



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)

Факультет заочного обучения и дистанционных образовательных технологий

Кафедра социально-педагогического образования

Развитие интереса к урокам физической культуры у учащихся начальных
классов посредством подвижных игр с мячом

Выпускная квалификационная работа
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Направленность программы бакалавриата
«Физкультурное образование»

Проверка на объем заимствований:

50,84% авторского текста

Работа рецензирована к защите:
«16» / 06 2017 г.

Зав. кафедрой СПО

д.ф.н., доцент

Иванова О.Э.

Выполнил:

студент ЗФ-414-113-4-1 Мс группы
Касьянов Виктор Вячеславович

Научный руководитель:

кандидат биологических наук,

доцент Сарайкин Дмитрий Андреевич

Челябинск

2017 год

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|-----------|
| ВВЕДЕНИЕ | 3 |
| ГЛАВА I. ТЕОРИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР С МЯЧОМ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ ИНТЕРЕСА К ПРЕДМЕТУ | 8 |
| 1.1.Общая характеристика понятий «интерес», «подвижная игра» | 8 |
| 1.2.Методические рекомендации по повышению интереса младших школьников к физкультуре посредством подвижных игр с мячом | 15 |
| 1.3. Анатома – физиологические и психологические особенности развития младших школьников | 20 |
| ВЫВОД ПО I ГЛАВЕ | 25 |
| ГЛАВА II . РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР С МЯЧОМ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ ИНТЕРЕСА К ПРЕДМЕТУ | 26 |
| 2.1. Цели и задачи опытно-экспериментальной работы. Разработка критериев, показателей и уровней развития интереса к физкультуре у учащихся начальных классов | 26 |
| 2.2. Описание комплекса подвижных игр с мячом по развитию интереса на физкультуре в начальной школе | 32 |
| 2.3. Анализ опытно-экспериментальной работы по использованию на уроках физкультуры подвижных игр с мячом как одно из условий формирования интереса к предмету | 35 |
| ВЫВОД ПО II ГЛАВЕ | 38 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 39 |
| ГЛОССАРИЙ | 40 |
| БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК | 41 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ А - Анкета | |
| ПРИЛОЖЕНИЕ Б - Подвижные игры с мячом для учащихся 1- 4 классов | |

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Проблема развития интереса у младших школьников к урокам физкультуры является для современной школы одной из важнейших педагогических задач. В науке эта проблема становится все более обсуждаемой. Это, прежде всего, связано с потребностями общества в здоровом молодом поколении. В процессе обучения учащиеся не должны быть пассивными объектами воздействия учителя. Необходимо, чтобы они сами проявляли активность и интерес, направленные на овладение учебным материалом. Для этого учитель должен формировать интерес к занятиям физическими упражнениями, целеустремленность учащихся в развитии у себя волевых, психических и физических качеств, вызвать у учащихся удовлетворение от уроков физической культуры. Важно при этом соблюдать дидактические принципы, которые обеспечивают не только успешность обучения, но и укрепление здоровья учащихся. Доказано, что занятия физическими упражнениями оказывают большое влияние на развитие ребенка. Приобщение ребенка к физкультуре важно не только с точки зрения укрепления их здоровья, но и выработки привычки к занятиям спортом.

Под воздействием занятий физическими упражнениями улучшается умственная работоспособность детей. Огромные психологические нагрузки у младших школьников могут быть в значительной мере сняты. Кроме того, правильно подобранные упражнения способствуют лучшему усвоению и закреплению материала.

Я.А.Каменский выделял новые пути воспитания, основой которых являлось физическое развитие, без которого не мыслим человек, обладающий хорошим здоровьем. К.Д. Ушинский считал, что педагогический процесс должен постоянно базироваться на знании физиологии и психологии ребёнка. Процесс умственного воспитания виделся им в неразрывной связи с физическими упражнениями. По его мнению, физические упражнения должны быть на каждом уроке, тогда умственная деятельность станет более эффективной. В. А. Сухомлинский отмечал, что физкультура становится средством воспитания тогда, когда она – любимое занятие каждого.

Законы Российской Федерации: «Об образовании» и «О физической культуре и спорте» утверждают цель воспитания и обучения физической культуре – в укреплении здоровья учащихся через урочную и внеурочную, внеклассную деятельность. К сожалению, не всегда детям интересны упражнения, которые им предлагаются. Для того чтобы теоретически обосновать создание среды и условий проведения уроков физической культуры в школе, представить возможности занятий спортом, необходимо принять методологию сохранения единого образовательного пространства данной учебной дисциплины на различных уровнях образования.

Работа по физическому воспитанию в школе отличается большим многообразием форм, которые требуют от учащихся проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию интереса к урокам физической культуры. Физическое воспитание младших школьников имеет свою специфику, обусловленную их анатомо-физиологическими и психологическими особенностями, а так же тем, что, приходя в школу, ученики попадают в новые условия, к которым им нужно приспособиться, привыкнуть. К сожалению не всегда детям интересны упражнения, которые им предлагаются. Для того чтобы теоретически обосновать создание среды и условий проведения уроков физической культуры в школе, представить возможности занятий спортом, необходимо принять методологию сохранения единого образовательного пространства данной учебной дисциплины на различных уровнях образования.

Сделать учебную работу интересной для ребёнка – важнейшая и труднейшая задача дидактики, решение которой содействует развитию его умственных способностей, вооружая системой знаний, и обеспечивает его нравственное становление.

Поэтому очень важно постоянно поддерживать интерес ребят к урокам и самостоятельным занятиям. Для этого нередко приходится импровизировать, придумывать что – то новое, использовать игры и игровые моменты, применять современные образовательные технологии.

Выше обозначенная актуальность обусловила выбор в качестве одного из средств развития интереса младших школьников подвижные игры с мячом.

Все сказанное выше позволяет обнаружить **противоречие**:

- **между** необходимостью интереса к урокам физической культуры и недостаточной эффективностью средств, применяемых для развития этого интереса;
- **между** творческим потенциалом комплекса игр с мячом и, к сожалению, не всегда их использованием в практике современной школы.

Проблема исследования: каковы педагогические условия использования игр с мячом как средство развития интереса к урокам физической культуры.

Целью исследования – является разработка, систематизация и апробация педагогических условий использования комплекса игр с мячом как средство развития интереса младших школьников к урокам физической культуры.

Объект исследования: организация уроков физической культуры в начальной школе.

Предмет исследования: использование комплекса игр с мячом как средство повышающего интерес у младших школьников к урокам физической культуры.

Гипотеза исследования: использование комплекса игр с мячом на уроках физической культуры будет способствовать развитию интереса младших школьников, если:

- у учащихся будет сформирована мотивация на игровую деятельность в рамках занятий на уроках физической культуры;
- будет разработан комплекс подвижных игр с мячом по физической культуре, обеспечивающий высокую заинтересованность и познавательную активность младших школьников;
- комплекс подвижных игр с мячом на уроках физической культуры будет использоваться регулярно,

то это будет способствовать эффективному и успешному развитию интереса к урокам физкультуры у младших школьников.

Задачи исследования:

- 1) изучить психолого-педагогическую литературу, с целью выявления проблемы формирования интереса младших школьников к урокам физической культуры в начальной школе;
- 2) проанализировать ключевые понятия исследования «интерес» «спортивные игры» «игры с мячом» «урок» «физическая культура» ;
- 3) выявить, описать и апробировать педагогические условия использования комплекса игр с мячом на уроках физической культуры как средство повышающего интерес учащихся начальных классов;
- 4) разработать методические рекомендации по проведению подвижных игр с мячом как средство формирования интереса к урокам физической культуры.

Методологической базой исследования являются труды В. А. Доскина и Л. Г. Голубевой; О. Е. Громова, Э. Я. Степаненковой рассматривающих аспекты использования игр с мячом; О. О. Петровой и Г. В. Ушковой рассматривающих вопросы развития младших школьников; П. Ф. Лесгафта в которых осуществлена постановка проблемы развития интереса к физкультуре учащихся начальных классов.

В данной работе применялись следующие **методы исследования:**

изучение и анализ педагогической, специальной литературы; изучение документации; цитирование; сравнение.

Этапы исследования:

1 этап – организационно – ориентировочный (уточнение темы и проблемы исследования; сбор и анализ теоретического материала), сентябрь – ноябрь 2012 года;

2 этап – теоретико – методологический (уточнение ключевых понятий и параметров исследования, дополнению к анализу литературы, предзащита теоретической части ВКР); декабрь 2012 года.

3 этап – опытно – практический (анкетирование; написание и корректировка текста опытно – практической части ВКР); январь – март 2013 года.

4 этап – заключительно – обобщающий (корректировка библиографического списка, написание заключения, проверка текста ВКР, написание автореферата для предзащиты, предзащита ВКР, корректировка замечаний и защита ВКР); апрель – июнь 2013 года.

Методы исследования: теоретические – изучение и анализ литературы, конспектирование, составление библиографии; методы первичной обработки результатов (регистрация); методы наглядного представления результатов (таблицы, графики).

Теоретическая значимость исследования заключается в анализе педагогической и методической литературы по теме исследования, уточнения понятий «интерес», «подвижная игра»

Практическая значимость исследования заключается в подборке и апробации комплекса подвижных игр с мячом способствующей развитию интереса к предмету физическая культура.

База исследования: учащиеся 4 – Г класса МОУ СОШ №16 г. Миасса Челябинской области.

Структура: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, библиографического списка, включающего 58 источников.

ГЛАВА I. ТЕОРИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР С МЯЧОМ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ ИНТЕРЕСА К ПРЕДМЕТУ

В первой главе рассмотрены три вопроса, касающиеся теоретического обоснования проблемы нашего исследования – раскрыты понятия «интерес» и «подвижная игра», даны анатомо-физиологические особенности младшего школьника.

1.1.Общая характеристика понятий «интерес», «подвижная игра»

Весь многовековой опыт прошлого даёт основания утверждать, что интерес в обучении представляет собой важный и благоприятный фактор его построения.

Ян Амос Каменский, совершивший революцию в дидактике, рассматривая новую школу как источник радости, света и знания, считал интерес из главных путей создания этой светлой и радостной обстановки обучения. Жан Жак Руссо, опираясь на непосредственный интерес воспитанника к окружающим его предметам и явлениям, пытался строить доступное и приятное ребёнку обучение. Константин Дмитриевич Ушинский в интересе видел основной внутренний механизм успешного учения. Он показал, что внешний механизм приневоливания не достигает нужного результата. Даже Иоган Фридрих Гербарт, признавая интерес имманентным свойством, призывал учителя не быть скучным, а основывать обучение на интересах, присущих ребёнку. Ушинский писал, что учение, всякого интереса и взятое силой принуждения, хотя бы оно черпалось из лучшего источника – из любви к воспитателю, убивает в учении охоту, учиться, без которой он далеко не уйдёт.

