(cc) BY

Петрова Дарья Николаевна
инструктор по физической культуре
МБДОУ «Д/С №121 КВ»
г. Казань, Республика Татарстан

ФУТБОЛ КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация*: в статье рассматривается проблема совершенствования занятий физическими упражнениями с детьми 5–7 лет на основе применения элементов игры в футбол, влияние занятий в кружке «Веселый мяч» на показатели физической подготовленности воспитанников старшего дошкольного возраста.*

Ключевые слова*: дошкольный возраст, футбол, психическое развитие, физическая подготовленность.*

Многочисленные исследования Л.С. Выготского, Ж. Пиаже, А. Валлона свидетельствуют о первостепенной роли движений в становлении психических функций ребёнка. Первые представления о мире ребенок получает через движения и чем богаче его двигательный опыт, тем активнее он познает окружающий мир, следовательно, создаются наиболее благоприятные условия для умственного развития. Игра в дошкольном возрасте, представляет собой главную форму деятельности ребенка, является существенным импульсом для развития его психических функций и качеств. Поведение ребенка во время игры характеризуется сильной эмоциональностью в достижении поставленной цели, с которой связано быстрое развитие мыслительных операций и фантазии. В игре расширяется круг представлений ребенка, стабилизируются контакты с другими детьми, что, в свою очередь, влияет на развитие и становление личности. Известно, что в спортивных играх благодаря ярко выраженной деятельности различных анализаторов и взаимодействий с другими участниками, создаются благоприятные возможности для развития двигательных действий и совершенствования деятельности центральной нервной системы. В современных про-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

граммах по физическому воспитанию обучение элементам спортивных игр носит фрагментарный характер. Предусматривается обучение элементам игры, в футбол такие как: удары, передачи, ведение мяча. Занятие футболом способствуют физическому и психическому развитию за счет выполнения всевозможных двигательных действий и быстроты мыслительных процессов для решения игровых задач по ходу игры. Играя в команде у ребенка формируется командный дух, тренируются лидерские качества. Ребенок испытывает минуты счастья и печали, учится быстро переключаться от задачи к задачи. Обучение элементам игры в футбол мы проводим в рамках дополнительных занятий – кружок «Веселый мяч».

Какую цель мы преследуем?

1. Активируем познавательные способности, ведь детям всегда интересно узнавать что-то новое.

2. Развиваем память – дети запоминают правила игры, которые каждый раз меняются.

3. Выявляем у детей способности в конкретном виде спорта.

4. Рекомендуем родителям секции вне садика для продолжения занятий на профессиональном уровне.

Хочу представить вам фрагмент занятия по футболу. В вводной части я использую различные подводящие упражнения. В основной части саму игру в футбол, адаптированную под данный возраст и под условия определенного зала. В заключительной части – рефлексия, поведение итогов.

Все задания выполняются по 1 мин., затем подсчитывается результат и подводиться итог в данной игре. Используем команды: «Стоп игра!», «Легли на поле!», «Очисти поле!». По мячу бьем тыльной стороной стопы. В каком направлении стоит стопа опорной ноги, в том направлении и полетит мяч.

Подводящие упражнения:

1. «*Движущаяся цель*». Задача детей закинуть мяч в обруч, как в баскетбольное кольцо. Обруч при этом находиться постоянно в движении, меняя свое местоположение в зале.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2. «*Быстрые ворота*». Задача детей забить мяч в обруч как в футбольные ворота. Обруч при этом находиться постоянно в движении, меняя свое местонахождение в зале.

3. «*Веселый мяч*». Задача детей как увернуться от мяча, в данном случае от фитбольных мячей. Мячи и водящий постоянно меняют положение в спортивном зале.

4. «*Два королевства*». Спортивный зал разделен на две части, участники на две команды. У каждой команды по 4 мяча. По сигналу участники перебрасывают руками мячи на сторону соперника. Побеждает та команда, на поле которой останется меньше мячей после сигнала.

5. «*Два футбольных королевства*». Спортивный зал разделен на две части, участники на две команды. У каждой команды по 4 мяча. По сигналу участники пинают мячи на сторону соперника. Побеждает та команда, на поле которой останется меньше мячей после сигнала.

6. «*На абордаж, пираты*!». Спортивный зал разделен на две части, участники на две команды. У каждой команды по 3 корабля (обручи), на корабле по 3 мяча. Участники до своих мячей не могут дотрагиваться руками, только до мячей соперников, которые они должны принести в свои корабли. По сигналу заканчивается игра и ведется подсчет мячей на кораблях. Та команда, у которой большее количество мячей побеждает.

