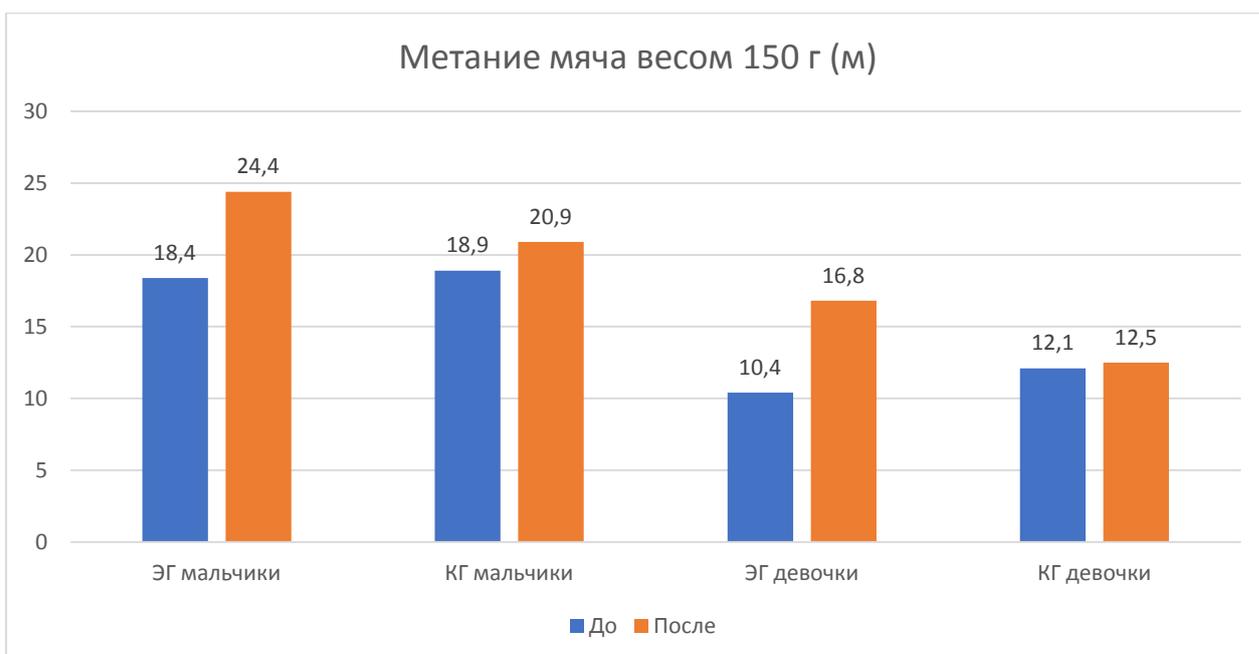


Рисунок 7 – Изменения в показателях скоростно-силовых способностей школьников по тесту «метание мяча весом 150 г» (м)

Мальчики и девочки экспериментальной группы значительно лучше справились с заданием на метание. Данные между группами, обработанные с помощью методов математической статистики, показали достоверную значимость различий ( $p < 0,05$ ).

Данные тестирования силовой выносливости по тесту «поднимание туловища из положения лежа на спине» представлены на рисунке 8.