Он считал, что нужно сделать учебную работу насколько возможно интересной, и, не превращать этой работы в забаву. Интересное обучение не исключает умения работать с усилием, а наоборот, способствует этому.

Понятие «интерес» не умозрительно. Оно отражает объективно-существующие отношения личности, которые проявляются в результате влияния реальных условий жизни, деятельности человека. Истоки интереса лежат в общественной жизни. В интересе выражено единство объективного и субъективного.

Интересы характеризуют по их содержанию, широте, глубине, устойчивости и действенности.

По содержанию интересы определяются теми объектами, на которые они направлены. Различные по содержанию интересы оцениваются с точки зрения их общественной значимости: одни – положительно, если в них правильно сочетаются общественные и личные моменты; другие – отрицательно, как мелкие, обывательские, связанные только с удовлетворением своих чувственных потребностей или низких страстей. Различают широкие и узкие интересы. [18, с.25].

Всестороннее развитие личности предполагают большую широту и разносторонность интересов при наличии основного, центрального интереса. Под узостью интересов понимают наличие у человека одного-двух ограниченных и изолированных интересов, при полном равнодушии ко всему остальному.

Глубокий интерес означает потребность основательно изучить объект во всех деталях и тонкостях. Он противопоставляется поверхностному интересу, когда человек скользит по поверхности явления и не интересуется объектом по-настоящему.

Выделяют устойчивые интересы (они длительно сохраняются, играют существенную роль в жизни и деятельности человека и являются относительно закрепленными особенностями его личности) и неустойчивые интересы (они сравнительно кратковременны, быстро возникают, быстро угасают). Человек с неустойчивыми интересами легко увлекается и быстро охладевает.

Действенными – называют интересы, глубоко воздействующие на жизнь и деятельность человека, побуждающие его к систематическим и целеустремленным действиям в определенном направлении, к активным и инициативным поискам источников удовлетворения интересов. Бывает и пассивный интерес, не побуждающий

к такого рода деятельности. К сожалению, интерес к спорту у школьников порой носит именно такой характер: они готовы часами сидеть у телевизора, наблюдая за всеми футбольными и хоккейными матчами, но сами спортом не занимаются.

Соответствующая перестройка пассивных интересов совершенно необходимо.

Психология считает, что посредством интереса устанавливаются связи субъекта с объектом. Все, что составляет предмет интереса, почерпнуто человеком из объективной действительности. Но предметом исследования в интересе для человека является то, что несет для него необходимость, значимость, ценность и привлекательность [25, с. 36]. Педагогический подход к решению этого вопроса должен состоять в том, чтобы:

- обнажать в педагогическом процессе объективные возможности интересных сторон, явлений окружающей жизни;
- возбуждать и постепенно поддерживать у детей состояние активной заинтересованности окружающими явлениями, моральными, этическими ценностями;
- всей системой обучения и воспитания целенаправленно формировать интерес как ценное свойство личности, содействующие её творческой активности, её целостному развитию.

Интересы – результат формирования личности. Они сопровождают её развитие и содействуют ему.

Интерес - форма проявления познавательной потребности, обеспечивающая направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствующая ориентировке, ознакомлению с новыми фактами, более полному и глубокому отражению действительности [39, с.53-60]. Субъективно интерес обнаруживается в эмоциональном тоне, который приобретает процесс познания, во внимании к объекту интереса. Удовлетворение интереса не ведёт к его угасанию, а вызывает новые интересы, отвечающие более высокому уровню познавательной деятельности. Интерес в динамике своего развития может превращаться в склонность как проявление потребности в осуществлении деятельности, вызывающей интерес. Различают непосредственный интерес, вызываемый привлекательностью объекта, и

опосредствованный интерес к объекту как средству достижения целей деятельности. Устойчивость интереса выражается в длительности его сохранения и в его интенсивности. Об устойчивости интереса свидетельствует преодоление трудностей в осуществлении деятельности, которая сама по себе интерес не вызывает, но выполнение, которой является условием выполнения интересующей человека деятельности.

Оценка широты или узости интереса, в конечном счете, определяется его содержательностью и значимостью для личности.

Интересы детей очень разнообразны, что позволяет исследователям данной проблемы разделить их на несколько видов. Как представляется, основными задачами физического воспитания в современных условиях являются:

1. Формирование у школьников интереса к занятиям физической культурой. Без этого компонента все усилия по модернизации физического воспитания бессмысленны.

2. Обучение школьников навыкам и умениям использования средств физической культуры в повседневной деятельности. Подразумевается обучение следующим компонентам: самостоятельного формулирования цели занятий; выбора адекватных средств и методов достижения цели; самостоятельной организации и проведения занятия, осуществления контроля и оценки реакций организма на физическую нагрузку.

3. Формирование у школьников понимания смысла занятий физической культурой. Подразумевается понимание физиологических и психических процессов, лежащих в основе выполняемого двигательного действия; знание закономерностей развития двигательных качеств и формирования техники двигательных действий. В существующей практике физического воспитания дается некоторый набор сведений в данной области, но понимания закономерностей и связей между этими сведениями не формируется.

4. Обучение школьников навыкам рациональной двигательной деятельности; кондиционная и координационная тренировка.

Реализация представленных задач позволит поднять процесс физического воспитания на более качественный уровень и говорить уже о «физкультурном

образовании» школьников. При этом каждый школьник получает возможность в дальнейшем самостоятельно совершенствовать свои индивидуальные способности средствами физической культуры.

В школьном учебном предмете «Физическая культура» до настоящего времени преимущественно совершенствовалась физическая деятельность, и меньше внимания уделялось культуре этой деятельности.

За последние годы выявляется ухудшение здоровья учащихся общеобразовательной школы. Факты говорят, что многие болезни «молодеют». Например, если раньше повышенное артериальное давление встречалось преимущественно у пожилых людей, то сейчас этим заболеванием страдает все большее количество школьников старшего, среднего и даже младшего возраста. Все больше фиксируется нарушений в опорно-двигательном аппарате (нарушения осанки и плоскостопие), увеличение простудных заболеваний [34, с 56].

Эти и другие отклонения в состоянии здоровья являются следствием многих причин, в том числе и снижения двигательной активности на фоне учебных перегрузок школьников.

Педагогу необходимо очень точно и доходчиво разъяснить школьникам смысл, значение и содержание занятия. В любую задачу следует вкладывать личностный смысл и давать ученикам возможность ощутить результаты деятельности, доводить до сознания школьников необходимость длительного и упорного труда для достижения результатов.

У младших школьников интерес, как правило, рождают положительные эмоции, вызванные процессом выполнения упражнений.

Пробуждению у школьников интереса к занятиям физическими упражнениями способствуют качественное проведение всех форм занятий в школе, хорошее оснащение и эстетическое оформление материально спортивной базы. Очень важным условием воспитания интереса являются посильные задания, обеспечивающие успешность процесса обучения.

Формирование у детей интереса к занятиям зависит от атмосферы, которая складывается в коллективе учителей. В этом плане важную роль играет личный пример.

Большое значение при формировании интереса у школьников к систематическим занятиям физической культурой и физкультурно-оздоровительными мероприятиями имеют согласованные действия школы и семьи. Значительным мотивом для активизации родителей является оздоровительное воздействие занятий физическими упражнениями на детский организм [41, с.28].

При занятиях на физкультурно-оздоровительных мероприятиях следует избегать, монотонна, который может притупить интерес детей.

Подвижной игрой, по мнению Громова О. Е. и Степаненковой Э. Я. , называется игра построенная на движениях. Целевая установка и виды деятельности играющих определяются сюжетом замыслом, темой данной игры. Правила уточняют права и обязанности участников, определяют способы ведения и учёта результатов игры. Для подвижных игр характерны самостоятельные, творческие двигательные действия с предметами или без них, выполняемые в рамках правил. [19, и 55]

Сюжет, правила, и двигательные действия составляют содержание подвижной игры. Содержанием игры обуславливается её форма, такая организация действий участников, которая предоставляет возможность широкого выбора способов достижения поставленной цели, удовлетворения самим процессом игры.

Содержанием и формой подвижной игры предопределяются следующие её методические особенности:

- 1) Образность;
- 2) Самостоятельность действий, ограничиваемая правилами;
- 3) Выполнение движений с полной мобилизацией двигательных способностей элементы соревнования;
- 4) Непринуждённость, естественность движений;
- 5) Выполнение целостных действий и отдельных движений без строгой регламентации затрачиваемых усилий;

- 6) Внезапная изменчивость ситуаций;
- 7) Творческая инициативность действий правильно ориентированных и согласованных;
- 8) Присвоение отдельным занимающимся группе определённых ролей, устанавливающих обязанности во взаимоотношениях с остальными игроками;
- 9) Избирательность способов действий в различных связях и сочетаниях для решения двигательных задач.

Исторически сложившиеся составные части подвижной игры содержание, форма и методические особенности позволяют рассматривать её в качестве одного из важных средств физического воспитания. Это средство, при педагогически оправданном практическом использовании, становится эффективным игровым методом физического воспитания.

Надо отметить, что понятие «игровой метод» предполагает не только какие-либо конкретные подвижные игры, но также и применение методических особенностей игры в любых физических упражнениях [15, с. 68]. Такие упражнения, сохраняя свою сущность, приобретают своеобразную игровую окраску. Они привлекают младших школьников своей эмоциональностью, доступностью, разнообразием и состязательным характером, помогают в основном правильно, но в облегчённом виде выполнять элементы изучаемых технических приёмов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств. Выполняются такие упражнения, как правило, с полной мобилизацией двигательных способностей.

В каждом физическом упражнении элементы игры могут быть выражены более или менее отчётливо, полно, в зависимости от различных требований и условий, в которых данное упражнение проводится.

Условия проведения, правила, число участников подвижной игры могут быть различны. От играющих не требуется специальной подготовленности за исключением случаев участия в соревнованиях по подвижным играм. Названия подвижных игр в

разных местностях имеют много вариантов. По своей целенаправленности, а также по особенностям содержания подвижные игры наиболее доступны детям.

1.2. Методические рекомендации по повышению интереса младших школьников к физкультуре посредством подвижных игр с мячом

Одной из педагогических задач физического воспитания школьников является формирование устойчивого интереса к физической культуре и навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями. Поэтому очень важно постоянно поддерживать интерес ребят к урокам и самостоятельным занятиям. Для этого нередко приходится импровизировать, придумывать что – то новое, использовать игры и игровые моменты, применять современные образовательные технологии. На уроках использую групповые технологии, обеспечивающие активность учебного процесса, тестовые технологии, позволяющие оценить уровень физической подготовки школьников. Одним из действенных средств формирования устойчивого интереса к занятиям физкультурой, особенно для детей начальной школы, является игра. Игра широко захватывает всю личность ребенка – умственную, эмоциональную, двигательную, волевыми сферами: правильно подобранные и хорошо организованные игры способствуют всестороннему, гармоническому развитию школьников, содействуют укреплению их здоровья, помогают выработать необходимые в жизни и учебе полезные навыки и качества. У детей 7-9 лет преобладает предметно - образное мышление [47, с 36]. Тематика их игр по сравнению с играми дошкольников значительно богаче. Младшие школьники любят игры с разделением на команды. В этом возрасте не рекомендуются проводить игры с однообразными движениями или длительным сохранением статических положений тела, а также с переноской тяжестей и перетягиванием.

