

ИГРЫ И ИГРОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ЛОВКОСТИ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

В.Г. Шнак, А.Г. Ткаченко***

***Витебский государственный университет имени П.М. Машерова,
Республика Беларусь,**

****Ясли-сад № 12 г. Витебска, Республика Беларусь, e-mail: garrievi4@tut. by**

Данная статья посвящена экспериментальному обоснованию использования игр и игровых упражнений с мячом для развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

***Ключевые слова:** ловкость, игры, игровые упражнения, старший дошкольный возраст, авторская методика, физическое воспитание, дошкольное учреждение, развитие ловкости.*

В Республике Беларусь задача укрепления здоровья детей дошкольного возраста определена как приоритетная область общественного здравоохранения, обеспечено ее устойчивое государственное финансирование. Сохранение и укрепление здоровья детского населения является составной частью национальной безопасности Республики Беларусь. Это особенно значимо в настоящее время, поскольку за период 2015-2020 гг. показатели общей и первичной заболеваемости детского населения республики характеризуются тенденцией к росту (среднегодовые темпы прироста составили 1,88% и 2,14% соответственно) [1, с. 21].

В этих условиях чрезвычайно значимыми являются вопросы развития здоровья детской части населения Беларуси, и в первую очередь, вопросы физического и двигательного развития детей старшего дошкольного возраста, как сенситивной возрастной группы развития разнообразных физических качеств. Одним же из наиболее важных таких психофизических качеств является ловкость. Поскольку «у детей дошкольного возраста именно ловкость свидетельствует о завершении этапа овладения ребенком движениями и позволяет рационально использовать их в повседневной жизни» [2, с. 38].

В связи с этим актуальным является поиск эффективных средств развития двигательной сферы современного дошкольника, на основе жизненной потребности быть ловким. И, здесь, именно «игровые технологии являются одной из уникальных форм обучения» [3, с. 16].

Актуальность исследуемой темы заключается в том, что одной из наиболее эффективных инновационных форм обучения, развивающей ловкость у детей старшего дошкольного возраста, являются игры и игровые упражнения, способствующие практическому развитию данного психофизического качества.

Объектом данного исследования являются игры и игровые упражнения с мячом, а предметом исследования – их воспитательная ценность, как педагогического средства развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

Цель исследования: совершенствовать методику развития ловкости у старших дошкольников на основе использования игр и игровых упражнений с мячом.

Материал и методы. Базой исследования были определены ГУО «Ясли-сад № 12 г. Витебска» и ГУО «Ясли-сад № 1 г.п. Бешенковичи». Экспериментальными группами были выбраны воспитанники старшего дошкольного возраста данных учреждений образования. При этом 10 воспитанников ГУО «Ясли- сад № 12 г. Витебска» и 10 воспитанников, занимающихся в кружке «Школа мяча», при ГУО «Ясли-сад № 1 г.п. Бешенковичи» занимались по авторской методике с ориентацией на педагогику сотрудничества.

Вместе с тем, для сравнительного анализа была выбрана группа из 10 воспитанников ГУО «Ясли-сад № 1 г.п. Бешенковичи», занимающихся по общеобразовательной программе физического воспитания (по развитию ловкости).

В данном исследовании были использованы следующие методы и приемы исследования: а) метод анализа и обобщения научной литературы, как целевой метод анализа и обработки литературы позволил теоретически изучить исследуемую тематику и получить необходимую научно-методическую основу для разработки авторской методики использования игр и игровых упражнений с мячом, как эффективного средства развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста;

б) анкетирование и наблюдение, как измерительные методы, выступили в качестве средств для сбора сведений от разных групп респондентов по определению уровня развития ловкости, на различных этапах исследования;

в) метод контрольных испытаний, позволил выявить уровень развития ловкости у отдельных дошкольников (занимающихся исследуемых групп), так и целых этих групп. При этом в качестве диагностических методов были использованы следующие физические упражнения:

– челночный бег 3х10 метров, где пробег за 12 секунд и больше означал высокий уровень, 11-11,9 секунд – средний уровень, меньше 11 секунд – низкий уровень;

– отбивание мяча от пола, где 7 раз подряд означал высокий уровень, 6 раз – средний уровень, 5 и меньше – низкий уровень;