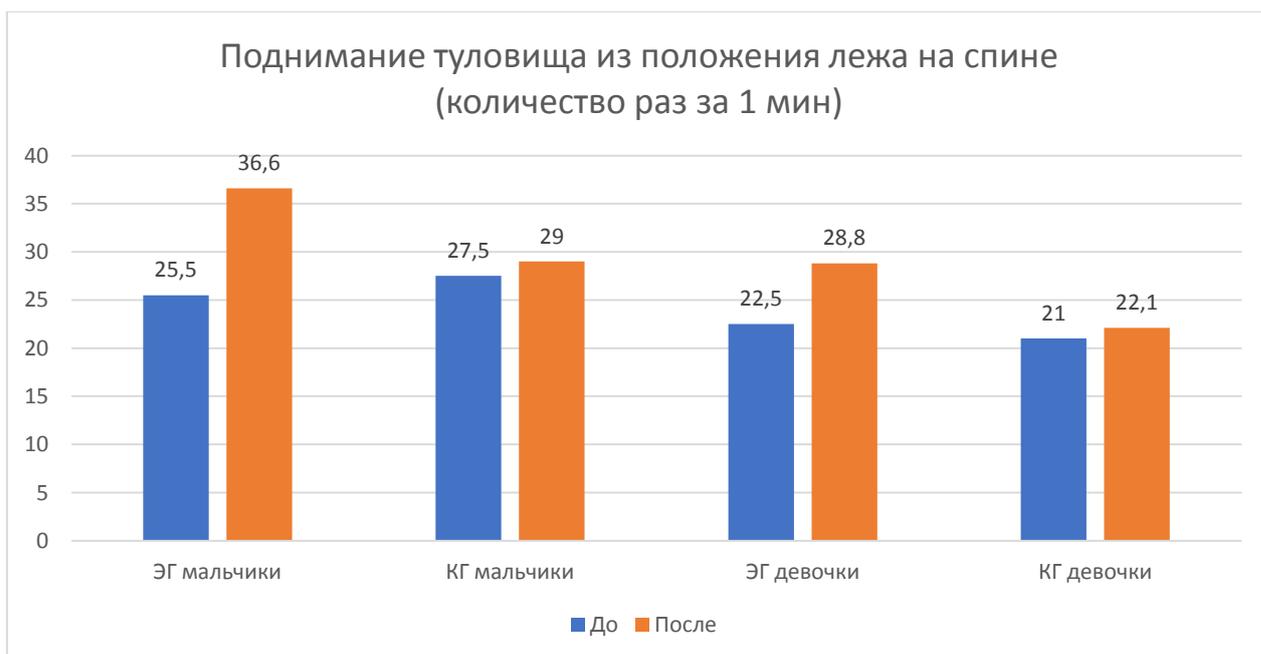


Рисунок 8 – Изменения в показателях силовой выносливости школьников по тесту «поднимание туловища из положения лежа на спине» (количество раз за 1 мин)

Показатели силовой выносливости мышц брюшного пресса у мальчиков и девочек экспериментальной группы значительно выше. Данные между группами, обработанные с помощью методов математической статистики, показали достоверную значимость различий ( $p < 0,05$ ).

Обобщив результаты тестирования, мы выяснили, смогут ли младшие школьники сдать нормативы ГТО и получить значок. Для этого данные были обобщены, соотнесены с требованиями ГТО и представлены в таблице 5, где указано количество учащихся в %, которые справились или не справились с выполнением нормативов.

Согласно данным, представленным в таблице 5, в экспериментальной группе больше обучающихся, у которых повысился уровень физической подготовленности, что в свою очередь позволило им успешно сдать нормативы ГТО.

Таблица 5 – Выполнение нормативов ГТО младшими школьниками, в %

Значок ГТО	Констатирующий этап				Контрольный этап			
	мальчики		девочки		мальчики		девочки	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Золотой	-	-	-	-	-	-	-	-
Серебряный	10	30	10	40	90	30	90	30
Бронзовый	10	20	20	10	10	10	10	-
Без значка	80	50	70	50	-	60	-	70

Наглядно результаты исследования представлены на рисунке 9.

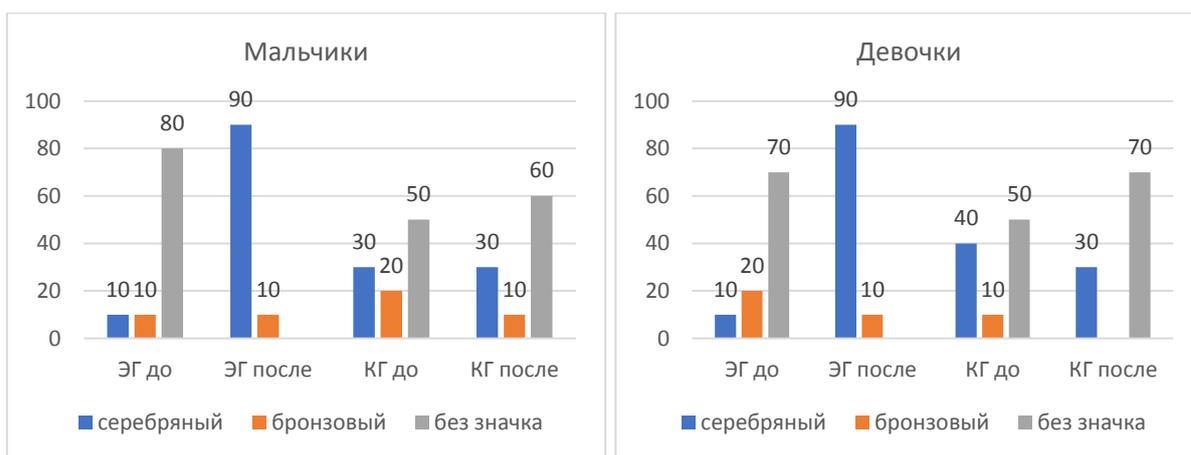


Рисунок 9 – Показатели сдачи нормативов ГТО младшими школьниками, в %

До реализации экспериментальной методики сдали нормативы ГТО только 20% мальчиков ЭГ и 50% мальчиков КГ. Среди девочек также показатели не высокие – 30% в ЭГ и 50% в КГ. После реализации экспериментальной методики значительно увеличилось количество младших школьников в ЭГ, которые сдали все тестовые нормативы, среди них серебряный значок бы получили 90%, бронзовый – 10%. Такие же результаты получены у девочек в ЭГ. В контрольной группе показатели изменились незначительно.

