

Будько Анастасия Дмитриевна

студентка

Научный руководитель

Шинкарёва Надежда Алексеевна

канд. пед. наук, преподаватель

Педагогический институт

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»

г. Иркутск, Иркутская область

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛОВКОСТИ

У ДЕТЕЙ 7-ГО ГОДА ЖИЗНИ

Аннотация: в статье рассматривается проблема развития ловкости как психофизического качества. Обозначены характеристики ловкости и возрастные особенности ее развития в подготовительном дошкольном возрасте. В ходе исследования получены данные об уровне развития ловкости детей седьмого года жизни. Представлены результаты экспериментальной работы по апробации педагогических условий развития ловкости подготовительных дошкольников.

Ключевые слова: подготовительный дошкольный возраст, ловкость, физическое развитие, подвижные игры.

На протяжении дошкольного возраста важной задачей, которая решается в образовательном процессе, является задача физического развития детей, так как она напрямую связана с укреплением и сохранением их здоровья. Эта задача обозначена в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования и реализуется через систему задач образовательной области «Физическое развитие» в каждой возрастной группе. Вместе с тем, процесс физического развития является достаточно сложным, и в нем можно выделить много направлений, которые требуют внимания педагога. В современных условиях для физического развития большое значение приобретает развитие та-

кого сложного координационного качества, как ловкость. Именно в силу своей специфики данное качество требует повышенного внимания.

Значение ловкости состоит в том, что она влияет на развитие точности, ритмичности, согласованности движений, на формирование ориентировки в пространстве, скоординированности и согласованности движений. На развитие ловкости влияет целый комплекс умений, именно поэтому, как отмечает большинство исследователей, данное качество важно целенаправленно развивать.

Подготовительный дошкольный возраст является периодом, в ходе которого у детей уже сформирован определенный уровень физического развития, позволяющий организовать работу, направленную на развитие ловкости. Зрелость нервных волокон влияет на возможность координировать и согласовывать движения, что важно для развития ловкости.

Имеющиеся в научной литературе исследования по проблеме ловкости раскрывают разные аспекты. На данный момент исследователями рассмотрена сущность понятия «ловкость», выделены характеристики, структурные компоненты ловкости, обозначена связь ловкости с другими психофизическими качествами. С точки зрения дошкольного возраста рассмотрены возрастные характеристики развития ловкости, методы, приемы и средства ее развития. Исследователями обозначены методические условия, необходимые для более эффективного развития ловкости. В то же время практические аспекты развития ловкости у детей седьмого года жизни в научно-методической литературе представлены недостаточно, что может ограничивать на практике возможности педагогов в разнообразии подходов к развитию ловкости и, соответственно, повышению эффективности данного процесса.

В результате целью нашего исследования являлось изучение особенностей ловкости детей седьмого года жизни и разработка подвижных игр для развития ловкости. Для достижения данной цели вначале мы провели анализ основных научно-методических подходов к развитию ловкости детей дошкольного возраста и раскрыли сущность самого понятия «ловкость».

Согласно определению Н.А. Бернштейна, ловкость выступает как необходимое средство для решения двигательной задачи, поскольку обеспечивает не только правильность и быстроту, но и рациональность, а также находчивость в решении данной задачи [2]. Согласно определению В.В. Калянова, ловкость выступает как интегративная способность, объединяющая в себе совокупность характеристик и взаимосвязанная со многими из них, что делает ее сложным качеством [3].

Рассматривая структуру координационных способностей, в число которых входит ловкость, исследователи отмечают, что характерными чертами координационных способностей являются точный анализ движений, деятельность анализаторов, смелость и решительность. В дошкольном возрасте развитие ловкости опирается на определенные психофизиологические особенности. В частности, этот процесс подчинен общим закономерностям физического развития. В подготовительном дошкольном возрасте у детей происходит оформление строения клеток головного мозга, нервная система находится в процессе своего формирования, происходит дальнейшее развитие и укрепление мышечного корсета, изменяется телосложение, развиваются физические возможности организма, поскольку формируются основные функциональные системы. Все физические качества формируются во взаимосвязи с двигательными навыками.

Т.И. Осокина отмечает, что в подготовительном дошкольном возрасте, в связи с этим, развитие ловкости у детей происходит лучше, чем у детей младшего возраста; соответственно, для развития ловкости есть все необходимые предпосылки [4]. Основополагающими, по мнению Т.В. Артамоновой, в развитии ловкости являются два ключевых механизма: разнообразие движений и обогащение общего двигательного опыта, а также освоение детьми новых, более сложных движений, изменение условий выполнения движений [1].

По мнению Э.Я. Степаненковой, развитию ловкости содействует разнообразие занятий на основе введения новых физических упражнений, их формы сочетаний; варьирование применяемых условий и усилий; регулирование нагрузки на организм; определение достаточности отдыха между повторениями

отдельных заданий. Большинство исследователей выделяют комплекс методических приемов, которые обеспечивают развитие ловкости [5].

Проанализировав разные подходы, мы учли их при выделении комплекса подвижных игр для развития ловкости, которые были апробированы в рамках данной работы. В экспериментальной части исследования вначале мы провели изучение подвижных игр как средства развития ловкости у детей седьмого года жизни и определили уровень ее развития у детей.

Для этого был определён критериально-диагностический аппарат исследования, база исследования, которой выступало МДОУ ИРМО «Мамоновский детский сад комбинированного вида». В исследовании участвовали 26 детей подготовительного дошкольного возраста, 10 педагогов и 26 родителей. В процессе диагностики анализировалась компетентность педагогов в вопросе развития ловкости детей дошкольного возраста, характеристика развивающей предметно-пространственной среды, компетентность родителей и выявлялся уровень развития ловкости.