7. «*Воротики*». По кругу расставлены дуги. Игрок должен пройти по кругу заводя и выводя мяч в каждую дугу. Игрок может менять направление, но все дуги должны быть пройдены.

8. *Игра в футбол 3 на 3*.

Показатели физической подготовленности детей 5–7 лет до занятий в кружке «Веселый мяч» в начале года и по окончанию педагогического эксперимента в конце.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таблица 1

Тесты	Время проведения	Экспериментальная группа (45 детей)
Бег 10 м. с хода (сек)	Начало Окончание	2,6±0,06 2,1±0,05
Челночный бег 6х5м (сек)	Начало Окончание	16,4±0,3 13,2±0,2
Прыжок в длину с места (см)	Начало Окончание	111,6± 2,1 125,3± 1,6
Подъем туловища (кол-во раз)	Начало Окончание	9,4± 0,4 18,9±0,8
Бросание набивного Мяча 1кг. (см)	Начало Окончание	167,5± 5,9 242±4,9

В исследовании приняло участие 45 детей в возрасте 5–7 лет. Была сформирована Экспериментальная группа – 45 детей. Однородность группы была определена в ходе предварительного тестирования. Занятия с детьми проводились по программе дополнительного образования кружок «Веселый мяч». Занятие в экспериментальной группе осуществлялись 2 раза в неделю в условиях спортивного зала.

Эффективность разработанной методики определялась степенью роста результатов двигательной подготовленности. (Таблица 1) Диагностика физической подготовленности в ходе эксперимента позволила определить уровень влияния дополнительных занятий с применением элементов игры в футбол на двигательные качества детей 5–7 лет. Результаты тестирования детей, участвовавших в педагогическом эксперименте, представлены в таблице 2.

Таблица 2

Психические процессы	до	после	прирост	до	после	прирост	до	после	прирост
	Высокий уровень			Средний уровень			Низкий уровень		
восприятие	70,5	95,5	25	22,7	4,5	-18,2	6,8	0	-6,8
мышление	36,4	81,8	45,4	34,1	15,9	-18,2	29,5	2,3	27,2
память	45,5	84,1	38,6	31,8	15,9	-15,9	22,7	0	-22,7
внимание	27,3	84,1	56,8	52,3	15,9	-36,4	20,4	0	-20,4
воображение	34,1	72,7	38,6	34,1	22,7	-11,4	31,8	4,6	-27,2
средний %	42,8	83,6	40,8	35	15	-20	22,2	1,4	-20,8

Развитие психических процессов оценивалось по методике О.М. Дьяченко и Т.В. Лаврентьевой. Данная методика позволила определить уровень развитие основных психических процессов: восприятие, мышление, память, внимание,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

воображение во время проведения педагогического эксперимента. После завершения педагогического эксперимента прирост показателей развития психических процессов у детей в экспериментальной группе составил 40,8%. Низкий уровень развития психических процессов, после завершения эксперимента, отмечен у 1,4% детей экспериментальной группы, что на 20,8% меньше, чем до начала занятий.

Таким образом, занятия физическими упражнениями на основе использования элементов игры в футбол с детьми 5–7 лет позволило эффективно воздействовать на их психофизическое развитие.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика-пресс, 1996. – 366 с.

2. Коротаева Е.В. Проблемы создания эмоционально развивающей среды для детей раннего возраста / Е.В. Коротаева, Л.А. Максимова // Начальная школа плюс До и После, 2007. – №5. – С. 1–4. EDN HZTWGZ

3. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников / А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда, О.А. Шаграева. – М.: Академия, 2003. – 176 с.

4. Психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Педагогика-Пресс, 1996. – 440 с.

5. Развитие личности ребенка от трех до пяти/ сост. В.Н. Ильина. – Екатеринбург: У-фактория, 2004. – 512 с.

6. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста / под ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неверович. – М.: Наука, 1986. – 174 с.

7. Сергеева Н.Ю. Педагогические условия обеспечения эмоционального благополучия младших школьников средствами изобразительного искусства: дисс. канд. пед. наук / Н.Ю. Сергеева. – Чебоксары, 2002. – 204 с. EDN NLYFKB

8. Технология развития общения у детей старшего дошкольного возраста / А.С. Белкин, В.И. Яковлев, И.С. Зимина, Б.В. Закирова, Е.Е. Новожилова. – Екатеринбург, 1997. – 64 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)