Таким образом, по итогам проведенного исследования были получены результаты, которые доказывают эффективность проведенных мероприятий, способствующих повышению уровня физической подготовленности младших школьников.

## ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

1. Экспериментальное исследование было организовано на базе общеобразовательной школы, в нем приняли участие обучающиеся начальных классов. Проведенное наблюдение показало, что проводимые спортивные праздники в целом соответствуют заявленным критериям, но при этом следует отметить, что праздники недостаточно разнообразны, не способствуют организации взаимодействия с родителями. В соответствии с полученными результатами была проведена работа по организации и

проведению школьных спортивных праздников на формирующем этапе экспериментального исследования.

2. Работа с младшими школьниками проводилась в рамках уроков и внеурочной деятельности. В экспериментальной группе были дополнительно проведены спортивные праздники, в контрольной группе образовательный процесс осуществлялся только в рамках урочной деятельности. Работа проводилась в различных формах: уроки физической культуры согласно рабочей программы и тематическому плану (ЭГ и КГ); соревновательные формы занятий (соревнования, контрольные нормативы, спортивные и подвижные игры) (ЭГ); физкультурно-массовые оздоровительные мероприятия (школьные спортивные праздники) (ЭГ).

3. Помимо занятий урочного типа, в процессе подготовки младших школьников экспериментальной группы проводились мероприятия в рамках внеурочной деятельности. Были проведены следующие спортивные праздники: тематический праздник по формированию здорового образа жизни – «День здоровья»; праздник по формированию интереса к физкультуре и спорту, к личным достижениям, к спортивным событиям нашей страны и мира – «Олимпийские игры»; праздник по формированию интереса к комплексу ГТО, подготовка к сдаче нормативов – «Будь готов!»; совместный праздник с родителями «Веселые старты», посвященный праздникам 23 февраля и 8 марта.

Для того, чтобы понять, позволяет ли реализация разработанной экспериментальной методики достичь улучшения результатов в физической подготовленности младших школьников, мы провели тестирование физических качеств в контрольной и экспериментальной группах. Результаты исследования показали, что у младших школьников экспериментальной группы значительно повысился уровень физической подготовки.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научной литературы по проблеме исследования показал, что процесс физического воспитания – это система взаимосвязанных элементов – цели и задач, форм, методов и средств, которые направлены на решение оздоровительных, образовательных, воспитательных, развивающих задач. Формы физического воспитания – это способы организации образовательного процесса, в ходе которого осуществляется взаимодействие педагога и обучающихся с целью решения оздоровительных, образовательных, воспитательных, развивающих задач. Все формы физического воспитания связаны между собой и дополняют друг друга.

Праздник как форма физического воспитания школьников – это комплексная синтетическая деятельность, которая является активной деятельностью в сфере культурного наполнения свободного времени детей, организации их досуга, приобщения к социокультурным ценностям, средство социализации. Спортивный праздник как форма физического воспитания школьников – это деятельность, в основе которой лежат разнообразные виды физических упражнений (спортивных, гимнастикой, подвижными и спортивными играми) в сочетании с элементами театральности, хореографии, викторин. В основе спортивного праздника лежат принципы коллективности, самореализации участников, разумной цикличности.

Виды школьных спортивных праздников можно выделить по доминирующей задаче, виду двигательной активности, месту проведения, составу и количеству участников, используемому оборудованию. В основе праздника могут быть различные физические упражнения, спортивные игры, подвижные игры, аттракционы, эстафеты и другие формы двигательной активности.

В методике проведения школьных спортивных праздников можно выделить три основных этапа – подготовка праздника, его организация и подведение итогов (анализ праздника). Проведение школьных спортивных

праздников включает в себя соответствующую подготовку, в которую входят определение вида праздника, его целей и задач, количества участников, команд, назначение ответственных за организацию и проведение праздника, выбор места мероприятия, разработку положения и сценария праздника.

