

УДК 373

**А.А. ГОВОРУХИНА**

(*govorukhina.anna@yandex.ru*)

*Волгоградский государственный социально-педагогический университет*

### **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ\***

*Рассмотрены особенности физического воспитания дошкольников. Определены эффективные способы применения общеразвивающих упражнений в физическом воспитании. Разработана и организована система занятий с использованием элементов футбола в физическом воспитании. Проанализирована эффективность системы занятий для общего физического развития детей дошкольного возраста.*

*Ключевые слова: физическое воспитание, дошкольник, футбол, спортивные игры, спортивные упражнения.*

Одним из важнейших критериев в развитии ребенка считается физическое развитие. В Концепции дошкольного воспитания говорится, что «Одна из актуальных задач физического воспитания заключается в поиске эффективного средства в совершенствовании и развитии двигательной сферы ребенка дошкольник, основываясь на формировании у него потребности в движении». В детском саду при организации жизнедеятельности дошкольника должна присутствовать оздоровительная направленность [2].

При физическом развитии дошкольников важным критерием является умение развить у детей способность выполнять спортивные упражнения, основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения. Кроме того, необходимо обучить дошкольников правилам спортивных игр, например, таких как футбол, баскетбол и т. д., а также при игре использовать элементы данных спортивных игр [6, с. 159].

Однако, несмотря на это, отмечается педагогическая ценность элементов спортивных игр и, в частности футбола, до настоящего времени они не находят должного использования в практической деятельности физического воспитания детей дошкольного возраста. Возможно, одной из причин данной проблемы является недостаточная научная и методическая разработанность [1, 5].

В дошкольных учреждениях физическое воспитание считается единством целей, средств, задач, методов и форм работы, которые направлены на всестороннее физическое развитие ребенка и укрепление его здоровья [4, с. 20].

Цель исследования: изучить особенности физического воспитания дошкольников в спортивных играх, а именно в футболе.

Задачи исследования:

1. Выявить характеристику и особенности применения спортивной игры футбола в работе с дошкольниками в процессе физического воспитания.
2. Разработать систему занятий с использованием элементов футбола в физическом воспитании дошкольников и проверить её эффективность.

Исследование проводилось на базе МБДОУ Детский сад «Теремок» Боковского района, в нем принимало участие 15 человек (9 девочек и 6 мальчиков). Исследование проводилось в два этапа.

На первом этапе нашей работы мы посетили занятия по физической культуре с целью использования физических упражнений для развития точности, координации движений и выявления уровня владения мячом.

Проанализировав занятия, мы сделали следующие выводы: в проведении комплекса общеразвивающих упражнений не была дана достаточная нагрузка на развитие физических качеств, т. к. в груп-

\* Работа выполнена под руководством Лазаренко Е.Н., кандидата педагогических наук, доцента кафедры педагогики дошкольного образования ФГБОУ ВО «ВГСПУ».

не большое количество детей (15 человек), им нужно было дать хотя бы пять – шесть повторений для того, чтобы они смогли закрепить свои знания. Так, например подвижная игра «Забей в ворота» способствовала физическому развитию точности, но количество повторений не было достаточным.

Затем мы проанализировали календарное планирование занятий воспитателя на месяц, в ходе которого нами было выявлено, что упражнения, которые используются на занятиях, построены с учетом не всех физических качеств, а в основном ритма, координации движений и темпа, упражнений по обучению владению мячом практически нет. В плане отмечалось разучивание и закрепление подвижных игр, связанных с бегом, но не было отмечено обучение детей дошкольного возраста элементам спортивных игр, в том числе и футбола. Так же мы провели диагностическую методику, предложили детям поиграть в игру «Удар по подвижному мячу». Целью игры было устоять на ногах и попасть по мячу правой и левой ногой.

Ребенка ставили в определенном месте и давали пас ногой. Его задачей было ударить по мячу сначала правой и затем левой ногой. По результатам с данным заданием отлично справились только 27% детей (4 человека), частично справились 40% детей (6 человек) и 33% детей (5 человек) вообще не справились с заданием. Таким образом, мы можем констатировать тот факт, что у дошкольников плохо сформирована координация движений.

