

УДК 796.012.1:796.332-053.4

ВОСПИТАНИЕ БЫСТРОТЫ И ЛОВКОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТАМ СПОРТИВНОЙ ИГРЫ В ФУТБОЛ

Е.А. Шаерман

*Государственное учреждение образования «Детский сад № 47 г. Могилева»,
Республика Беларусь*

e-mail: shayerman1974@gmail.com

Аннотация. В статье представлен опыт работы учреждения образования по активизации процесса поиска эффективных форм и методов работы по воспитанию физических качеств быстрота и ловкость у детей старшего дошкольного возраста в процессе обучения элементам спортивной игры в футбол.

Ключевые слова: спорт, футбол, дети дошкольного возраста, игра, быстрота, ловкость.

CIVIL AND PATRIOTIC EDUCATION OF CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE

E.A. Shaerman

State educational Institution "Kindergarten No. 47 of Mogilev", Republic of Belarus

Annotation. The article presents the experience of an educational institution in intensifying the process of searching for effective forms and methods of work to educate physical qualities of speed and dexterity in children of senior preschool age in the process of learning the elements of the sports game of football.

Key words: sports, football, preschool children, play, quickness, agility.

В дошкольном возрасте ведущей деятельностью является игра, а использование игр с элементами спорта, как средства и формы организации физического воспитания, обеспечивает всестороннее развитие личности. Благодаря спортивным играм ребенок может реализовать свои возможности и способности [3, с.3].

Президент Беларуси Александр Лукашенко подчеркивает важность развития спорта в качестве одного из приоритетов государственной политики. Спорт – это не только здоровье нации, но и огромный пласт нашей идеологической работы, а значит – один из приоритетов государственной политики. Благодаря победам белорусским спортсменам формируется имидж государства, воспитывается патриотизм", – подчеркнул белорусский лидер.

Государство напрямую заинтересовано в том, чтобы маленькие белорусы с самого раннего возраста привлекались к спорту что способствует воспитанию положительных моральных и волевых качеств. Большая ответственность по воспитанию физически здоровых людей ложится на учреждения дошкольного образования, именно здесь детям прививается любовь к физической культуре и спорту, воспитываются физические качества.

Многие процессы развития зависят от двигательной активности дошкольника, которые закладывают основу для крепкого здоровья, формируют правильные движения тела, вырабатывают черты характера, приобретают базовые физические качества.

Развитие физических качеств – одна из главнейших сторон физического образования дошкольников

Игра в футбол прекрасно развивает у детей все физические качества. Но ловкость и быстрота, это те качества, которые представляет собой способность быстро

овладевать новыми движениями, быстро и точно перестраивать свои движения в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

При обучении игре в футбол не требуется большого пространства, дорогостоящего оборудования, вместе с тем она обладает колоссальными возможностями в формировании физических качеств.

Практическая значимость исследования определяется тем, что в практике дошкольного учреждения игры с элементами футбола используются бессистемно, планируются эпизодически, без участия родителей. Ошибки детей во время игры иногда приводят к тому, что они не справляются с заданием вследствие чего, теряется интерес к игре. Поэтому теряется эффективность их использования для развития таких физических качеств, как быстрота и ловкость.

Направление учебной программы дошкольного образования, содержание которой определено в соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании, «Физическое развитие» предусматривает закреплять и совершенствовать жизненно важные умения и навыки, элементы техники двигательных действий в гимнастических, спортивных играх [1, с.256].

Цель исследования: обосновать эффективность влияния элементов спортивной игры в футбол на воспитание быстроты и ловкости у детей старшего дошкольного возраста.

Объект – воспитание у детей старшего дошкольного возраста физических качеств.

Ведущей идеей исследования является реализация концепции спортивно – ориентированного воспитания детей дошкольного возраста.

Исходя из цели, объекта ведущей идеи исследования были определены следующие задачи:

1. Создать благоприятные педагогические условия по обучению детей старшего дошкольного возраста элементам игры в футбол.
2. Разработать и систематизировать подвижные игры с элементами футбола, направленные на воспитание быстроты и ловкости.
3. Внедрить элементы спортивной игры в футбол на развитие ловкости и быстроты в разные формы физкультурно-оздоровительной работы.
4. Показать результативность использования элементов спортивной игры в футбол для развития физических качеств у детей старшего дошкольного возраста;

Материал и методы. Исследование осуществлялось на базе ГУО «Детский сад» №47 г.Могилева

За основу взяла труды белорусских и российских авторов (Шпак В.Г., Шебеко В.Н., Адашкявичене Э. И., Житько З.М., Козырева О.В., Осокина Т.И., Степаненкова Э.Я., Гришин В.Г., Волошина Л.Н., Савина Т.И., Л.Н. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н., Глазырина Л.Д., и др.) где достаточно глубоко раскрыты содержание, методика обучения так же подчеркивается, что подвижные игры с элементами спорта позволяют детям старшего дошкольного возраста овладевать сложными движениями, проявлять самостоятельность, активность, творчество. Однако несмотря на отмечаемую педагогическую ценность элементов спортивной игры в футбол, они до настоящего времени не находят должного применения в практике физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Методика развития физических качеств детей представлена в работах известных ученых Е.Н. Вавиловой, Н.А. Ноткиной, Т.И. Осокиной, В.Г. Фролова, где авторы предъявляют требования к подбору упражнений для воспитания физических качеств [2, с. 32-33].