Экспериментальное исследование было организовано на базе общеобразовательной школы, в нем приняли участие обучающиеся начальных классов. Проведенное наблюдение показало, что проводимые спортивные праздники в целом соответствуют заявленным критериям, но при этом следует отметить, что праздники недостаточно разнообразны, не способствуют организации взаимодействия с родителями. В соответствии с полученными результатами была проведена работа по организации и проведению школьных спортивных праздников на формирующем этапе экспериментального исследования.

В содержание работы по физическому воспитанию обучающихся были включены различные физические упражнения и подвижные игры, которые проводились на уроках с целью повышения уровня физической подготовленности обучения. Для воспитания каждого физического качества были подобраны соответствующие упражнения и игры. Во внеурочной деятельности работа осуществлялась в форме праздников. В экспериментальной группе в учебный план были включены и проведены различные спортивные праздники, которые были направлены на формирование интереса к физической культуре и спорту, представлений о здоровом образе жизни, мотивации к повышению уровня физической подготовленности.

Работа с младшими школьниками проводилась в рамках уроков и внеурочной деятельности. В экспериментальной группе были дополнительно проведены спортивные праздники, в контрольной группе образовательный процесс осуществлялся только в рамках урочной деятельности. Работа проводилась в различных формах: уроки физической культуры согласно рабочей программы и тематическому плану (ЭГ и КГ); соревновательные

формы занятий (соревнования, контрольные нормативы, спортивные и подвижные игры) (ЭГ); физкультурно-массовые оздоровительные мероприятия (школьные спортивные праздники) (ЭГ).

Помимо занятий урочного типа, в процессе подготовки младших школьников экспериментальной группы проводились мероприятия в рамках внеурочной деятельности. Были проведены следующие спортивные праздники: тематический праздник по формированию здорового образа жизни – «День здоровья»; праздник по формированию интереса к физкультуре и спорту, к личным достижениям, к спортивным событиям нашей страны и мира – «Олимпийские игры»; праздник по формированию интереса к комплексу ГТО, подготовка к сдаче нормативов – «Будь готов!»; совместный праздник с родителями «Веселые старты», посвященный праздникам 23 февраля и 8 марта.

Для того, чтобы понять, позволяет ли реализация разработанной экспериментальной методики достичь улучшения результатов в физической подготовленности младших школьников, мы провели тестирование физических качеств в контрольной и экспериментальной группах. Контроль и оценка двигательной подготовленности осуществлялась посредством выполнения младшими школьниками тестовых заданий на выявление уровня развития физических качеств. Результаты исследования показали, что у младших школьников экспериментальной группы значительно повысился уровень физической подготовки.

На контрольном этапе было выявлено, что в экспериментальной группе больше обучающихся, у которых повысился уровень физической подготовленности, что в свою очередь позволило им успешно сдать нормативы ГТО.

Таким образом, по итогам проведенного исследования были получены результаты, которые доказывают эффективность проведенных мероприятий, способствующих повышению уровня физической подготовленности младших школьников.

Цель исследования достигнута, поставленные задачи решены.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамов, С. И. Праздник как форма духовно-нравственного развития подростка в городской социокультурной среде [Текст] / С. И. Абрамов // ЦИТИСЭ. – 2016. – № 4 (8). – С. 11.
2. Бурлыков, В. Д. Спортивные соревнования: организация и проведение [Текст] / В. Д. Бурлыков. – Элиста, 2016. – 32 с.
3. Буянова, М. В. Детский праздник как событие и со-бытие [Текст] / М. В. Буянова // Вестник международных научных конференций. – 2015. – № 8 (12). – С. 67–70.
4. Ветренко, А. А. Спортивные праздники и их влияние на уровень взаимности межличностных взаимоотношений в коллективе школьников [Текст] / А. А. Ветренко // В мире научных открытий. – 2015. – № 9-2 (69). – С. 450–461.
5. Волчкова, М. А. Актуальность внедрения норм ГТО в российской системе физического воспитания [Текст] / М. А. Волчкова, С. А. Ильина // Наука-2020. – 2018. – № 2-2 (18). – С. 30–35.
6. Гагин, В. Н. Национальные праздники и обряды, или Праздничность как феномен русской культуры [Текст] / В. Н. Гагин. – Москва : Профиздат, 2005. – 320 с.
7. Готовцева, А. Г. Организация спортивных праздников в процессе физического воспитания младших школьников [Текст] / А. Г. Готовцева // Научный электронный журнал Меридиан. – 2017. – № 4 (7). – С. 75–77.
8. Григорьев, В. И. Психологическая характеристика спортивного соревнования [Текст] / В. И. Григорьев // Психолого-педагогические аспекты физической культуры студентов. – Санкт-Петербург, 2016. – С. 38–47.
9. Даль, В. И. Толковый словарь русского языка : современная версия [Текст] / В. И. Даль. – Москва : ЭКСМО-Пресс, 2014. – 592 с.
10. Дударева, Н. В. Театрализованный праздник как социально-художественный проект в детской школе искусств [Текст] / Н.В. Дударева //

Культура в евразийском пространстве: традиции и новации. – Москва, 2015. – С. 27 – 29.