Особенности строения организма и функции сердечно-сосудистой системы младших школьников таковы, что с ними следует проводить подвижные игры с

интенсивными, но короткими периодами движений и небольшими перерывами для отдыха.

Например:

1. Метание теннисного мяча в обруч, катящийся на расстоянии 6-8 шагов от метателей.
2. Сделать бумажный самолет (или стрелку) и запускать его вдаль. Чей самолет долетит до намеченной цели (дерево, стена)?
3. Присесть, одну ногу вытянуть вперед, затем встать. Кто большее число раз присядет?
4. Забросить три мешочка с песком на табуретку с расстояния 6 м.
5. Ударом палки отбить теннисный мяч как можно дальше.
6. Спрыгнуть со скамейки, успев пропустить скакалку под ногами 3-4 раза.
7. Бросить обруч так, чтобы он вернулся назад.

В этом возрасте «на ура» идут различные турниры, в которых дети охотно реализуют стремление к соревнованию.

Например:

"Турнир мастеров мяча"

Турнир проводится возле глухой стены. Его участники должны выполнить 10 упражнений с теннисным мячом. На каждое упражнение даются две попытки. За выполненное упражнение участник получает одно очко. Победителем считается тот, кто наберет большее число очков.

1. Бросить мяч в стену, дать упасть на землю, а затем поймать.
2. Бросить мяч в стену и поймать на лету.
3. Бросить мяч в стену, 3 раза хлопнуть в ладоши и поймать на лету.
4. Бросить мяч в стену, дать ему упасть на землю, отбить его ладонями в стену и поймать на лету.
5. Бросить мяч в стену, снова отбить ладонями в стену и поймать на лету.

6. Бросить мяч в стену, 3 раза отбить его ладонями в стену (стоять близко) и поймать на лету.

7. Бросить мяч в стену, 3 раза отбить его ладонями в стену (стоять близко), отойти подальше и дать мячу упасть на пол или на землю, а затем поймать.

8. Бросить мяч в стену, дать ему упасть на пол или на землю, сделать оборот на 360°, а затем поймать мяч.

9. Стоя спиной к стене, бросить в нее мяч через голову, дать ему упасть перед собой, а затем поймать.

10. Стоя спиной к стене, бросить в нее мяч через голову и поймать на лету.

Любят дети начальной школы и командные игры. Например: "Мяч соседу"

Все играющие, кроме водящего, становятся по кругу на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Водящий находится за кругом. Одному из игроков в кругу дается волейбольный мяч.

Играющие перебрасывают мяч друг другу. Водящий, бегая за кругом, старается коснуться мяча рукой. Если это ему удалось, он становится в круг, а водит тот, у кого в руках был запятнан мяч. Выигрывают участники, которые ни разу не были водящими (или побывали в роли водящих меньше других). Первого водящего определяют по жребью. Нельзя ронять мяч, а также перебрасывать его через одного или нескольких игроков. Игрок, совершивший такую ошибку, становится водящим. Водящий может касаться мяча как в руках игроков, так и на лету. Если водящий коснулся мяча на лету, то идет водить тот, кто последним бросил мяч.

При разучивании ловли, передачи, ведения и бросков мяча подводящие упражнения играют важную роль. Они имеют существенное сходство с основным изучаемым действием, но являются более простыми и более легкими для детей. Подводящие упражнения позволяют выделить главное звено изучаемого движения, что облегчает освоение двигательного действия [49, с. 24].

На начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует не правильному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения, которые могут составлять 60-70%, удовлетворим желание детей играть. Эффективно использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением. В дальнейшем целесообразно применять подвижные игры, в которых результат команды зависит от участия каждого ребенка действующего независимо от своих партнеров. Такие игры повышают ответственность ребенка перед командой и побуждают его действовать наиболее эффективным способом, мобилизуя максимальные усилия для достижения наилучшего результата. После того как дети научатся правильно ловить, передавать, вести и бросать мяч четко, в быстром темпе, без особых усилий появляется возможность играть в более сложные, более близкие к баскетболу, а также в баскетбол по упрощенным правилам. В таких играх дети должны взаимодействовать с мячом, что повышает активность и создает условия для быстрого и осмысленного формирования навыков действий с мячом. При обучении элементам баскетбола особенно важно обеспечить сознательное их усвоение. Понимание детьми смысла движений ускоряет процесс формирования двигательных навыков, а также, что особенно важно, способствует умению в последующих играх самостоятельно подбирать эффективные действия и целесообразно их применять. Сознательное отношение к действиям с мячом возникает у детей только при условии, если учитель разъясняет их значение в различных ситуациях применения, объясняет, почему именно так они должны выполняться. Ребенок должен знать, почему в той или иной игровой обстановке более целесообразно применять те или иные действия, выполнять их

определенным способом, с определенной скоростью и в определенном направлении. Например, детям нужно объяснить, что вести мяч в игре следует только в том случае, если не можешь передать его партнеру. При приближении защитника более безопасно вести мяч дальше от него рукой и с низким отскоком. Не надо спешить, вести мяч лучше ближе к цели или на более свободное место для передачи мяча партнеру. Для сознательного отношения ребенка к действиям с мячом недостаточно разъяснений и показа: необходимо дать возможность ребенку упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями самих детей у ребенка возникает сознательное отношение к действиям с мячом, умение целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности [23, с. 27]. В подвижных играх с мячом необходимо учить детей согласовывать свои действия с действиями товарищей на основе дружеских взаимоотношений и сплоченности. Для этого в группе можно создать постоянные команды, поощрять верность друзьям по команде, предостерегая детей от перехода на сторону противника, хотя этим условным противником и являются дети своей группы. В подвижных играх с мячом следует вырабатывать у детей привычку поступаться личными интересами ради достижения общей цели. Для этого можно использовать ограничение действий с мячом ввести дополнительные требования. Например: ограничение расстояния ведения мяча, включение задания бросать мяч ловцу после того, как мяч обойдет всех игроков команды. Часто в играх с мячом возникает необходимость оказывать помощь игроку, попавшему в затруднительное положение, при этом иногда приходится рисковать любимой ролью в игре. К этому следует приучать детей. В качестве одного из тактических элементов во многих играх с мячом допускается и поощряется применение игроками отвлекающих действий. Они направлены на то, чтобы отвлечь внимание противника путем ложных действий, предшествующих основному, с целью обыгрывания его. Дети младшего школьного возраста усваивают такие действия с мячом и без мяча. За отвлекающие действия ребята поощрялись тогда, когда это помогало освободиться от опеки товарища, выйти

на свободное место для получения мяча или занять удобную позицию для броска мяча в корзину или его передачи. Необходимо постоянно следить за тем, чтобы не допускался обман, являющийся прямым нарушением правил игры.

1.3. Анатома – физиологические и психологические особенности развития младших школьников

Общеразвивающие упражнения в движении – ходьба, бег, прыжки развивают жизненно необходимые навыки человека, вовлекают почти весь мышечный аппарат занимающихся. Например: ходьба, бег 85% - мышечного аппарата, лыжи – 80%. А, также вовлекают – деятельность сердечнососудистой системы и дыхательную. Все упражнения, которые дает учитель детям на уроке – имеют большое образовательное значение, большую психофизиологическую нагрузку. Развивают выносливость, силу, координацию, ловкость, гибкость. Упражнения в движении рекомендуется проводить при начальном занятии от 20-30 секунд и далее от 2х-до 3х минут. Общеразвивающие упражнения не только развивают физические качества у учащихся, но и формируют у них нормы и правила поведения. Посредством физических упражнений начинает формироваться общественная направленность личности. Физическое развитие – закономерный процесс изменения морфологических и функциональных особенностей организма, тесно связанный с возрастом и полом человека, состоянием его здоровья, наследственным фактором и условиям жизни. К младшему школьному возрасту относятся дети от 6 – 10 лет. В этот период организм ребенка интенсивно растет и развивается. Длина тела (рост), масса тела (вес), окружность грудной клетки плавно увеличивается. В среднем за год длина тела увеличивается на 4-5 сантиметров, вес - на 2-3 килограмма, окружность грудной клетки – на 2-3 сантиметра. Минимальный прирост длины тела наблюдается в возрасте с 7 до 8 лет у девочек и с 8 до 9 лет у мальчиков. Мальчики и девочки растут почти одинаково [29, с. 15]. Однако рост у мальчиков увеличивается преимущественно за счет длины ног, у девочек в большей мере за счет длины туловища. Кости таза к семи годам начинают срастаться, и, при

резких сотрясениях, возможно, их смещение, поэтому в данном возрасте нежелательно выполнение прыжков с приземлением на твердую поверхность. Окостенение фаланг пальцев заканчивается к 9-11 годам. Мышцы детей эластичны, богаты водой, но беднее, чем у взрослых, белковыми веществами, жирами и неорганическими солями. Они не способны к значительным напряжениям и податливы к растягиванию. Рост мышечных волокон в этот период происходит неравномерно. Быстрее развиваются крупные мышцы нижних конечностей, туловища, плечевого пояса. Мелкие мышцы развиваются позднее. В связи с этим младшим школьникам труднее даются точные мелкие движения.

С возрастом постепенно замедляется частота сердечных сокращений (ЧСС): 7-8 лет она составляет в среднем 80 – 92 ударов в минуту, в 9 – 10 лет – 76-96 ударов в минуту. При физических нагрузках ЧСС у детей 6-10 лет возрастает в большей степени, чем у взрослых. Возрастные резервные возможности сердца и кровеносных сосудов в этом возрасте проявляются в том, что ЧСС после нагрузки (50-70% от максимальной) восстанавливается за 1-3 минуты. В период с 6 до 10 лет изменяется деятельность дыхательной системы: существенно возрастает емкость легких (с 1100 до 2200 мл), снижается частота дыхания (до 18 – 20) дыханий в минуту. Дыхательный аппарат детей 6-10 лет приспособлен в основном к динамическим нагрузкам.

Статические нагрузки, даже небольшие, - поддержание позы сидения - переносятся хуже. Аэробное (кислорода достаточно) энергообеспечение двигательной активности мышц у нетренированных детей 6-10-летнего возраста обеспечивает работу небольшой продолжительности. (3-5 секунд). Большие мышечные усилия для детей этого возраста в практике физического воспитания применяются реже и должны строго дозироваться.