Рассмотрим несколько этапов реализации данного исследования:

- I этап - подготовительный. Для успешной работы создана предметно-пространственная игровая среда, которая соответствует методическим требованиям:

приобретены футбольные ворота, различные по качеству мячи (мягкие, резиновые, волейбольные), на спортивной площадке обновлено травяное покрытие, совместно с родителями пошили яркие накидки двух цветов, внимательно ознакомились с техникой выполнения различных элементов игры, типичными ошибками и приемами их устранения. Разработали картотеки игр и игровых упражнений с элементами спортивной игры в футбол которые включены в содержание разных форм физкультурно-оздоровительной работы.

Воспитатели дошкольного образования в старшей группе познакомили детей с лучшими футболистами Республики Беларусь (Д Щербицкий, З. Волков, К. Печенин). Были проведены беседы «Футбол – одна из самых любимых игр в мире», «Форма для игрока», «Мяч – мой друг»; рисование «Мы футболисты», аппликация «Футбольный мяч». Совместно с родителями воспитанники посетили стадион «Торпедо», где тренер по футболу А.В. Ласточкин провел для них экскурсию, и игроки команды провели с детьми мастер-класс по владению мяча. В учреждение дошкольного образования на спартакиады в состав жюри приглашались игроки могилевских футбольных команд «Энергетик», «Химволокно». «Арсенал». В выходные дни дети совместно с родителями и руководителем физического воспитания были активными болельщиками футбольного матча между командами «Могилевлифтмаш». Также эффективным методом стало использование техник визуализации что помогло углубить представления воспитанников о спортивной игре в футбол, об оборудовании и инвентаре данной игры об спортивных объектах нашего города и республики Беларусь.

Проанализированы задачи, направленные на обучение элементам спортивной игре в футбол детьми старшего дошкольного возраста и разработан перспективный план подвижных игр и упражнений с элементами спортивной игры в футбол, что придает процессу игры организованный характер, что делает работу педагога более осмысленной и результативной.

При составлении перспективного плана учитывали принципы дидактики как ориентир на пути достижения поставленной цели. Содержание занятий объединяет в себе ряд дидактических принципов, при реализации которых обучение элементам игры в футбол протекает более успешно, среди которых принцип доступности и индивидуального подхода играют приоритетную роль.

При организации физкультурно-оздоровительной работы учитывали все внутренние и внешние факторы, влияющие на здоровье детей, а также индивидуальные особенности развития каждого ребенка. В исследовании участвовали 28 воспитанников старшей группы. На подготовительном этапе провели комплексную оценку состояния здоровья детей, изучила их медицинские карты, что позволило выявить: 7,1% детей относятся к подготовительной группе по физкультуре; 92,9% - к основной. Эпизодически болеющие дети составляют 71,4%; часто и длительно болеющие (ЧДБ)- 7,1%, здоровые дети- 21,4%. Отклонения в физическом развитии выявлены у 10,7% воспитанников, а у 89,3% физическое развитие гармонично.

Анализ научно-методической литературы и данных методов наблюдения физического состояния воспитанников определил выбор направления дальнейшей деятельности - развитие физических качеств у детей дошкольного возраста посредством игр и упражнений с элементами футбола.

- II основной этап. На втором этапе исследования при создании системы планирования опиралась на принцип триединства: деятельность с детьми, работа с социумом, сотрудничество с родителями

Были подробно рассмотрены аспекты развития физических качеств с помощью подвижных игр и упражнений с элементами спортивной игры в футбол. Среди физических качеств особое место занимает быстрота. Быстрота – это способность человека

совершать действия в минимальный для данных условий отрезок. При этом выполнение таких действий не должно занимать много времени и вызывать утомления.

Движение должно быть освоено ребенком в основных чертах в медленном темпе; продолжительность упражнений на быстроту должна быть небольшой, чтобы к концу выполнения упражнения скорость не снижалась и не наступало утомление [2, с. 33].