11. Загрядская, О. В. Организация массовых гимнастических выступлений и праздников в детском оздоровительном лагере [Текст] / О. В. Загрядская // Современная гимнастика: проблемы, тенденции, перспективы. – Москва, 2013. – С. 97–103.

12. Зюрин, Э. А. Управление физическим воспитанием учащихся образовательных учреждений в условиях деятельности школьного физкультурно-спортивного клуба [Текст] / Э. А. Зюрин, В. А. Куренцов, М. Р. Сяфуков // Вестник спортивной науки. – 2017. – № 3. – С. 45–49.

13. Иванков, Ч. Т. Методические основы теории физической культуры и спорта [Текст] / Ч. Т. Иванков. – Москва : ИНСАН, 2016. – 367 с.

14. Коняхина, Г. П. Методическое сопровождение спортивных праздников в образовательных учреждениях [Текст] : учебно-методическое пособие / Г. П. Коняхина, Л. М. Кравцова, Т. А. Михайлова, М. В. Чикалин. – Челябинск : Цицеро, 2018. – 212 с.

15. Костина, Т. С. Сценарий массового праздника социально-культурной направленности, как инструмент воздействия на процесс социализации современной молодежи [Текст] / Т. С. Костина // Социальная интеграция и развитие этнокультур в евразийском пространстве. – 2015. – № 3-1. – С. 206–211.

16. Красников, А. А. Проблемы общей теории спортивных соревнований [Текст] / А. А. Красников. – Москва : СпортАкадемПресс, 2015. – 324 с.

17. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры [Текст] / Ю. Ф. Курмашин. – Москва : Советский спорт, 2010. – 464 с.

18. Курбатов, В. П. Праздничная культура как способ воспитания и образования [Текст] : монография / В. П. Курбатов, И. М. Верещагина. – Томск : Изд-во Том. гос. архит.-строит. ун-та, 2014. – 196 с.

19. Леньшина, М. В. Программно-нормативные основы физического

воспитания школьников [Текст] / М. В. Леньшина, О. Н. Савинкова. – Воронеж : Научная книга, 2014. – 210 с.

20. Лукьяненко, В. П. Физическая культура : основы знаний [Текст]: учебное пособие / В. П. Лукьяненко. – Москва: Советский спорт, 2018.–224 с.

21. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся. 1-11 классы [Текст] / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – Москва : Просвещение, 2010. – 128 с.

22. Малиновская, Н. В. Массовые спортивно-зрелищные мероприятия малых форм праздничной направленности, как педагогическая технология [Текст] / Н. В. Малиновская // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2018. – № 32-1. – С. 54–56.

23. Мальченко, А. Д. Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО на предметной основе легкой атлетики [Текст] : учеб. пособие/ А. Д. Мальченко, О. В. Погорелова. – Москва : РУДН, 2017. – 148 с.

24. Менхин, Ю. В. Физическое воспитание : теория, методика, практика [Текст] / Ю.В. Менхин. – Москва : СпортАкадемПресс, Физкультура и спорт, 2006. – 376 с.

25. Мишенькина, В. Ф. Основы организации спортивно-физкультурных праздников по месту жительства [Текст] / В. Ф. Мишенькина, Д. А. Бобровский // Физкультурное образование Сибири. – 2016. – Т. 36, № 2. – С. 22–24.

26. Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта»: Постановление Правительства РФ от 15 апреля 2014 г. N 302 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/77668952/>

27. Ожегов, С. И. Словарь русского языка [Текст] / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – Москва : Аст, Оникс, 2014. – 1200 с.

28. Опарина, Н. А. Педагогика детского зрелищного досуга [Текст] : монография / Н. А. Опарина. – Москва : Белый ветер, 2013. – 254 с.

29. Опарина, Н. А. Школьные праздники как средство социализации

детей [Текст] / Н. А. Опарина // Альманах мировой науки. – 2016. – № 1-3 (4). – С. 16–20.