Вторая игра называлась «Удар по воротам» она выявляла, развит ли у детей глазомер, точность, и насколько чувствуют ли они мяч, владеют ли они способностью удара по мячу.

Ворота ставились на расстоянии 10 шагов от старта. Задачей ребенка было ударить по мячу сначала правой и затем левой ногой и попасть в ворота. По результатам из 15 детей с заданием хорошо справились 20% (3 ребенка), 33% (5 детей) частично справились, попали по воротам только одной ногой и 47% (7 детей) не справились с заданием совсем. Таким образом, мы можем сказать, что у исследуемых детей плохо развито чувство мяча, точность, глазомер, они не обладают достаточной выдержкой и терпением, для того чтобы прицелиться в ворота, а также не чувствуют силу удара по мячу.

Таким образом, из всего вышесказанного мы можем сделать вывод о том, что упражнения, которые используются на занятиях, построены на учете не всех физических качеств, а в основном на ритм, координацию движений и темп, упражнений по обучению владению мячом практически нет, поэтому дети не смогли справиться с нашими заданиями.

В ходе проведения анализа изучаемой проблемы нами была определена необходимость в разработке системы занятий с использованием элементов футбола в физическом воспитании дошкольников. Второй этап исследования заключался в разработке конспектов, при котором мы учитывали недостатки занятий, которые были проведены воспитателями потребности детей. Материал старались преподнести так, чтобы детям было понятно, доступно и интересно. План занятий по физической культуре (см. табл.).

Таблица

План занятий по физической культуре у дошкольников

№	Тема занятия	Задачи	Ход занятия
1	Обучение элементам передвижения	<p><i>1. Обучающая</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование элементов бега;</li> <li>– формирование командной работы;</li> <li>– развитие двигательных качеств.</li> </ul> <p><i>2. Оздоровительная</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– укрепление здоровья детей.</li> </ul> <p><i>3. Воспитательная</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– воспитание реакции у детей быстро выполнять команду воспитателя;</li> <li>– развивать интерес у детей к физкультурным занятиям</li> </ul>	<p><i>Разминка</i> – медленный бег с поворотами корпуса на 180 градусов и остановками.</p> <p><i>Обучающая часть</i> – обычный бег, бег приставными шагами и спиной вперед.</p> <p><i>Закрепительная часть</i> – игра «Футболист».</p> <p><i>Завершающая часть</i> – медленная ходьба с элементами бега</p>

№	Тема занятия	Задачи	Ход занятия
2	Обучение элементам ведения мяча	<p><i>1. Обучающая</i>                      – формирование навыков ведения мяча;                      – закрепление навыков бега.</p> <p><i>2. Оздоровительная</i>                      – тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной системы;                      – развитие основных групп мышц.</p> <p><i>3. Воспитательная</i>                      – воспитание положительного отношения к спорту;                      – воспитание организованности на физкультурных занятиях</p>	<p><i>Разминка</i> – упражнения на разогрев всех групп мышц (упор на ноги).  <i>Повторение</i> элементов предыдущего урока.  <i>Обучающая часть</i> – упражнения на обучение элементам ведения мяча внешней и внутренней стороной стопы.  <i>Закрепительная часть</i> – игра «Гонка мячей».  <i>Завершающая часть</i> – построение и подведение итогов</p>
3	Обучение навыкам удара по мячу	<p><i>1. Обучающая</i>                      – формирование навыков удара по мячу.</p> <p><i>2. Оздоровительная</i>                      – укрепление мышц ног.</p> <p><i>3. Воспитательная</i>                      – воспитание дисциплины на занятиях;                      – воспитание реакции у детей быстро выполнять команду воспитателя</p>	<p><i>Разминка</i> – растяжка мышц ног.  <i>Повторение</i> элементов предыдущего урока.  <i>Обучающая часть</i> – упражнения на обучение ударам по мячу.  <i>Закрепительная часть</i> – игра «Забей гол».  <i>Завершающая часть</i> – построение и подведение итогов</p>
4	Обучение элементам вбрасывания и отбора мяча	<p><i>1. Обучающая</i>                      – формирование навыков вбрасывания и отбора мяча.</p> <p><i>2. Оздоровительная</i>                      – развитие ловкости, выносливости, быстроты и силы;                      – тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной системы.</p> <p><i>3. Воспитательная</i>                      – воспитание на занятиях физической культуры организованности;                      – воспитание морально волевых качеств</p>	<p><i>Разминка</i> – упражнения на разогрев всех групп мышц.  <i>Повторение</i> элементов предыдущего урока.  <i>Обучающая часть</i> – парные упражнения на вбрасывание и отбора мяча.  <i>Закрепительная часть</i> – игра «Задержи мяч».  <i>Завершающая часть</i> – построение и подведение итогов</p>
5	Обучение элементам остановки мяча	<p><i>1. Обучающая</i>                      – формирование навыков остановки мяча;</p> <p><i>2. Оздоровительная</i>                      – тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной системы;                      – развитие основных групп мышц.</p> <p><i>3. Воспитательная</i>                      – воспитание положительного отношения к спорту;                      – воспитание организованности на занятиях физкультуры.</p>	<p><i>Разминка</i> – упражнения на разогрев всех групп мышц.  <i>Повторение</i> элементов предыдущего урока.  <i>Обучающая часть</i> – беседа с детьми об игре футбол, обучение навыкам остановки мяча.  <i>Закрепительная часть</i> – игра «Футбол» по упрощенным правилам.  <i>Завершающая часть</i> – построение и подведение итогов.</p>