При формировании двигательной функции детей необходимо учитывать координационную сложность применяемых упражнений, их влияние на вегетативные органы и энергетические затраты при их выполнении. Работоспособности у детей этого

возраста значительно меньше, чем у взрослых [48, с. 67]. Они быстро утомляются при однообразной работе, но и быстро восстанавливаются.

Интенсивно развиваются и совершенствуются двигательный анализатор в коре головного мозга. Младшие школьники успешно осваивают простые по координации движения, состоящие из одного - двух элементов, которые не требуют при выполнении большой точности и больших мышечных движений.

При обучении и воспитании младших школьников наряду с морфофункциональными важно учитывать и психические особенности. Значительное развитие в 6-10 лет получают такие основные свойства нервных процессов, как сила, подвижность и уравновешенность. Однако они характеризуются еще малой устойчивостью, что обуславливает быструю утомляемость нервной системы ребенка. Вместе с тем большая возбудимость, реактивность и пластичность нервной системы способствуют быстрому усвоению двигательных навыков и закреплению условных рефлексов. Начало обучения в школе значительно влияет на характер протекания психических процессов, изменяется восприятие и память, внимание, воображение и мышление. Внимание неустойчиво, на данном этапе более развита память наглядно-образная, чем логическая, но имеются предпосылки для формирования логической памяти. Хотя младший школьный возраст не является возрастом решающих сдвигов в развитии личности (как подростковый), тем не менее, в этот период достаточно заметно происходит формирование личности, закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности. Занимаясь физическими упражнениями с младшими школьниками, очень важно учитывать особенности эмоциональных состояний. Они, как правило, с готовностью и интересом выполняют задания учителя, бывают обычно внимательны, исполнительны, дисциплинированы, особенно когда занятия физическими упражнениями удовлетворяют их потребности в движении и игре. Однако в силу повышенной эмоциональности дети 6-10 лет часто перевозбуждаются.

Для формирования общего положительного эмоционального фона во время выполнения упражнений важно организовать их таким образом, чтобы они приносили ребятам радость, но при этом не перевозбуждали их. Здесь большое значение имеет поведение взрослых: в одних случаях больше адекватен ровный негромкий голос, в других – спокойное доброжелательное отношение к ребенку.

Младшие школьники зачастую бывают - обидчивы и вспыльчивы. Из этого следует, что учителю нужно избегать резких отрицательных оценок, обидчивых сравнений при неудачном выполнении упражнения [21, с. 33].

Отрицательные оценки вызывают у них состояние тревожности, неуверенности, стремление прекратить заниматься физической культурой. Для развития волевых качеств младших школьников (дисциплинированности, уверенности, настойчивости, выдержки, решительности). Следует в каждом конкретном случае подбирать для них упражнения достаточно трудные, требующие применения сознательных волевых усилий, но вместе с тем доступные. Требование выполнять непосильные упражнения, наоборот, отрицательно влияет на развитие волевых качеств, может способствовать развитию неуверенности, нерешительности, трусости. В младшем школьном возрасте происходят изменения и в основных видах двигательных действий. В беге и прыжках за счет фазы полета и повышения гибкости суставов увеличивается длина шага, скорость бега становится в 4 раза больше скорости ходьбы, увеличивается длина и высота прыжка. Наибольший прирост точности прыжка отмечается в этом возрасте. В бросках и метаниях с 7-8 лет заметно улучшается меткость попадания в цель, и уменьшаются отклонения от заданного направления. Следует отметить, что у мальчиков и девочек с возрастом существенно улучшаются показатели, характеризующие умение оценивать движения в пространстве и во времени.

Самой трудной для детей младшего возраста является дифференцировка правильного распределения степени мышечных усилий. Существуют различия между мальчиками и девочками 1-3 классов в характере обучения умениям управлять

движениями в пространстве и по степени мышечных усилий, и это необходимо учитывать в процессе обучения на уроках физической культуры. В развитии двигательных качеств школьников есть периоды, когда педагогические воздействия дают наибольшие результатов.

ВЫВОД ПО I ГЛАВЕ

Таким образом, в первой главе нашей работы мы рассмотрели три вопроса касающиеся теоретического обоснования проблемы нашего исследования: раскрыты основные понятия - «интерес», «подвижная игра», даны анатомо-физиологические и психологические особенности младших школьников, и особенности проведения подвижных игр с мячом в начальной школе. Учитывая анатомо-физиологические особенности младших школьников, мы предполагаем, что деятельность повысится, если школьник будет в ней заинтересован и будут применяться подвижные игры с мячом для поддержания интереса.

Таким образом, подвижная игра с мячом — одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности), совершенствование функций организма, черт характера играющих. Одной из педагогических задач физического воспитания школьников является формирование устойчивого интереса к физической культуре и навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями. Поэтому очень важно постоянно поддерживать интерес ребят к урокам и самостоятельным занятиям. Для этого нередко приходится импровизировать, придумывать что – то новое, использовать игры и игровые моменты, применять современные образовательные технологии. На уроках использую групповые технологии, обеспечивающие активность учебного процесса, тестовые технологии, позволяющие оценить уровень физической подготовки школьников. Подвижные игры с мячом являются прекрасным средством физического развития, укрепление здоровья, средством педагогической коррекции поведения детей.

ГЛАВА II . РЕЗУЛЬТАТЫ ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР С МЯЧОМ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ РАЗВИТИЯ ИНТЕРЕСА К ПРЕДМЕТУ

В практической части работы представлены цели и задачи эксперимента, описаны критерии, показатели и уровни развития интереса к занятиям по физкультуре, разработан комплекс занятий подвижных игр с мячом направленный на развитие интереса к предмету учащихся 4 классов, представлены результаты опытно-экспериментальной работы.

2.1. Цели и задачи опытно-экспериментальной работы. Разработка критериев, показателей и уровней развития интереса к физкультуре у учащихся начальных классов

В данном параграфе представлены цели и задачи опытно-экспериментальной работы по развитию интереса к занятиям физкультурой учащихся начальных классов, критерии, показатели и уровни интереса и результаты констатирующего этапа эксперимента.

Целью эксперимента является развитие интереса к урокам физкультуры учащихся начальных классов посредством организации подвижных игр с мячом на уроках физкультуры.

Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд задач:

1) выявить уровень развития интереса учащихся посредством разработанных критериев, показателей и уровней на активно-пассивной практике и вначале преддипломной практики;

2) разработать комплекс занятий по физкультуре для учащихся 4 классов направленный на формирование интереса к занятиям физкультурой;

3) реализовать комплекс подвижных игр с мячом по физкультуре в период преддипломной практики;

4) провести повторную диагностику на выявление уровня развития интереса к урокам физкультуры по итогам реализованного комплекса занятий;

5) обработать и систематизировать полученные данные, проанализировать результаты экспериментальной работы;

6) оформить результаты и сделать выводы по достижению цели нашего исследования.

В перспективе выполнения выпускной квалификационной работы мы планируем:

1) осуществить констатирующей этап эксперимента по выявлению уровня развития интереса к предмету учащихся 4 класса школы № 16 г. Миасса;

2) реализовать формирующий этап, апробировать комплекс внеклассных мероприятий по физкультуре, направленные на развитие интереса к урокам физкультуры учащихся 4 класса;

3) обеспечить проведение контрольного этапа эксперимента по проверке эффективности использования предложенного нами комплекса занятий;

4) дать аналитико-методическое описание реализации психолого-педагогических условий по использованию данного комплекса занятий;

5) провести анализ результатов эксперимента.

Эксперимент проводился в рамках преддипломной практики в январе и феврале 2013 года среди учащихся 4 – Г класса МБОУ СОШ № 16 города Миасса Челябинской области. В ходе эксперимента нами было запланировано использовать комплекс разработанных нами занятий по физкультуре направленного на развития интереса к физкультуре учащихся 4 класса. На основе определения «интерес» и подобранных диагностических методик мы разработали критерии уровни и показатели, которые подробно описаны в таблице 1.

Таблица 1

Критерии показатели и уровни развития интереса

| Критерии | Показатели | Высокий | Средний | Низкий |
|--|--|---|---|----------------------------|
| отношение к урокам физ-ры | желание посещать уроки физ-ры | учащийся с удовольствием ходит на уроки физ-ры уроки нравятся | учащийся не всегда с удовольствием посещает уроки | уроки посещает без желания |
| | эмоциональный настрой учащихся во время урока | позитивный эмоциональный настрой | не всегда хороший настрой | плохой настрой |
| физическая активность на уроке физ-ры | правильность и четкость выполнения правил игры | выполняет правильно и четко | не всегда все выполняет | не выполняет |
| | правильность и четкость выполнения физических упражнений на разминки | выполняет хорошо | не всегда хорошо выполняет | не выполняет |
| мотивация на спортивные достижения | стремление к развитию физических качеств | стремится к развитию физических качеств | не всегда стремится к развитию физ. Качества | не стремится |
| | стремление к достижению высоких показателей в игре | добивается высоких результатов | не всегда добивается хороших результатов | не добивается результатов |
| | дополнительные занятия физкультурой и спортом занятия в секциях | посещает секции | не всегда посещает секции | не посещает секции |
| познавательная активность глубина знаний | знания учащихся о физ-ре и спорте | достаточно знаний | не достаточно знаний | не знает |
| | знания учащихся о здоровом образе жизни | достаточно знаний | не достаточно знаний | не знает |
| внимательность | внимательность при выполнении задания | всегда внимателен | иногда внимателен | не внимателен |

В соответствии, с выше описанными критериями, показателями и уровнями мы разработали анкету, которая представлена в приложении А. Данная анкета была проведена с учащимися на констатирующем этапе в период активно-пассивной практики (15 октября) и вначале преддипломной практике (14-15 января 2013 г.). Как показывает научно-исследовательский опыт, в педагогических исследованиях наиболее целесообразно выделять три уровня оцениваемого явления и оценивать каждый показатель на высоком уровне – 2 баллами; на среднем – 1 баллом; на низком – 0 баллов. Введение бальных оценок позволяет определить уровень сформированности у учащихся искомого качества по каждому критерию. При этом необходимо опираться на положение о том, что преимущественно опыт деятельности формируется на среднем, реже на низком и высоких уровнях. Поэтому можно установить неравномерные интервалы группировки значений по методике, предложенной А.А. Ковырялгом. В соответствии с данной методикой средний уровень определяется 25% от среднего по диапазону бальных оценок. В результате оценка из интервала от R_{min} до R_{max} в пределах 25% позволяет констатировать низкий уровень сформированности у учащихся искомого качества, а оценки превышающие 75% до максимально возможных, свидетельствуют о высоком уровне его сформированности. Если весь диапазон оценок представить на отрезке, то получится картина представленная на рис.1.