– подбрасывание и ловля мяча, где воспитаннику следовало подбросить мяч вверх сначала невысоко и поймать его, потом – бросить его еще выше и поймать и потом – еще выше и поймать. Оценка в этом упражнении проводилась следующим образом: 5 баллов – отличное выполнение, где воспитанник справился с ловлей мяча и продемонстрировал хорошую высоту броска; 4 балла – выполнение упражнения с небольшими потерями мяча; 3 балла – выполнение упражнения с частыми потерями мяча; 2 балла – с заметными трудностями;

– отбивание мяча в пол после отскока от стены, где 5 раз подряд означал высокий уровень, 3–4 раза – средний уровень, 2 и меньше – низкий уровень.

г) педагогический эксперимент, как научно поставленный опыт в области воспитательной работы (в созданных и контролируемых условиях), позволил организовать процесс обучения и воспитания ловкости у воспитанников экспериментальных групп, вызывающий необходимые сдвиги в развитии их ловкости;

д) методы математической статистики, позволили обработать массив полученных экспериментальных данных, для извлечения как можно более точной информации о развитии ловкости у воспитанников старшего дошкольного возраста.

Общий временной период исследования составил 5 месяцев (01.10.2019 – 01.03.2020), работа с детьми экспериментальных групп по предлагаемой авторской программе – 3 месяца (15.11.2019 – 15.02.2020).

Результаты и их обсуждение. Экспериментальная программа представляет собой комплекс игр и игровых упражнений с мячом, как средства развития ловкости. Поставленная цель определила в программе два основных направления: развитие телесной ловкости и развитие ручной ловкости (как основного этапа).

При этом за основу этой программы была взята строгая систематичность занятий, как залог качественной их реализации. Каждое такое занятие проходило в доброжелательной и веселой атмосфере совместной игровой деятельности (с позиции педагогики сотрудничества), где делался упор на побуждение ребят к самостоятельной активности, где они бы могли самостоятельно реализовывать свою двигательную активность.

Кроме того, в занятиях активно использовался и поддерживался соревновательный метод, что приводило к самостоятельному стремлению воспитанников получить как можно более высокие результаты в играх и игровых упражнениях с мячом. Вместе с тем, на этих занятиях приветствовалась самостоятельность ребят (как фактор их заинтересованности), при выборе определенных игр и игровых упражнений с мячом.

Занятия с каждой группой проводились 3 раза в неделю. При этом с группой воспитанников ГУО «Ясли-сад № 12 г. Витебска» занятия проводились в первой половине дня (в процессе занятий по физическому воспитанию в данном дошкольном учреждении), а с группой воспитанников ГУО «Ясли-сад № 1 г.п. Бешенковичи» занятия проводились во второй половине дня (в процессе занятий в кружке «Школа мяча»).

В дошкольном возрасте игра является важнейшей самостоятельной деятельностью детей и имеет большое значение для их физического и психического развития, становления индивидуальности и формирования детского коллектива. В этом ее огромная роль в развитии и воспитании ребенка принадлежит именно подвижной игре – важнейшему виду детской деятельности и эффективному средству формирования личности дошкольника. При этом преимущество подвижных игр перед другими дозируемыми физическими упражнениями в том, что они всегда связаны с инициативой, фантазией, творчеством. Вместе с тем частая смена способов выполнения игровых заданий, введение дополнительных движений повышают интерес детей, стимулируют проявление различных свойств ловкости.

В старшем дошкольном возрасте имеются необходимые предпосылки для воспитания ловкости. При этом сама работа с детьми старшего дошкольного возраста по развитию ловкости может успешно проводиться посредством специально подобранных игр и упражнений с мячом. Вопрос развития ловкости детей старшего дошкольного возраста наряду со снижением двигательной активности дошкольников весьма актуален сейчас. И от того, насколько серьезно к нему отнесутся дошкольные педагоги и родители, будет зависеть развитие и благополучие ребенка в постоянно меняющемся современном мире, где требуются проявление воли и находчивости.