30. Оринчук, В. А. Физкультурные праздники как средство формирования положительного отношения к занятиям адаптивной физической культурой [Текст] / В. А. Оринчук, М. В. Курникова, Е. Н. Фомичева // Адаптивная физическая культура. – 2017. – № 1 (69). – С. 11–15.

31. Петрунина, М. А. Идея педагогической ценности детских праздников в эстетическом воспитании [Текст] / М. А. Петрунина // Многомерность педагогической классики : отечественный и зарубежный опыт. – Москва, 2015. – С. 113–119.

32. Проблемы школьного физкультурного образования : теория и практика [Текст] : монография / О. В. Булдашева, Г. М. Бурков, Л. Г. Буркова ; под ред. И. С. Осиповой. – Новосибирск : Издательство ЦРНС, 2016. – 176 с.

33. Решетников, Н. В. Физическая культура [Текст] / Н. В. Решетников, Ю. Л. Кислицин. – Москва : Академия, 2005. – 152 с.

34. Руденко, Г. В. Организационно-педагогические условия, необходимые для внедрения нового комплекса ГТО в систему физического воспитания населения России [Текст] / Г. В. Руденко, А. Э. Болотин // Теория и практика физ. культуры. – 2015. – № 7. – С. 97–99.

35. Сагалаков, Н. У. Национальный детский праздник как педагогическая система [Текст] / Н. У. Сагалаков //Методист. – 2014. – № 4. – С. 11–14.

36. Сергеев, Е. В. Разработка программы и сценария физкультурного праздника [Текст] / Е. В. Сергеев // Физическая культура в школе. – 2011. – № 3. – С. 62–63.

37. Социологический энциклопедический словарь : на русском, английском, немецком, французском и чешском языках [Текст] / ред. Г. В. Осипов. – Москва : НОРМА-ИНФРА-М, 2014. – 488 с.

38. Степанян, Е. А. Физкультурное образование школьников в условиях спортивных мероприятий-праздников [Текст] / Е. А. Степанян // Омский научный вестник. – 2008. – № 1 (63). – С. 122–126.

39. Толковый словарь русского языка [Текст] / под ред. Д. Н. Ушакова. – Москва, 2015. – Т. 3. – 424 с.

40. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации: от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ [Электронный ресурс] – Режим доступа: URL: <http://base.garant.ru/70291362/>

41. Фельдштейн, Д. И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды [Текст] / Д. И. Фельдштейн. – Москва : Издательство Московского психолого-социального института ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 2014. – 432 с.

42. Физическая культура и спорт – средство физического, духовно-нравственного развития школьников и учащейся молодежи [Текст] : монография / под ред. Л. Д. Назаренко. – Ульяновск : УГПУ им. И. Н. Ульянова, 2012. – 191 с.

43. Философский словарь [Текст] / под ред. И.Т. Фролова. – Москва : Республика, 2015. – 719 с.

44. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] : учеб пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва : Издательский центр «Академия», 2020. – 480 с.

45. Цуприкова, О. А. Сценарий спортивного праздника «Школьный фестиваль ГТО» Москва [Текст] / О. А. Цуприкова, Л. В. Бибикова // Современные тенденции организации образовательного процесса : от идеи к результату. – Чебоксары, 2017. – С. 197–200.

46. Черных, З. Н. Спортивные праздники как средство формирования интереса к физической культуре и спорту [Текст] / З. Н. Черных, Т. М. Борисенко // Актуальные проблемы профессионального педагогического и технологического образования. – Шадринск, 2020. – С. 141–144.

47. Чикалова, Г. А. Методика проведения спортивного праздника для детей младшего школьного возраста [Текст] / Г. А. Чикалова, Д. И. Дегтярева // Актуальные проблемы развития спортивных танцев, аэробики и фитнеса. – Волгоград, 2010. – С. 119–121.

48. Чикалова, Г. А. Организация и методика проведения спортивных праздников и соревнований [Текст] : учеб. пособие / Г. А. Чикалова, Е. А. Репникова, Н. В. Чикалова. – Волгоград : ФГОУВПО «ВГАФК», 2009. – 260 с.

49. Шаповалов, С. Н. Советские праздники и политическая социализация молодежи [Текст] / С. Н. Шаповалов // Общество : политика, экономика, право. – 2013. – № 3. – С. 30–33.

50. Щербакова, Е. В. К вопросу о подготовке учащихся к выполнению нормативов ГТО [Текст] / Е. В. Щербакова // Физическая культура и спорт в современном мире : проблемы и решения. – 2017. – № 1. – С. 148–154.

51. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : курс лекций [Текст] : учеб. пособие / Г. А. Ямалетдинова. – Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

### Протокол исследования

Таблица А.1 – Показатели физической подготовленности школьников на констатирующем этапе экспериментального исследования (мальчики)

Список учащихся	Бег 30 м (с)	Бег 1000 м (мин)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Прыжок в длину с места (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)
<b>ЭГ</b>								
1	6,1	6,04	12	3	9,5	145	15	25
2	6,4	5,23	15	4	9,4	156	14	18
3	5,6	5,58	19	6	9,3	167	18	26
4	6,3	5,63	20	3	8,9	160	21	21
5	6,1	6,1	14	2	9,2	128	15	19
6	6,5	6,34	12	3	9,7	134	17	22
7	6,1	6,43	16	4	9,1	123	14	32
8	5,9	6,07	10	4	8,7	164	24	33
9	6,2	6,33	15	5	9,2	141	21	25
10	5,5	5,12	16	8	8,6	165	25	34
X	6,07	5,89	14,90	4,20	9,16	148,30	18,40	25,50
$\delta$	0,32	0,47	3,11	1,75	0,35	16,30	4,12	5,80
m	0,11	0,16	1,04	0,58	0,12	5,43	1,37	1,93
<b>КГ</b>								
1	6,4	6,26	15	4	9,4	135	16	16
2	6,1	6,24	12	3	9,4	121	21	19
3	6,3	6,44	16	2	9,6	129	20	21
4	5,4	5,31	20	7	8,8	146	23	38
5	6,1	5,89	21	8	9,4	132	15	34
6	5,9	5,9	19	5	8,6	164	18	31
7	6,4	6,53	13	3	9,7	121	14	19
8	5,5	5,47	19	6	8,8	156	23	39
9	5,8	5,34	22	4	8,9	163	24	34
10	6,1	5,82	17	2	9,5	122	15	24
X	6,00	5,92	17,40	4,40	9,21	138,90	18,90	27,50
$\delta$	0,35	0,45	3,37	2,07	0,39	17,13	3,78	8,63
m	0,12	0,15	1,12	0,69	0,13	5,71	1,26	2,88
tЭМП	<b>0,44</b>	<b>0,15</b>	<b>1,64</b>	<b>0,22</b>	<b>0,81</b>	<b>1,19</b>	<b>0,27</b>	<b>0,58</b>
tКр	2,1							

Таблица А.2 – Показатели физической подготовленности школьников на констатирующем этапе экспериментального исследования (девочки)

Список учащихся	Бег 30 м (с)	Бег 1000 м (мин)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Прыжок в длину с места (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)
ЭГ								
1	6,6	6,34	7	5	9,8	132	7	25
2	6,5	6,71	9	7	9,7	131	6	26
3	6,6	6,49	6	10	9,9	128	12	23
4	6,1	6,32	11	7	9,1	134	11	21
5	5,9	6,09	17	9	8,5	143	14	25
6	6,1	6,43	16	6	8,6	139	13	24
7	5,7	5,47	18	10	8,6	149	17	31
8	6,7	6,59	5	6	8,9	141	10	24
9	6,4	6,51	4	7	9,2	132	6	14
10	6,9	6,53	6	9	9,8	120	8	12
X	6,35	6,35	9,90	7,60	9,21	134,90	10,40	22,50
$\delta$	0,38	0,35	5,30	1,78	0,55	8,31	3,69	5,64
m	0,13	0,12	1,77	0,59	0,18	2,77	1,23	1,88
КГ								
1	6,5	6,33	7	4	9,6	122	12	18
2	6,7	6,54	8	8	9,5	124	11	15
3	5,6	5,45	9	6	8,8	145	16	32
4	5,4	5,82	6	9	8,7	141	17	31
5	5,9	5,71	8	8	9,1	151	17	35
6	6,8	6,43	6	10	9,5	137	12	16
7	6,5	6,59	8	6	9,6	128	11	17
8	6,3	6,29	8	8	9,4	126	7	22
9	6,7	6,49	11	8	9,2	129	5	11
10	6,1	5,91	10	7	9,5	125	13	13
X	6,25	6,16	8,10	7,40	9,29	132,80	12,10	21,00
$\delta$	0,49	0,40	1,60	1,71	0,33	10,02	3,98	8,62
m	0,16	0,13	0,53	0,57	0,11	3,34	1,33	2,87
tЭМП	<b>0,48</b>	<b>1,08</b>	<b>0,98</b>	<b>0,24</b>	<b>0,37</b>	<b>0,48</b>	<b>0,94</b>	<b>0,44</b>
tКр	2,1							

Таблица А.3 – Показатели физической подготовленности школьников на контрольном этапе экспериментального исследования (мальчики)