В ходе занятия дети были жизнерадостны, бодры и энергичны. Нами было отмечено, что мальчики активнее выполняли задания, и поэтому у них лучше получалось вести мяч, чем у девочек. Затруднения у детей вызвало ведение мяча внешней стороной стопы. Однако было видно, что детям нравятся и интересны задания, они с большим удовольствием их выполняли.

Третий этап нашего исследования заключался в определении того, насколько разработанная и организованная нами система занятий с использованием элементов футбола в физическом воспитании была эффективной для общего физического развития детей дошкольного возраста.

Проведенный повторный миниэксперимент показал очень хорошую динамику показателей в физическом развитии у дошкольников.

Мы провели тест «Удар по подвижному мячу» с теми же детьми, которые участвовали в констатирующем этапе нашего исследования.

Анализируя результаты, мы можем сказать, что по сравнению с предыдущими результатами с этим заданием отлично справились 54% детей (8 человек), частично справились 33% детей (5 человек) и 13% детей (2 человека) вообще не справились с заданием.

Подводя итоги нашего исследования, мы можем констатировать тот факт, что после проведения системы занятий значительно улучшились навыки владения мячом. Дети свободно стали его передавать, бросать, перебрасывать друг другу, ловить и бросать в цель. Из этого же и следует, что у детей повышается уровень физического и психического развития.

В дополнение, многие ребята стали проявлять интерес к футболу, что также положительно влияет на формирование физических способностей.

#### Литература

1. Грицаюк С.Е. Спортивные игры в детском саду. М.: Олма-пресс, 2005.
2. Концепция дошкольного воспитания // Инфоупедия для углубления знаний. [Электронный ресурс]. URL: <https://infopedia.su/14x5191.html> (дата обращения: 08.04.2020).
3. Патрина Т.И. Игра в жизни современного дошкольника и её влияние на формирование его личности // Студенческий электронный журнал «СТРИЖ». 2019. № 1(24). С. 112–115. [Электронный ресурс]. URL: (дата обращения: 09.04.2020).
4. Петров К. Здоровье сберегающая деятельность в школе // Воспитание школьников. 2005. № 2. С. 19–22.
5. Правдов М.А., Ермакова Ю.Н., Правдов Д.М. Влияние занятий на основе использования элементов игры в футбол на развитие координационных способностей у детей 5–7 лет // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2010. № 5(63). С. 83–87.
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. 6-е изд. М.: Академия, 2008.

**ANNA GOVORUKHINA**

*Volgograd State Socio-Pedagogical University*

#### PHYSICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN IN SPORTS GAMES

*The article deals with the specific features of the physical education of preschool children. There are defined the effective ways of the use of the combined developing exercises in physical education. There is developed and organized the system of exercises with the use of the football elements in physical education. The author analyzes the efficiency of the exercises' system for the general physical development of preschool children.*

**Key words:** *physical education, preschool children, football, sports games, sports exercises.*