В целом, игры и игровые упражнения с мячом, играя особую роль в развитии ловкости, вместе с тем, нормализуют и эмоционально-волевую сферу ребенка, а также развивают мышечную силу и усиливают работу важнейших органов организма – сердца и легких, улучшая при этом обмен веществ. Именно поэтому данные игры и игровые упражнения являются таким ценным педагогическим средством физического развития детей старшего дошкольного возраста.

Именно подвижные игры с мячом, которые являются для детей наиболее увлекательной формой их двигательной активности, ориентируют их на достижение определенной цели. Подвижные игры с мячом эффективно влияют на развитие таких свойств ловкости, как согласованность (координация) движений, точность, быстрота, находчивость.

Все изложенное, таким образом, позволяет сформулировать, что игры и игровые упражнения с мячом, применяемые в процессе физического воспитания в дошкольных учреждениях, являются одним из наиболее эффективных средств развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

Так и в данной диссертации было проведено исследование авторской методики (программы) использования игр и игровых упражнений с мячом, как эффективного средства развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

Анализ результатов данного исследования позволил выявить существенную динамику роста показателей развития ловкости у детей экспериментальных групп (используемых авторскую программу с использованием игр и игровых упражнений с мячом), по сравнению с контрольной группой (используемой общеобразовательную программу дошкольного воспитания).

В качестве объекта исследования были выбраны 2 экспериментальные группы из 10 воспитанников ГУО «Ясли-сад № 12 г. Витебска» и из 10 воспитанников, занимающихся в кружке «Школа мяча», при ГУО «Ясли-сад № 1 г.п. Бешенковичи», которые занимались по авторской методике с ориентацией на педагогику сотрудничества, а также контрольная группа из 10 воспитанников ГУО «Ясли-сад № 1 г.п. Бешенковичи», занимающихся по общеобразовательной программе физического воспитания (по развитию ловкости).

В частности, как удалось установить, по тесту «челночный бег 3x10»: у экспериментальной группы № 1 рост уровня развития ловкости произошел на 105,7 % и у экспериментальной группы № 2 – на 113,0 %, а у контрольной группы – лишь на 101,0 %. По тесту «отбивание мяча от пола»: у экспериментальной группы № 1 рост уровня развития ловкости произошел на 114,8 % и у экспериментальной группы № 2 – на 119,6 %, а у контрольной группы – лишь на 102,2 %. По тесту «подбрасывание и ловля мяча»: у экспериментальной группы № 1 рост уровня развития ловкости произошел на 123,0 % и у экспериментальной группы № 2 – на 129,2 %, а у контрольной группы – лишь на 105,2 %. По тесту «отбивание мяча в пол после отскока от стены»: у экспериментальной группы № 1 рост уровня развития ловкости произошел на 164,0 % и у экспериментальной группы № 2 – на 135,2 %, а у контрольной группы – лишь на 107,6 %.

Заключение. В целом, как можно судить по итоговым данным проведенного исследования используемая авторская методика использования игр и игровых упражнений с мячом, как средства развития ловкости у старших дошкольников, доказала свою результативность и эффективность по сравнению с общеобразовательной программой физического воспитания.

Данный вывод, в свою очередь, позволил подтвердить гипотезу данного исследования о том, что игры и игровые упражнения с мячом, применяемые в процессе физического воспитания в дошкольных учреждениях, являются одними из наиболее эффективных средств развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

Литература

1. Здоровье населения и окружающая среда г. Витебска и Витебского района: информационно-аналитический бюллетень. – Витебск: ГУ «Витебский зональный центр гигиены и эпидемиологии», 2019. – 208 с.
2. Семенова, Т.А. Ловкость дошкольников: современный взгляд на проблему / Т.А. Семенова // Педагогика и психология образования. – 2013. – № 1. – С. 38–45.
3. Соколова, Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников / Л.А. Соколова. – СПб.: ООО Детство-Пресс, 2013. – 80 с.
4. Доронина, К.Д. Игровые технологии в начальной школе / К.Д. Доронина / От идеи – к инновации: материалы XXV Юбилейной междунар. студ. науч.-практ. конф., Мозырь, 26 апр. 2018 г. В 3 ч. Ч. 1 / УО МГПУ им. И.П. Шамякина; редкол.: В.Н. Навныко (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь, 2018. – С. 16–18.