Список учащихся	Бег 30 м (с)	Бег 1000 м (мин)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	Челночный бег 3х10 м (с)	Прыжок в длину с места (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)
ЭГ								
1	5,5	5,44	18	4	8,5	156	24	33
2	5,7	4,76	17	6	8,8	165	21	27
3	5,4	5,12	23	7	8,6	168	26	36
4	5,9	5,24	22	6	8,6	164	25	35
5	5,7	5,41	24	6	8,5	159	24	34
6	6,2	6,04	18	5	9,4	161	23	36
7	5,8	5,25	21	8	8,5	154	19	38
8	5,6	5,21	21	8	8,4	165	27	40
9	5,7	5,92	22	6	8,6	156	26	43
10	5,3	4,73	20	10	8,5	167	29	44
X	5,68	5,31	20,60	6,60	8,64	161,50	24,40	36,60
$\delta$	0,26	0,42	2,32	1,71	0,29	5,02	2,91	4,99
m	0,09	0,14	0,77	0,57	0,10	1,67	0,97	1,66
КГ								
1	6,2	6,18	16	4	9,4	140	21	18
2	6	6,14	12	4	9,4	132	23	22
3	6,3	6,21	16	2	9,4	133	21	21
4	5,5	5,36	21	7	8,8	154	23	38
5	6,1	5,71	21	8	9,4	140	16	35
6	5,7	5,61	19	5	8,6	165	19	34
7	6,2	6,45	14	6	9,5	156	21	21
8	5,8	5,49	19	6	8,8	154	22	41
9	5,7	5,21	21	4	8,9	167	26	34
10	6,1	5,81	16	3	8,9	134	17	26
X	5,96	5,82	17,50	4,90	9,11	147,50	20,90	29,00
$\delta$	0,27	0,41	3,17	1,85	0,34	13,29	2,96	8,29
m	0,09	0,14	1,06	0,62	0,11	4,43	0,99	2,76
tЭМП	<b>2,26</b>	<b>2,56</b>	<b>2,37</b>	<b>2,02</b>	<b>3,18</b>	<b>2,96</b>	<b>2,53</b>	<b>2,36</b>
tКр	2,1							

Таблица А.3 – Показатели физической подготовленности школьников на контрольном этапе экспериментального исследования (девочки)

Список учащихся	Бег 30 м (с)	Бег 1000 м (мин)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см)	Челночный бег 3x10 м (с)	Прыжок в длину с места (см)	Метание мяча весом 150 г (м)	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин)
<b>ЭГ</b>								
1	5,7	5,79	9	8	9,1	145	16	29
2	5,9	6,01	12	10	8,9	156	14	32
3	5,9	5,91	9	11	8,7	149	15	31
4	5,7	5,93	13	10	8,8	152	17	28
5	5,7	5,52	18	11	8,5	157	20	34
6	5,8	5,86	19	8	8,5	155	16	27
7	5,6	5,19	20	11	8,7	148	19	33
8	5,9	5,07	12	9	8,7	157	18	27
9	5,8	5,42	15	9	8,8	160	14	23
10	5,8	5,03	10	10	8,9	158	19	24
X	5,78	5,57	13,70	9,70	8,76	153,70	16,80	28,80
$\delta$	0,10	0,38	4,11	1,16	0,18	4,95	2,15	3,71
m	0,03	0,13	1,37	0,39	0,06	1,65	0,72	1,24
<b>КГ</b>								
1	1	6,4	6,21	10	4	9,5	130	11
2	2	6,5	6,43	9	8	9,5	129	13
3	3	5,5	5,39	9	6	8,6	146	16
4	4	5,4	5,74	8	9	8,7	146	15
5	5	5,9	5,66	8	8	8,9	152	17
6	6	6,6	6,31	8	10	9,4	141	14
7	7	6,5	6,41	10	6	9,5	133	10
8	8	6,1	6,21	11	8	9,1	131	8
9	9	6,5	6,44	13	8	8,9	136	9
10	10	5,9	5,88	11	7	9,5	132	12
X	X	6,13	6,07	9,70	7,40	9,16	137,60	12,50
$\delta$	$\delta$	0,44	0,37	1,64	1,71	0,36	8,10	3,03
m	m	0,15	0,12	0,55	0,57	0,12	2,70	1,01
tЭМП	<b>2,32</b>	<b>2,8</b>	<b>2,92</b>	<b>3,34</b>	<b>2,95</b>	<b>5,09</b>	<b>3,47</b>	<b>2,23</b>
tКр	2,1							