Средствами развития быстроты как двигательного качества, являются упражнения направленно воздействующие на отдельные компоненты скоростных способностей и упражнения комплексного воздействия, поэтому для развития быстроты подбираю подвижны игры и подводящие упражнения с элементами футбола с бегом «Гонка мячей», «Бесконечная эстафета», «Собери все предметы», «Ловишки», «Заморожу», а также различные виды бега: (бег с изменением темпа, спиной вперед, со сменой направляющего и др.). Вместе с тем не всем детям по состоянию здоровья показан быстрый бег. Поэтому такие игры провожу в соответствии с медицинскими показаниями и с ограничением физической нагрузки.

Ловкость – это способность быстро овладевать новыми движениями и их сочетаниями, а также умение действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро и находчиво. Постоянно изменяющаяся обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствует развитию ловкости. Средствами воспитания ловкости являются упражнения, которые выполняются в сложных условиях сменяющейся обстановки, упражнения в равновесии, упражнение, связанное со сменой позы: «Попади и поймай», «Смена сторон», «Обведи и ударь», «Футбольный слалом», «Паучки в колпачках» и др.

Развитие одного из физических качеств определённым образом влияет на развитие другого. Поэтому одни и те же игры при изменении условий и правил одновременно могут развивать и быстроту, и ловкость.

Все элементы спортивной игры в футбол составляются из движений, предусмотренных «Учебной программой дошкольного образования», выполнение их вполне доступно и интересно детям.

Всю работу по обучению детей навыкам игры в футбол строили с учетом закономерностей формирования двигательных умений и навыков, этапов обучения спортивным упражнениям и учитывая наглядно-образный характер мышления детей дошкольного возраста использовали методы способствующие обучению элементам спортивной игры в футбол и воспитанию физических качеств: словесные, наглядные, метод целостного и расчленённого упражнения, стандартно-интервального упражнения, переменного-интервального упражнения, переменного-непрерывного упражнения, игровой и соревновательный.

Наглядные методы обучения были ведущими, а именно: показ различных приемов техники игры в футбол, имитация, зрительные ориентиры, звуковые ориентиры, помощь, наглядные пособия. Обучение специальным подводящим упражнениям по усвоению техники спортивной игры осуществлялось при преимущественном использовании метода целостного разучивания двигательного действия. Старались показывать в нормальном для восприятия детей темпе различные виды упражнений по обучению игре в футбол, представляли физические упражнения в разных ракурсах, чтобы дети хорошо усвоили технику. Показ сопровождался обязательно словом, следили, чтобы объяснение техники движения было эмоциональным, конкретным, доступным, кратким. Игровой и соревновательный метод обучения использовали на третьем, завершающем этапе формирования навыка и закрепления элементов футбольной техники (после первоначального и углубленного этапов обучения) в подвижных играх и эстафетах. Использовали художественное слово: загадки о спортивном оборудовании (о мяче, спортивных играх и т.д.) стихи, рассказы, сказки. В различных пособиях находили рисунки, графическое изображение

различных видов футбольной техники и использовали их с целью создания правильного представления у каждого ребенка о конкретном элементе техники игры в футбол.

Старались осуществлять комплексный подход в использовании различных методов и приемов, правильно соотносить их с каждым конкретным этапом обучения детей дошкольного возраста физическим упражнениям.

На основном этапе исследования предполагали использование элементов спортивной игры в футбол с детьми старшего дошкольного возраста в различных формах физкультурно - оздоровительной работы: физкультурных занятиях, на прогулке, самостоятельной двигательной деятельности, досуговых мероприятиях, включая и совместные с родителями. При планировании занятий спортивно-тематической направленности в содержание включали подводящие и специальные упражнения такие, как: вести мяч по начерченной прямой линии попеременно то правой, то левой ногой; между предметами (метболы, кегли) и другие, которые помогают детям овладеть техническими элементами игры в футбол. Их выполнение способствует появлению именно тех мышечных ощущений, которые соответствуют описанию, объяснению движения. При подборе подводящих упражнений и подвижных игр с элементами футбола учитывали: форму деятельности, в которую включена игра, целевую установку, уровень физической подготовки детей, условие и место проведения, наличие оборудования.

В ходе работы было замечено, что не все ребята проявляют заинтересованность игрой в футбол. При решении этой задачи старались, чтобы обучение элементам футбольной техники проходило в форме игры, что помогло не только воспитывать физические качества, но и стимулировать творческий подход, воображение. Ребятам предоставляли больше свободы в игре, движениях и собственных идеях. Были разработаны комплексы подвижных игр и упражнений с элементами футбола, сочетающей в себе элементы физической подготовки и упражнений с мячом (например, вместо мяча дети представляют горячую картошку, которую надо остудить, а вместо футбольных ворот - замок, который надо захватить, кидая в него мяч, как будто стреляя из пушек).