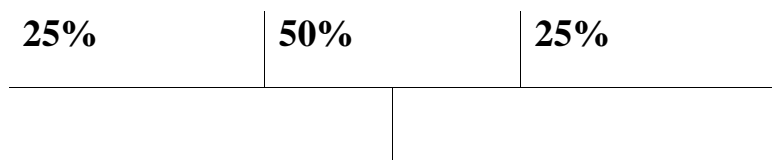


Рис.1 Схема шкалы определения уровней

По результатам диагностики всех показателей была составлена итоговая сводная таблица, для обобщения данных полученных на констатирующем этапе (табл.2).

Таблица 2

Результаты диагностики развития интереса у учащихся на констатирующем этапе эксперимента

| имя | критерий 1 | | критерий 2 | | критерий 3 | | критерий 4 | | критерий 5 | | результат | |
|----------|------------|----|------------|----|------------|----|------------|----|------------|-----|-----------|--------|
| | п1 | п2 | п3 | п4 | п5 | п6 | п7 | п8 | п9 | п10 | | |
| Саша А | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 15 выс |
| Таня А | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 8 ср |
| Марина А | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 8 ср |
| Влад Б | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Маша Б | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 12 выс |
| Вера Б | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 выс |
| Матвей Б | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Миша В | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 выс |
| Ваня К | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Лариса К | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Артем М | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Арина М | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Ксюша Н | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 2 низ |
| Наташа Н | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Арина П | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 выс |
| Маша П | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 низ |
| Леша П | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Валя Р | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 низ |
| Максим С | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Таня С | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 выс |
| Кирилл С | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Данил С | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Слава С | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 выс |
| Полина Т | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 выс |
| Катя У | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 17 выс |
| Марина Ф | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Андрей Ф | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Федор Ф | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 10 ср |
| Катя Я | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 20 выс |

Исходя из количества показателей (которых у нас 10), суммарный балл, отражающий обобщенный результат меняется в нашем исследовании от 0 до 20, так как наивысший балл равен 2, а показателей 10, то максимальное число баллов 20.

В соответствии с изложенной выше методикой уровни определились интервалами, которые представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты методики определения уровня здорового образа жизни

| | | | |
|--|---------|----------|--------|
| Оценка уровня навыков здорового образа жизни учащихся 4 класса в соответствии с критериями показателями и уровнями по баллам | Высокий | Средний | Низкий |
| | 10,5-20 | 7,5-15,5 | 0-3,5 |

Из данной таблицы мы видим, что ученик, набравший по показателям от 10,5 до 20 баллов имеет высокий уровень, школьник набравший от 7,5 до 10,5 баллов имеет средний уровень по показателям, учащийся набравший от 0 до 3,5 баллов имеет низкий уровень. Обобщённые данные представлены в таблице 4.

Для составления этой таблицы были обработаны выборочные вопросы из анкеты в приложении А.

Таблица 4

Общий уровень развития интереса на констатирующем этапе

| | | | |
|---------------------------|---------|---------|--------|
| Уровень развития интереса | Высокий | Средний | Низкий |
| | 50% | 45% | 5% |

Для наглядного представления обобщённых данных по всем методикам мы составили диаграмму см. рис 2.

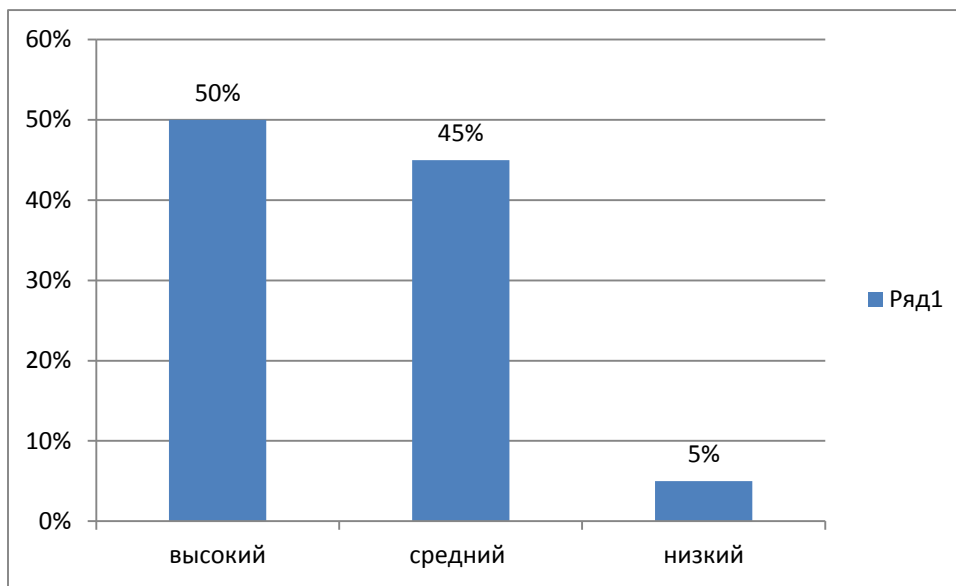


Рис.2 Общий уровень развития интереса младших школьников на констатирующем этапе эксперимента

Из диаграммы мы видим, что в классе 50% учащихся с высоким уровнем и 45% со средним уровнем, а с низким уровнем 5%. Таким образом, мы можем сделать вывод, что интерес к занятиям физкультурой в данном классе снижен.

2.2. Описание комплекса подвижных игр с мячом по развитию интереса на физкультуре в начальной школе

Каждый учитель хочет, чтобы его ученики хорошо учились, с интересом и желанием занимались физкультурой. В этом заинтересованы и родители учащихся. Но подчас и учителям, и родителям приходится с сожалением констатировать: «не хочет учиться» «мог бы прекрасно заниматься, а желания нет». В этих случаях мы встречался с тем, что у ученика не сформировались потребности в знаниях, нет интереса к занятиям физкультурой. Не смотря на достаточно широкий арсенал педагогических приемов направленных на развитие интереса к урокам физкультуры, учителям не всегда удается должным образом воздействовать на данную сферу. В рамках нашей работы мы

предлагаем комплексы подвижных игр с мячом на уроках физкультуры. Учебно-тематический план по программе «Школа мяча».

Цель - способствовать разнообразию форм физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности в образовательном процессе начальной школы через народные подвижные игры и упражнения с мячом, формирование двигательных навыков, создающих предпосылки к спортивно-соревновательной деятельности, развитие интереса к предмету.

| №п/п | Наименование разделов, тем | Всего, час | В том числе | | Форма контроля | |
|-------|---|------------|-------------|----------------------------|----------------|---------|
| | | | лекции | Выездные занятия другое | | |
| 1. | Теоретические основы метод физического воспитания учащихся начальных классов | 2 | | | | |
| 1.1 | Цель, задачи и содержание физического воспитания учащихся начальных классов | | 0,5 | | | текущий |
| 1.2 | Педагогический и врачебный контроль | | | | 0,5 | текущий |
| 1.3 | Учет возрастных особенностей детей | | 1 | | | текущий |
| 2. | Общая методика проведения уроков физической культуры в школе | 2 | | | | |
| 2.1 | Характеристика урока, типы. Методы обучения | | 1 | | | текущий |
| 2.2 | Определение задач урока и дозировки нагрузки на уроке | | 0,5 | | 0,5 | текущий |
| 3. | Развитие двигательных качеств в младшем школьном возрасте. Формирование навыков | 2 | 1 | | 1 | текущий |
| 4 | Общеразвивающие и специальные упражнения | 2 | | | | текущий |
| 4.1 | Комплексы физических упражнений различными мячами | 1,5 | | | 1,5 | текущий |
| 4.2 | Упражнения на укрепление фаланг пальцев рук | 0,5 | | | 0,5 | текущий |
| 5. | Основы методики проведения народных игр | 1 | 1 | | | текущий |
| 6. | Подвижные игры народов Поволжья | 5 | | | 5 | текущий |
| 7. | Мини - лапта | 6 | | | 6 | текущий |
| 8. | Основы спортивных игр | 11 | | | | |
| 8.1 | Игры с элементами баскетбола | 6 | | | 6 | текущий |
| 8.2 | Игры с элементами волейбола | 5 | | | 5 | текущий |
| 9. | Интегральная подготовка | 2 | | | 2 | текущий |
| 10. | Доврачебная помощь | 2 | 1 | | 1 | текущий |
| 11. | Итоговый контроль | 1 | | | 1 | |
| Итого | | 36 | 6 | | 30 | |

Подвижные игры с мячом для младших школьников

Цель: задания этой степени заключаются в том, чтобы дети приобретали навыки выполнения физических упражнений, развивали ловкость, смелость, координацию движений, приобретали интерес к спорту.

Место проведения: спортзал МОУ СОШ № 16

Инвентарь: волейбольные мячи.

- 1) Бросить мяч в стену, дать упасть на землю, а затем поймать.
- 2) Бросить мяч в стену и поймать на лету.
- 3) Бросить мяч в стену, 3 раза хлопнуть в ладоши и поймать на лету.
- 4) Бросить мяч в стену, дать ему упасть на землю, отбить его ладонями в стену и поймать на лету.
- 5) Бросить мяч в стену, снова отбить ладонями в стену и поймать на лету.
- 6) Бросить мяч в стену, 3 раза отбить его ладонями в стену (стоять близко) и поймать на лету.
- 7) Бросить мяч в стену, 3 раза отбить его ладонями в стену (стоять близко), отойти подальше и дать мячу упасть на пол или на землю, а затем поймать.
- 8) Бросить мяч в стену, дать ему упасть на пол или на землю, сделать оборот на 360° , а затем поймать мяч.
- 9) Стоя спиной к стене, бросить в нее мяч через голову, дать ему упасть перед собой, а затем поймать.
- 10) Стоя спиной к стене, бросить в нее мяч через голову и поймать на лету.

"Мяч соседу". Все играющие, кроме водящего, становятся по кругу на расстоянии вытянутых рук друг от друга. Водящий находится за кругом. Одному из игроков в кругу дается волейбольный мяч. Играющие перебрасывают мяч друг другу. Водящий, бегая за кругом, старается коснуться мяча рукой. Если это ему удалось, он становится в круг, а водит тот, у кого в руках был запятнан мяч. Выигрывают участники, которые ни разу не были водящими (или побывали в роли водящих меньше других). Первого водящего определяют по жребью. Нельзя ронять мяч, а также перебрасывать его через одного или

нескольких игроков. Игрок, совершивший такую ошибку, становится водящим. Водящий может касаться мяча как в руках игроков, так и на лету. Если водящий коснулся мяча на лету, то идет водить тот, кто последним бросил мяч.

Таким образом, в период преддипломной практики был использован ряд игр, имеющих в программе, а так же подобраны еще игры с мячом которые вошли в приложение Б и составили отдельный печатный вариант подборки игр с мячом.

2.3. Анализ опытно-экспериментальной работы по использованию на уроках физкультуры подвижных игр с мячом как одно из условий формирования интереса к предмету

В период с 12.01.13 по 24.02.13 мы реализовали комплекс внеклассных занятий по физкультуре и по итогам произвели повторную диагностику с учащимися 4–Г класса в соответствии с критериями показателями и уровнями и подобранным к ним диагностическим материалам и сравнили результаты. В таблице 5 представлены результаты диагностики уровня развития навыков здорового образа жизни на контрольном этапе.