Результаты проведенного исследования показали, что состояние подвижных игр как средства развития ловкости у детей седьмого года жизни не является оптимальным, поскольку у 44% педагогов уровень компетентности является достаточным и характеризуется частичной сформированностью необходимых знаний и умений по данному вопросу, неустойчивой мотивацией к оценке своей деятельности. Экспертиза «Центра спорта» показала, что в нем представлены разные материалы для физического развития детей седьмого года жизни, но среди них сложно выделить спортивный инвентарь, оборудование, которое влияет на развитие ловкости, нет подборок тематических подвижных игр, направленных на развитие ловкости, картотек упражнений, которые содействовали бы ее развитию.

Диагностика родителей показала доминирование критического уровня компетентности у 56% родителей, которые затрудняются не только ее характеризовать, но и выделить особенности развития ловкости у ребенка, обозначить методы и приемы развития ловкости. Кроме того, родители характеризуются

неустойчивым интересом к тому, чтобы совершенствовать свои знания и умения по данному направлению.

Диагностика детей подготовительного дошкольного возраста показала, что уровень развития ловкости у них преобладает низкий. Дети проявляют несогласованные, непоследовательные движения, у них варьируется скорость выполнения движения, возникают ошибки при выполнении двигательных действий.

На формирующем этапе эксперимента мы апробировали подвижные игры как средство развития ловкости у детей седьмого года жизни. Процесс был организован нами поэтапно. На подготовительном этапе нами было разработано планирование образовательной деятельности по физическому развитию, в котором мы отобразили задачи и планируемые результаты с точки зрения развития ловкости детей седьмого года жизни.

Далее мы выполнили планирование направлений организации развивающей предметно-пространственной среды в группе в соответствии с тематической неделей. Кроме этого, были разработаны планы мероприятий для педагогов и для родителей, направленные на развитие ловкости детей седьмого года жизни.

Организация работы на основном этапе включала в себя реализацию намеченных планов и развитие ловкости у детей. Методика развития ловкости выстраивалась нами с учетом рекомендованных основных направлений, связанных с накоплением разнообразных двигательных навыков и совершенствованием способности перестраивать двигательную деятельность в меняющихся условиях. С этой целью мы подбирали упражнения, подвижные игры с детьми, в рамках которых обогащался двигательный опыт детей, совершенствовались двигательные умения и навыки, а также происходило развитие способностей детей к переключению. В подвижных играх этому способствовало содержание игровых действий, которое, например, по правилам менялось по сигналу. Используя приемы усложнения, вариативности, мы обогащали содержание предлагаемых игр и упражнений. Кроме того, нами уделялось внимание отработке правильной техники выполнения движений, скорости, точности выполнения движений. По-

степенно наращивая темп выполнения в разных упражнениях, мы стремились к тому, чтобы при возрастании темпа качество выполнения не снижалось, а сохранялось и соответствовало норме. Подвижные игры мы подбирали с учетом возможности изменять пространственное положение во время игры. Использовали игры с мячами, упражнения, в которых необходимо было двигаться парами, тройками, группами. Активно применяли соревновательный метод.

Мероприятия, проведенные с педагогами, позволили уточнить и систематизировать имеющиеся у воспитателей представления о том, как формируется ловкость на каждом возрастном этапе дошкольного возраста, с помощью каких механизмов, основных путей можно осуществлять развитие ловкости. Подробно были рассмотрены возможности использования именно педагогами в рамках утренней гимнастики, подвижных игр, индивидуальной работы, спортивных развлечений, приемов, направленных на развитие ловкости у детей седьмого года жизни. При рассмотрении возможностей развития ловкости акцентировалось внимание именно на механизмах и приемах, с помощью практических заданий для педагогов осуществлялась отработка усвоенных знаний и формирование у педагогов осмысленного, взаимосвязанного с практикой опыта.

Мероприятия для родителей включали в себя комплекс, направленный на последовательное рассмотрение проблемы развития ловкости, которое мы начали с общих вопросов, включая характеристику ловкости как качества, ее проявлений у детей седьмого года жизни, и продолжили последовательным знакомством родителей с методами и приемами развития ловкости у детей. Благодаря практическим формам взаимодействия с родителями все приемы, которые мы использовали, позволили родителям лучше понять, как данные приемы воздействуют на развитие ловкости, уделив особое внимание тому, какие приемы и методы родители могут использовать в семье в процессе физического развития ребенка.

На контрольном этапе исследования мы выявляли динамику развития ловкости у детей седьмого года жизни, а также оценивали ресурсные возможности подвижных игр как средства развития ловкости. Количественный и качественный анализ результатов показал, что динамика является положительной по всем

исследуемым критериям: уровень развития ловкости у детей возрос, и этому способствовала организация непосредственной работы с детьми, а также создание условий в виде оснащения развивающей предметно-пространственной среды, а именно Центра спорта; организация работы с родителями и педагогами, в результате которой они овладели практическими методами, приемами и способами, помогающими им осуществлять развитие ловкости у детей.

Таким образом, цель исследования была нами достигнута.

Список литературы

1. Артамонова Т.В. Развитие ловкости у детей дошкольного возраста: автореферат дисс. ... кандидата педагогических наук: 13.00.04 / Т.В. Артамонова. – Волгоград, 2006. – 20 с.
2. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Бернштейн. – М.: Физкультура и спорт, 2017. – 132 с.
3. Калянов В.В. Развитие ловкости на занятиях физической культурой / В.В. Калянов // Традиции и инновации в строительстве и архитектуре: материалы 68-й Всероссийской научно-технической конференции по итогам НИР / СГАСУ. – Самара, 2011. – С. 68–72.
4. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду / Т.И. Осокина. – М.: Просвещение, 2013. – 156 с.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э.Я. Степаненкова. – М.: Академия, 2016. – 368с.