Включение в занятия по физической культуре элементов спортивной игры, подводящих упражнений, подвижных игр для обучения игре в футбол позволило значительно увеличить физическую нагрузку, повысить интенсивность занятий в конце основной части, улучшить качество двигательных навыков, развитие физических качеств и организма дошкольников в целом, что очень важно при подготовке к школе.

Для закрепления и развития физических качеств повторяли подвижные игры и подводящие упражнения, игры-эстафеты с элементами спортивной игры в футбол в течение всего года в определенной последовательности. Варьируя в соответствии с поставленными задачами, усложняем движения и правила, проводили в различных условиях. В самостоятельной деятельности дети старшей группы способны сами организовывать и проводить игры, с которыми познакомились на занятиях соблюдая правила и при этом использовать сложные движения: «Мяч в кругу», «В парах», «горячая картошка».

Благодаря проводимой работе по обучению детей элементам спортивной игре в футбол мы смогли вовлечь в воспитательный процесс родителей. Они стали проявлять большой интерес к мероприятиям, направленным на физическое развитие детей, с удовольствием принимают участие в совместных мероприятиях. Родители с удовольствием участвовали в физкультурных праздниках и досугах: «Футбол, игра настоящих мужчин», «Юный футболист», День Здоровья: «Мы со спортом дружим» Благодарные отклики со стороны родителей, их заинтересованность по данному вопросу говорят о позитивной динамике воспитания физических качеств.

На заключительном этапе оценивали эффективность развития физических качеств.

Результаты и их обсуждение. Итоги наблюдений, осуществленных в процессе этой сложной, но такой важной и интересной работы, позволили сделать выводы о позитивных результатах проведенной работы:

- у воспитанников сформировались теоретические и практические знания элементов спортивной игры в футбол, представление об спортивной игре в футбол;
- у большинства старших дошкольников сформировалось умение самостоятельно организовывать как подвижные игры с элементами футбола, так и саму игру по упрощенным правилам и вовлекать в свою игру как сверстников, так и ребят младшего возраста;
- у воспитанников повысилась двигательная активность;
- наблюдается повышение уровня как физической подготовленности дошкольников, так и улучшение физических качеств;
- сформировано осознанное понимание пользы физических упражнений для здоровья человека и положительное отношение к двигательным действиям;
- сформировано умение выстраивать отношения с соперниками и товарищами по команде, выдержка, целеустремленность и дисциплинированность.

Заключение. В заключении хочется отметить, что игра в футбол способствует развитию ловкости, быстроты, развивает соответствующие навыки поведения в коллективе, воспитывает товарищеские взаимоотношения. Дети учатся управлять своими движениями в разнообразных условиях, в различных игровых ситуациях. С помощью игры в футбол ребята получают возможность проявить собственную активность, реализовать и утвердить себя.

Сегодня не для кого не секрет что происходит потеря ценностей, ведь мир стал материальным и тем не менее спорт – это потрясающий инструмент, для того – чтобы воспитывать личность – это и семейные ценности, это и духовные ценности. Мы замечаем, что сейчас мир меняется, спорт тоже меняется и необходимо искать новые формы образования, совмещенные спорт и образование. Ведь очень важно воспитывать гармонично развитую личность. Если ребенок занимается спортом – это вырабатывает дисциплину, дружбу, характер. И это очень важные качества для реализации человека в любой другой профессии в будущем. Ведь спорт проходит с человеком через всю жизнь и спорт дает отпечаток на всю жизнь. Это люди мотивированные, закаленные, семейные – поэтому эту ценность нужно сохранить.

Литература

1. Учебная программа дошкольного образования / Министерство образования Республики Беларусь. – Минск: Национальный институт образования, 2023 – 380 с.
2. Шебеко В.Н. Физическая культура детей от пяти до шести лет: учеб. - метод. пособие для педагогов учреждений дошк. образования / В.Н. Шебеко. - Минск: Нац. Ин. -т образования, 2016-216с.
3. Шпак, В.Г. Элементы спортивных игр в детском саду / В.Г.Шпак. Минск: издательство УП «ИВЦ Минфина», 2004 – 138 с.

УДК 796.42

МНОГОАСПЕКТНЫЙ ВЗГЛЯД НА МНОГОБОРНУЮ ПОДГОТОВКУ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ

Е.Д. Шарманова, Н.Ю. Петров

Волгоградская государственная академия физической культуры, Российская Федерация

e-mail: petrov-yu@mail.ru

Аннотация. В статье представлен многоаспектный взгляд на многоборную подготовку юных легкоатлетов, предложены рекомендации по организации следующих аспектов: тренировочного; соревновательно-мотивационного и тренерского.

Ключевые слова: тренировочный процесс, юные легкоатлеты, многоборная подготовка, аспекты многоборной подготовки.