Таблица 5

Сводная таблица результатов контрольного этапа

| Имя | критерий 1 | | критерий 2 | | критерий 3 | | критерий 4 | | критерий 5 | | результат |
|----------|------------|----|------------|----|------------|----|------------|----|------------|-----|-----------|
| | n1 | n2 | n3 | n4 | n5 | n6 | n7 | n8 | n9 | n10 | |
| Саша А | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 15 выс |
| Таян А | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 12 выс |
| Марина А | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 12 выс |
| Влад Б | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Маша Б | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 12 выс |
| Вера Б | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |
| Матвей Б | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 16 выс |
| Маша В | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |
| Ваня К | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 17 выс |
| Лариса К | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 17 выс |
| Артём М | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Арина М | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Ксюша Н | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 11 выс |
| Наташа Н | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Арина П | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |
| Маша П | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |
| Леша П | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Валя Р | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Максим С | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Таян С | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |
| Кирилл С | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Данил С | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Слава С | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |
| Полина Т | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |
| Катя У | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 17 выс |
| Марина Ф | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 13 выс |
| Андрей Ф | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 10 ср |
| Федор Ф | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 16 выс |
| Катя Я | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 20 выс |

Обобщенные данные представлены в таблице 6.

Таблица 6

Общий уровень развития интереса к предмету на контрольном этапе

| Уровень формирования навыков интереса | Высокий | | Средний | | Низкий | |
|---------------------------------------|---------|----------|---------|----------|---------|----------|
| | констат | контроль | констат | контроль | констат | контроль |
| | 50% | 63% | 54% | 37% | 5% | 0% |

На основе таблицы 6 мы составили диаграмму для наглядного представления данных рис.3

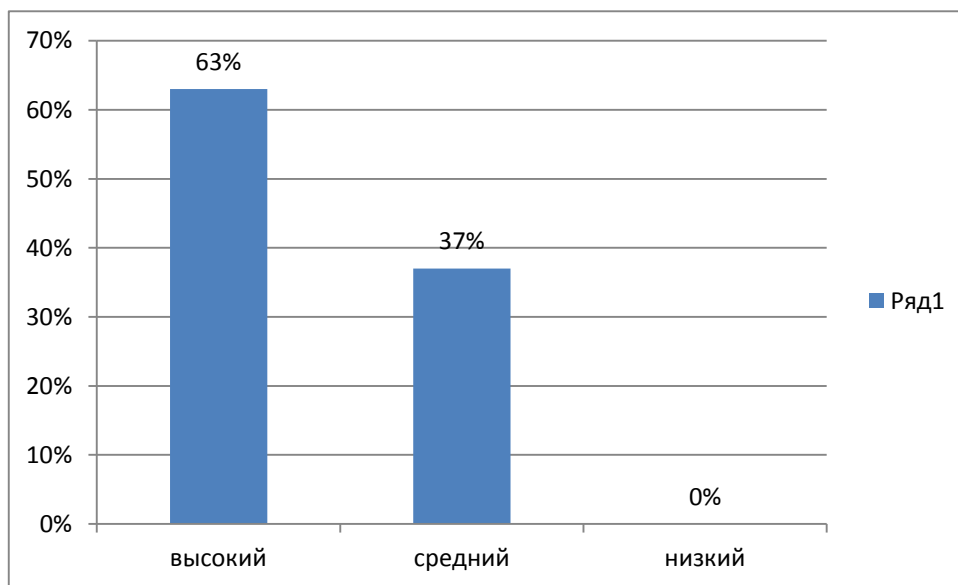


Рис. 3 Общий уровень развития интереса к предмету на контрольном этапе

В третьем параграфе второй главы мы проанализировали результаты реализованной нами работы по развитию интереса к предмету у учащихся 4 класса посредством использования подвижных игр с мячом. Повторно были проведены диагностические методики. На констатирующем этапе с высоким уровнем развития интереса было 50% учащихся, на контрольном этапе этот показатель возрос на 13% и стал 63%, 5% учащихся с низким показателем развития интереса перешли в группу учащихся со средним уровнем развития интереса к предмету. Повторное исследование показало положительную динамику: повысился процент уровня развития интереса к предмету следовательно гипотеза доказана.

ВЫВОД ПО II ГЛАВЕ

В практической части нашей работы мы описали критерии, показатели и уровни развития интереса к занятиям физкультурой у учащихся 4 класса. Опытная - практическая работа проходила в 3 этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. В первом параграфе практической части мы описали результаты констатирующего этапа. Так же подробно рассмотрели педагогические условия – подобрали комплексы подвижных игр с мячом на физкультуре, сделали разработки занятий, которые успешно реализовали на практике. В третьем параграфе второй главы мы проанализировали результаты реализованной нами работы по развитию интереса к занятиям физкультурой учащихся 4 класса посредством использования подвижных игр с мячом. Повторно были проведены диагностические методики. Повторное исследование показало положительную динамику: повысился процент уровня развития интереса к предмету следовательно гипотеза доказана.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В процессе подготовки выпускной квалификационной работы изучена педагогическая литература по проблеме развития интереса к физической культуре у учащихся 4 класса, раскрыты ключевые понятия «интерес», «подвижная игра». В первой главе мы рассмотрели три вопроса, касающиеся теоретического обоснования проблемы нашего исследования: раскрыты основные понятия, особенности проведения подвижных игр с мячом в начальной школе и рассмотрены анатомо-физиологические и психологические особенности учащихся начальных классов. Опытная - практическая работа проходила в 3 этапа: констатирующий, формирующий и контрольный. В первом параграфе практической части мы описали результаты констатирующего этапа. Так же подробно рассмотрели педагогические условия – подобрали комплексы подвижных игр с мячом по физкультуре (см. приложение Б). В третьем параграфе второй главы мы проанализировали результаты реализованной нами работы по развитию интереса к физкультуре у учащихся 4 класса посредством использования подвижных игр с мячом. Повторное исследование показало положительную динамику: повысился процент уровня развития интереса к предмету следовательно гипотеза доказана, все поставленные задачи реализованы. Таким образом, мы можем сказать, что подвижные игры с мячом – это не просто набор физических действий, а прежде всего живое участие, активность, эмоциональность детей. Подвижные игры с мячом, способствуют созданию положительной эмоциональной атмосферы, помогают поддерживать её и с помощью её формировать интерес к урокам физкультуры. Тем самым мы выполняем основную задачу приучения детей к здоровому образу жизни как основной задачи всех уроков физической культуры.

ГЛОССАРИЙ

Интерес – это форма проявления познавательной потребности, обеспечивающая направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствующая ориентировке, ознакомлению с новыми фактами, более полному и глубокому отражению действительности (Кенеман А. В., Хухлаева Д. В.)

Интерес – (лат. *interest* – имеет значение, важно) – познавательная направленность человека на предметы и явления окружающей действительности, связанная с положительным эмоциональным переживанием. Делятся на:

- **эпизодический**, возникающие в ходе деятельности и угасающие с ее окончанием;
- **постоянный**, характеризующий устойчивое отношение человека к окружающей его действительности;

- **непосредственный**, вызываемый привлекательностью объекта;

- **опосредствованный** к объекту как средству достижения целей деятельности.

Игра – один из видов деятельности, характерный для человека. Игра в учебном процессе состоит из обеспечения мажорной, мобилизующей обстановки, облегчающей усвоение материала, оказывающей внушающее воздействие. (Словарь – справочник по педагогике, автор В. А. Мижериков.)

Подвижная игра - называется игра построенная на движениях. (по мнению Громова О. Е. и Степаненковой Э. Я.)

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Агаджанян, Н. А. Резервы нашего организма / Н. А. Агаджанян, А. Ю. Катков М.: Знание, 1991.- 364с.
2. Амонашвили, Ш.А. Педагогика здоровья / Ш. А. Амонашвили. – М.: Педагогика, 1990. – 500с.
3. Апанасенко, Г. А. Валеология: имеет ли она право на самостоятельное существование? / Г.А. Апанасенко М.: 1996, №2, с. 9-14.
4. Апанасенко, Г.А. Охрана здоровья здоровых: некоторые проблемы теории и практики / Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. СПб, 1993, с. 49-60.
5. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. / Н.М. Амосов = М.: Знание, 1987.-64с.
6. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании (пособие для студентов, аспирантов и преподав. ин-тов физ. культуры)/ Б.А. Ашмарин – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 223 с.
7. Бартнев Л. В. Бег на короткие дистанции. / Л.В. Бартнев- М.: Физкультура и спорт, 1971. - 72 с.
8. Белов В.И. Психология здоровья./ В.И. Белов СПб, 1994, 272 с.
9. Березин И. П., Дергачев Ю. В. Школа здоровья./ И.П. Березин, Ю.В. Дергачев – М., «Физкультура и спорт», 1990.
10. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. – 2-е изд. / И.И. Брехман– М.: Физкультура и спорт, 1990.
11. Брехман И.И. Введение в валеологию - науку о здоровье./ И.И. Брехман Л., 1987. 125 с.
12. Буянов М.И. Размышления о наркомании: Кн. Для учителя. /М.И. Буянов= М.: Просвещение, 1990.-220с.
13. Гужаловский А. А. Развитие двигательных качеств у школьников./ А.А. Гужаловский - Минск, 2002. - 88 с.

14. Гарбузов В.И. Человек - жизнь - здоровье // Древние и новые каноны медицины. / В.И. Гарбузов=СПб, 1995.
15. Горчак С.И. К вопросу о дефиниции здорового образа жизни // Здоровый образ жизни. Социально-философские и медико-биологические проблемы. / С.И. Горчак-Кишинев, 1991, с. 19-39.
16. Громбах С.И. Учитель и здоровье школьника. В сб. воспитание здорового школьника / Сост. Н.Б. Коростель. – М., 1971
17. Геллер Е. М. Знакомьтесь: Спортландия./ Е.М. Геллер - М.: Знание, 1989. - (Серия «Физкультура и спорт», № 4). - С. 3-97.
18. Голощапов Б. Р. История физической культуры и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений./ Б.Р. Голощапов - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 312 с.
19. Громова О. Е. Спортивные игры для детей./ О.Е. Громова - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 128 с. (Серия «Вместе с детьми»).
20. Давидович В.В., Чекалов А.В. Здоровье как философская категория /В.В. Давидович, А.В. Чекалов- Валеология. 1997, №1.
21. Давыдов В.В. “Проблемы развивающего обучения: опыт теоретического и экспериментального психологического исследования” / В.В. Давыдов– М: Педагогика, 1986 г. - 240ст.
22. Долинский Г.К. К понятийному аппарату валеопсихологии // Здоровье и образование. Педагогические проблемы валеологии. / Г.К. Долинский- СПб, 1997.
23. Дубровский А.А. Лечебная педагогика./ А.А. Дубровский – М.: АПН СССР, 1989.
24. Дубровский В.И. Валеология: ЗОЖ: Учебное пособие. /В.И. Дубровский– М.: Флинта, 1999.
25. Доскин В. А., Голубева Л. Г. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры./ В.А. Доскин, Л.Г. Голубева - М.: Просвещение, 2003. - 110 с.

26. Давыдов В.В., Кон И.С., Мудрик А.В. Возрастная и педагогическая психология. / в.В. Давыдов, И.С. Кон, А.В. Мудрик – М. – Просвещение, 1979. – 289 с.
27. Дыбина О. Игра – путь к познанию предметного мира // Дошкольное воспитание. – 2004. – №5. / О. Дыбина – М. – С. 14 – 24.
28. Зак А.З. “Развитие умственных способностей младших школьников” / А.З. Зак- М.: Просвещение 1994 г.
29. Здоровый образ жизни - залог здоровья / под ред. Ф.Г.Мурзакаева. Уфа, 1987, 280 с.
30. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорта. / Ю.Д. Железняк // М. «Академия». 2001. 41 -80с.
31. Железняк Ю. Д., Петров П. К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 264 с.
32. Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 464 с.
33. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / Авт.-сост. Ю. Е. Антонов, М. Н. Кузнецова, Т. Ф. Саулина. - М., 2000.-247с.
34. Кузьмин Д.В. Курение, мы и наше потомство. / Д.В. Кузьмин // М.: Просвещение, 1989.- 153с.
35. Колесов Д.В. Беседы об антиалкогольном воспитании: Кн. Для учителя. / Д.В. Колесов // М.: знание, 1989. - 382с.
36. Колесов Д.В. Не допустить беды: О сущности и профилактике наркомании и токсикомании. / Д.В. Колесов // М., 1988. – 264с.
37. Колесов Д.В. Предупреждение вредных привычек у школьников. / Д.В. Колесов // М.: Просвещение, 1982. – 153с. 27.

38. Кабанов А. Н., Чабовская А. П. Анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста./ А.Н. Кабанов, А.п. Чабовская – М.: Просвещение, 1969.-312с.
39. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Дошкольная педагогика и психология»./ А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева - М.: Просвещение, 1978. - 272 с.
40. Кожухова Н. Н. и др. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие для студ. высш. и сред. лед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 320 с.
41. Лесгафт П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. Собр. пед. соч., т. I./ П.Ф. Лесгафт- М., 1991.
42. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений./Г.Л. Лэндрент – М. – Международная педагогическая академия, 1994. – 368 с.
43. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми./ Е.К. Лютова, Г.Б. Моница – С-Пб. – Речь, 2001. – 156 с.
44. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. Учебник. Изд.4./ Л.Ф. Обухова – М.: Пед. Общество России, 2004. – 442 с.
45. Обухова Л.А., Лемякина Н.А. Уроки здоровья//Начальная школа №6, 2002.
46. Педагогика: Учебн. пос. для студ. пед. вузов и пед. колледжей /Под ред. П.И. Пидкасистого. - М., 1996. - 602 с.
47. Подласый В.Р.Педагогика./ В.Р. Подласый - М.,2004. - 345с.
48. Педагогика. / Под ред. Ю.К. Бабанского. – М.: Просвещение, 2008.
49. Петрова О.О., Умнова Т.В. Возрастная психология. Конспект лекций. 2-е изд. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2005.
50. Рахимов А.З. Роль самовоспитания в формировании личности. // Классный руководитель, № 6, 2001.

51. Рожков М.И., Байбородова Л.В. Организация воспитательного процесса./М.И. Рожков, Л.В. Байбородова – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2000.
52. Секретёв М.А. Опыт и проблемы воспитания учащихся. // Педагогика, № 2, 2006.
53. Соковня И.И. Социальное взросление и здоровье школьников./ И.И. Соковня – М.:Просвещение, 2005.
54. Степанов Е.Н. Воспитательная система образовательного учреждения. // Классный руководитель, № 8, 2001.
55. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка./ Э.Я. Степанов - М., 2001.-147с.
56. Петленко В.П. Валеология человека: Здоровье – Любовь – Красота: В 5 т. / В.П. Петленко // СПб.: Просвещение, 1996. – Т.1.
57. Табакокурение и здоровье: Тез. Докл. Всесоюз. науч-практ. Конф.- Новосибирск, Знание, 1988.-180с.
58. Татарникова Л.Г., Поздеева М.В. Валеология подростков (5-7 класс). / Л.Г. Татарникова, М.В. Поздеева- М., 1996. -45с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

АНКЕТА

- 1 Нравятся тебе уроки физкультуры?
- 2 Всегда ли с желанием посещаешь уроки физкультуры?
- 3 Всегда ли понятны правила игры на уроках физкультуры?
- 4 Знаешь ли ты как правильно выполнять разминку?
- 5 Стремишься ли ты к развитию в себе физических качеств?
- 6 Стремишься ли ты быть лучшим в играх на уроках физкультуры?
- 7 Занимаешься ли ты в каких либо спортивных секциях?
- 8 Какие виды спорта тебе больше всего нравятся?
- 9 Всегда ли ты внимателен (на) при выполнении задания на уроках физкультуры?
- 10 Используешь ли ты игру, выученную на уроке физической культуры во внеучебное время, со своими друзьями?

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Подвижные игры с мячом для учащихся 1-4 классов

Охотники и утки

Цель игры: развитие глазомера, ловкости.

На игровой площадке чертится круг диаметром 5— 8 м (в зависимости от возраста игроков и их числа).

Все играющие делятся на две команды: «утки» и «охотники». «Утки» располагаются внутри круга, а «охотники» — за кругом. «Охотники» получают мяч.

По сигналу или по команде учителя «охотники» начинают мячом выбивать «уток». «Убитые утки», в которых попал мяч, выбывают за пределы круга. Игра продолжается до тех пор, пока не будут выбиты все «утки» из круга. Во время броска мяча «охотникам» нельзя переступать черту круга.

Когда будут выбиты все «утки», команды меняются местами.

Лови-бросай!

Цель игры: развитие ловкости, внимания.

На игровой площадке дети образуют круг, стоя на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга стоит учитель, который по очереди бросает мяч детям, а потом ловит его от них, произнося при этом рифмовку:

«Лови,бросай,
Упасть не давай!..»

Учитель произносит текст не спеша, чтобы за это время ребенок успел поймать и бросить обратно мяч.

Игру начинают с небольшого расстояния (радиус круга 1 м), а потом постепенно это расстояние увеличивается до 2—2,5 м.

Мяч в кругу

Цель игры: развитие ловкости, умение бросания мяча.

Из числа играющих детей выбирается водящий. Остальные дети становятся в круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга. Водящий становится в центр круга.

По сигналу или команде воспитателя дети начинают перебрасывать мяч друг другу через круг, а водящий старается поймать его. Если водящий ловит мяч, то он занимает место в круге среди других играющих, а ребенок, который бросил мяч, становится на место водящего.

Правила игры: во время перебрасывания (броска и ловли мяча) можно делать шаг вперед или назад, но не вырывать мяч из рук другого, нельзя толкаться.

Змейка (Проведи мяч)

Цель игры: обучение ведению мяча (ногами, клюшкой, руками), обходя препятствия, развитие ловкости и координации движений.

На игровой площадке проводится линия. Перпендикулярно к ней расставляют в ряд 8—10 предметов (кегли, кубики, вбитые в землю колышки и т. п.) на расстоянии 1 м друг от друга.



По сигналу или команде учителя ребенок должен вести мяч ногой от линии, обходя все предметы «змейкой», то справа, то слева, не потеряв при этом ни разу мяч и не сбив ни одного предмета.

Побеждает тот игрок, кто пройдет «змейку» без ошибок.

Эстафета с мячами

Цель игры: обучение быстро и точно передавать мяч другому игроку, развитие ловкости и координации движения.

На игровой площадке проводится черта. Играющие дети разделяются на 2—3 команды с равным числом игроков. Команды становятся у черты в колонны на расстоянии вытянутых рук друг за другом. Расстояние между колоннами 1—1,5 м. Ноги играющих расставлены на ширину плеч. Стоящий первым в колонне ребенок держит в руках мяч.

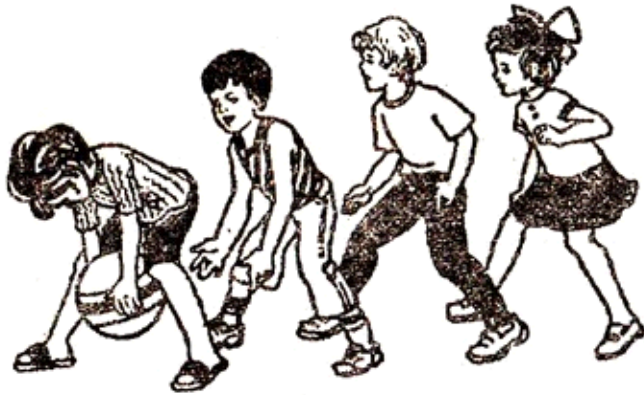


По сигналу учителя или его команде: «Вверх!..» или «Поднять руки!..» все дети поднимают руки вверх, а стоящий первым ребенок передает мяч через голову второму, второй — третьему и т. д., пока мяч не получит последний ребенок в колонне. Когда мяч получает последний играющий, то он бежит и отдает мяч учителю.

Побеждает команда, игрок которой первым отдал мяч учителю.

Варианты игры:

- 1) сначала мяч передается вверху спереди назад, а потом в обратном направлении: сзади наперед, а поэтому воспитателю отдает мяч игрок, стоящий первым;
- 2) мяч передается назад внизу между широко расставленными ногами;



3) комбинация двух движений: мяч передается назад вверх над головами, а вперед — внизу, между широко расставленными ногами.

Подводя итоги игры, учитель отмечает четкость командной игры.

Не урони мяч

Цель игры: обучение в игровой манере прыжкам и бегу, ловкости и координации движений.

На игровой площадке проводятся две параллельные линии на расстоянии 4—6 м (в зависимости от возраста играющих детей).

Играющие дети делятся на 3—4 команды с равным числом участников. Команды выстраиваются в колонну у первой черты на расстоянии 1,5 м друг от друга. Каждый стоящий первым получает мяч и зажимает его между ног.



По сигналу или команде учителя дети начинают прыгать на двух ногах до второй линии. После пересечения линии они берут мяч в руки, бегом возвращаются назад, передают мяч следующему игроку, а сами становятся в конец колонны.

Побеждает та команда, чей последний игрок пересечет первым линию «старта» с мячом в руках.

Бычки

Цель игры: укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие ловкости и координации движений.

На игровой площадке чертятся две параллельные линии на расстоянии 5—10 м (в зависимости от возраста детей). К первой линии подходят одновременно по 3—4 ребенка. Перед каждым на линии лежит по одинаковому мячу.

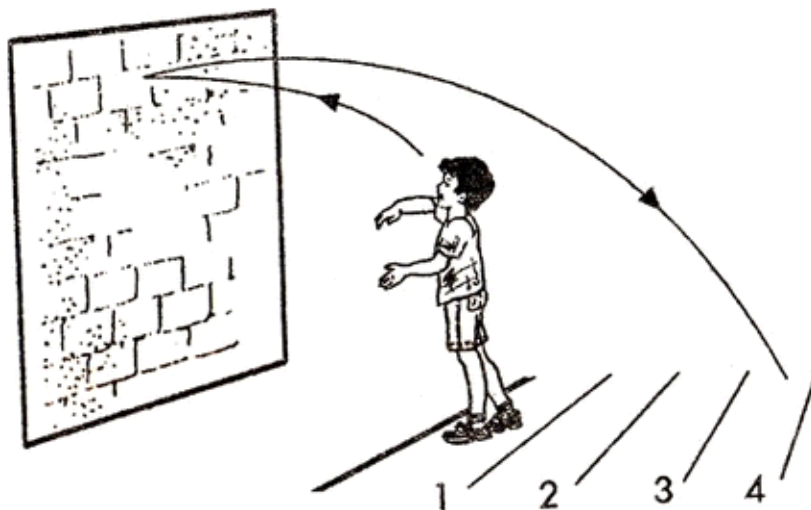
По сигналу или команде учителя дети становятся на четвереньки и начинают движение ко второй линии, одновременно толкая головой перед собой мяч.

Побеждает тот игрок, кто первым пересечет вторую линию, не потеряв при этом мяч.

Чей мяч дальше?

Цель игры: обучение в игровой манере метанию мяча, развитие силы и точности броска.

На игровой площадке проводится линия на расстоянии 1—2 м от стены. За ней проводится еще 3—5 параллельных линий на расстоянии 20—30 см между ними.



Дети по очереди подходят к первой черте и по команде или сигналу воспитателя бросают мяч в стену, а потом учитель отмечает за какую черту упал мяч, отскочивший от стены. Побеждает тот ребенок, после броска которого мяч отскочил дальше.

Передай мяч

Цель игры: развитие координации, ловкости.

Играющие дети разбиваются на пары и становятся друг за другом. Ноги расставлены на ширину плеч. Стоящий впереди ребенок держит в руках мяч.

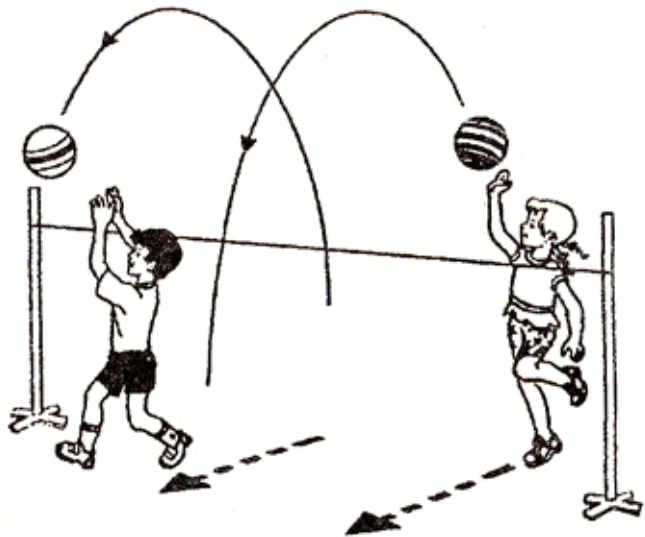
По сигналу или команде стоящий впереди ребенок наклоняется вперед, передает мяч между ног стоящему сзади ребенку. После этого дети поворачиваются кругом и передают мяч в обратном направлении.

Учитель отмечает пару, которая играет быстрее и четче.

Бросить и поймать

Цель игры: обучение в игровой форме бросанию и ловле мяча, развитие ловкости и координации движения ребенка.

На игровой площадке между двумя вертикальными стойками или двумя деревцами натягивают веревку на высоте поднятых рук ребенка. Воспитатель объясняет и показывает, как нужно бросить мяч через веревку, пробежать за ним следом под веревкой и успеть поймать его, не дав коснуться земли. Поймав мяч, можно бросить его с другой стороны и снова поймать. Одновременно могут играть 1—3 ребенка, а затем передавать мяч другим детям. Воспитатель наблюдает и отмечает удачные броски и ловлю мяча.



Брось через верёвку

Цель: обучение бросанию и ловле мяча, развитие ловкости и координации движения ребенка.

На игровой площадке натягивают веревку между двумя вертикальными стойками примерно на уровне 1 м от поверхности. На расстоянии 1—1,5 м от веревки проводится черта, у которой лежат 3—4 небольших мяча. К линии подходят 3—4 ребенка (по количеству мячей).

По сигналу или команде учителя каждый ребенок берет мяч двумя руками и бросает его из-за головы через веревку, а затем догоняет и ловит мяч. Пробегая под веревкой, дети стараются не задеть ее. Поймав мяч, дети возвращаются на линию бегом и снова бросают. Уронивший мяч выбывает из игры. Побеждает тот ребенок, кто большее число раз бросит и поймает мяч.

Сбей мяч

Цель игры: развитие ловкости, глазомера.

Играющие выстраиваются в две шеренги и становятся лицом друг к другу на расстоянии 10—15 м. Обе команды рассчитываются по порядку номеров. Перед носками играющих каждой шеренги проводят линию. Между шеренгами на равном расстоянии от них ставят стул и кладут на него мяч. Учитель называет какой-нибудь номер. Игроки, имеющие этот номер, выбегают. Они должны добежать до противоположной шеренги, наступить ногой на линию и на обратном пути сбить со

стула мяч. Команде, представитель которой это выполняет, опередив соперника, засчитывается очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Подвижная цель

Цель игры: развитие ловкости, меткости, глазомера, выдержки.

На игровой площадке чертятся два круга диаметром 4—5 м. Все играющие делятся на две команды с равным числом игроков. Игроки каждой команды становятся в круг по черте, а в центре круга становится ребенок из команды противника.

Каждая команда имеет по мячу. По сигналу учителя или по его команде дети бросают мяч, стараясь попасть в ноги игрока, находящегося в круге. Игрок в круге может отбегать, уклоняться от мяча, подпрыгивать.

Выигрывает команда, первой попавшая в подвижную цель. После этого игроки в круге заменяются, а игра начинается сначала.

Передай – садись

Цель: развитие координации, ловкости.

Две колонны игроков встают на расстоянии 3—4 шагов одна от другой. Расстояние между игроками — длина вытянутых рук, положенных на плечи впереди стоящих. В 5—6 шагах перед колонной проводят черту, за которую входят по одному представителю от команды — капитаны.

По сигналу капитаны передают мяч (двумя руками от груди или другим способом) первому игроку своей команды, который ловит его и возвращает обратно, сразу же принимая положения упор присев. Капитан перебрасывается мячом со вторым, третьим и др. игроками команды. Каждый сделавший ответную передачу приседает. Когда последний в колонне игрок отдаст мяч капитану, тот поднимает его вверх и вся команда быстро встает. Побеждает команда, раньше закончившая передачи без нарушения правил.

Можно усложнить игру, добавив в нее ведение мяча. В этом случае последний в колонне игрок, получив мяч, бежит с ним, ударяя о землю, за черту и становится на место капитана, а тот — во главе колонны (все делают полшага назад).

Игра заканчивается, когда капитан, оказавшись последним в колонне, получит мяч и возвратится с ним за черту. Важно, чтобы между капитаном и колонной в обеих командах было одинаковое расстояние, для чего на земле проводится линия.

Мяч среднему

Формируются две команды по 4—6 человек. Команды становятся в круг неподалеку одна от другой. Игроки берутся за руки и делают 2 шага назад, чтобы круги получились равными. Затем игроки рассчитываются по порядку номеров, и первые номера выходят в центр с мячом в руках.

По сигналу игроки, стоящие в кругах, передают мяч вторым номерам, получают мяч от них обратно, передают третьим, те посылают обратно и т. д. Когда центральный игрок получит мяч от последнего по счету участника игры, он передает мяч второму номеру и меняется с ним местом. Второй игрок становится в середину круга и продолжает передачи мяча, начиная с третьего номера и кончая третьим номером, который сменяет его в центре, продолжая передачи мяча по кругу.

Игра заканчивается, когда все побывают в роли центрального. Тот, кто начинал игру, получив мяч от последнего по счету игрока своей команды, выбегает с ним в середину круга и поднимает мяч вверх. Побеждает команда, игрок которой сделал это первым. Во время игры мяч передается в кругах в одну и ту же сторону, запрещается пропускать кого-либо из игроков, упавший мяч поднимают и продолжают игру.

Мяч капитану

Играющие распределяются на 2—3 команды и выстраиваются в круг, в центре каждого круга находится один из игроков (капитан). По сигналу игрок, стоящий в центре круга, перебрасывает мяч игрокам поочередно и получает его обратно (передача выполняется заранее обусловленным способом). Игра заканчивается, когда мяч обойдет всех игроков и «капитан», получив мяч, поднимает его над головой.

25 передач

Проводят две черты на расстоянии 8—10 шагов одна от другой. Четыре пары игроков становятся за линиями напротив друг друга (первые против вторых, третьи против четвертых).

По сигналу первые номера передают мяч стоящим напротив вторым номерам, те — третьим, третьи — четвертым. Получившие мяч возвращают его обратно третьим номерам, те — вторым и т. д. Упавший мяч вводит в игру тот игрок, который не поймал его с отведенного для передачи места. Заранее улаиваются, каким способом игроки в четверках передают между собой мяч (от груди, из-за головы, ударом о землю).

Выигрывает четверка, сделавшая раньше 25 передач.

Стой!

Играющие становятся в круг и рассчитываются по порядку номеров. Один из них (водящий) получает маленький мяч и выходит на середину круга.

Водящий сильно ударяет мячом о землю и называет чей-нибудь номер. Вызванный бежит за мячом, а остальные играющие разбегаются в разные стороны. Вызванный, схватив мяч, кричит «Стой!», все останавливаются и стоят неподвижно, где их застала команда. Водящий стремится попасть мячом в ближайшего игрока, который может увертываться от мяча, не сходя с места (наклоняться, приседать, подпрыгивать и т. д.). Если водящий промахнется, то бежит за мячом, остальные разбегаются. Взяв мяч, водящий кричит «Стой!» и кидает мяч в кого-либо из играющих. Осаленный мячом игрок становится новым водящим. Играющие окружают его, и игра начинается сначала.

Правила запрещают кому-либо сходить с места после команды «Стой!», но, пока мяч не в руках водящего, можно как угодно перемещаться по площадке.

