

посвятить физическому совершенствованию. У студентов не сформирована потребность в самостоятельных занятиях физической культурой. Из указанных мотивов, имеющих влияние среди молодежи, подавляющее большинство исследований, в том числе наше, указывает эстетические – желание развить физические качества, улучшить осанку, фигуру: 36% юношей и 47% девушек в нашем исследовании.

По данным нашего исследования, большинство студентов причиной отказа от занятий считают усталость и нежелание заниматься, а также нехватку материальных средств.

Кроме того, предпочтения студентов в выборе направленности занятий не находят отражения в системе физического воспитания в ВУЗе или не соответствуют запросам молодежи. Для привлечения студентов на занятия стоит обратить внимание на их предпочтения в выборе форм занятий и их содержания. Большинство девушек предпочитает занятия нетрадиционными оздоровительными видами физической культуры, а молодые люди – спортивные игры.

#### Список литературы

1. Коваль, А.В. Физическая культура в здоровом образе жизни молодых людей, ее значимость и пути совершенствования: выпускная квалификационная работа / А.В. Коваль. – Смоленск, 2002. – С.16.
2. Любимова, Ю.В. Мотивация и ценностные ориентации в педагогическом общении на занятиях по физической культуре / Ю.В. Любимова. – СПб.: СПбГАФК, 2004. – С.22.
3. Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для ВУЗов / А.В. Родионов – М.: Академический Проект, 2004. – С. 16-36.

## **АНАЛИЗ ПОДВИЖНЫХ ИГР, СПОСОБСТВУЮЩИХ ФОРМИРОВАНИЮ ПРОИЗВОЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

*М.А. Карелин  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

В настоящее время педагогическая наука и практика направлена на развитие личности так и на подготовку к определенной предметной и профессиональной деятельности. Психологическими предпосылками превращения индивида в личность является способность в овладении своим поведением, физической активностью и в формировании произвольной саморегуляцией не только двигательной но, и деятельностью в целом.

По мнению О.А. Конопкина, саморегуляция у большинства детей до поступления, а так же в период обучения в начальной и средней школе за частую не достигает нужного уровня. Не смотря на накопленный большой уровень достигнутый в психологии и психофизиологии изучение проблемы саморегуляции человека, данная проблема остается достаточно актуальной в педагогике.

Не достаточный уровень сформированности произвольной саморегуляции двигательной деятельности может привести к постоянной психической напряженности, чувству физической утомленности, в следствии к проблемам в усвоении учебных материалов, что может сказаться не только на формировании личности, а так же и на уровне здоровья ребенка [2, 6].

В связи с этим, формирование готовности младших школьников к саморегуляции выступает одной из наиболее общих и постоянных педагогических задач не только обучения и воспитания, но и осознанного самообразования и самовоспитания.

Исследования отечественных педагогов и психологов показали, что игра является ведущей формой деятельности, обеспечивающий всестороннее развитие и воспитание школьников (В.Г. Яковлев 1974, Е.М. Геллер 1987, И.М. Коротков 1987, В.Г. Алабин 1992, М.Н. Жуков 2000). Для решения этой проблемы, формирования у учащихся навыков произвольной саморегуляции как наиболее рациональным и простым средством, интересным, увлекательным для школьников выступают подвижные игры.

Игра является незаменимым средством совершенствования движений, развивая их, способствуя формированию быстроты, силы, выносливости, координации движений. В подвижной игре как деятельности творческой ничто не сковывает свободу действий [1, 3]. Подвижных игр много, они разнообразны, хороши еще и тем, что ребенок сам регулирует нагрузку в соответствии со своими возможностями. А это очень важно для здоровья, развития

мышления, воображения, активизируются память, представления. Ученики усваивают смысл игры, запоминают правила, учатся действовать в соответствии с избранной ролью, анализировать свои действия и действия товарищей [3, 4].

Цель работы – анализ подвижных игр, способствующих формированию произвольной саморегуляции двигательной деятельности младших школьников и личности ребенка в целом.

**Материал и методы.** Для решения поставленной цели нами были проанализированы подвижные игры для младшего школьного возраста. Исследование проводилось среди педагогов по предмету «Физическая культура и здоровье» средних школ г. Витебска, в которых приняло участие 12 человек. Нами были использованы следующие методы исследования: теоретический анализ; метод опроса (беседа); педагогические наблюдения.

**Результаты и их обсуждение.** В ходе нашего исследования, анализа, беседы с педагогами и непосредственном наблюдении за игровой деятельностью детей было выявлено, что подвижные игры для младшего школьного возраста направлены на: закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве; закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве; закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей; овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча; закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве; комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями. Так же анализируя подвижные игры исходя из учета главных мотивов игровой деятельности и взаимоотношений играющих при достижении стоящих перед игрой целей можно разделить их на три группы:

**Игры некомандные** – для данной группы игр характерно то, что в них отсутствуют общие цели для играющих. В этих играх дети подчиняются определенным правилам, которые предусматривают личные интересы играющего и отражают интересы и других участников.

**Переходные к командным** – для них характерно то, что в них отсутствует постоянная общая цель для играющих и нет необходимости действовать в интересах других. В этих играх играющий, по своему желанию, может преследовать свои личные цели, а также помочь другим. Именно в этих играх дети начинают включаться в коллективную деятельность.

**Командные игры** – прежде всего, данные игры характеризуются совместной деятельностью, направленной на достижение общей цели, полным подчинением личных интересов играющих устремлением своего коллектива. Эти игры существенно укрепляют здоровье детей, оказывают благоприятное влияние на развитие психофизических качеств. Изучение названий и правила игр, инвентаря, оборудования, организации, правил поведения и безопасности, способствует освоению знаний о физической культуре.

**Заключение.** Игры по одному из своих направлений имеют обучающее значение и являются этапом перехода от игровой деятельности, к собственно учебной деятельности младшего школьника. Игровой опыт способствует улучшению таких характеристик произвольности двигательной деятельности младшего школьника как самостоятельность и ответственность, выдержка, критичность, целеустремленность и решительность, тем самым увеличивая уровень игровой деятельности, игры помогают ребенку адаптироваться и к учебной нагрузке. Таким образом, развитие произвольной саморегуляции используя подвижные игры, не только способствует общему развитию детей, но и существенно повышает их качество подготовки к обучению в школе, где особенно важным становится умение подчиняться обязательным нормам и правилам в системе школьных и социальных отношений.

#### Список литературы

1. Бальсевич, В.А. Физическая активность человека / В.А. Бальсевич, В.А. Запорожанов. – Киев: Здоровье, 1987. – 224 с.
2. Барышева, Н.В. Организационно-педагогическая система развития физической культуры личности: автореф. дис. ... докт. пед. наук: 13.00.01 / Н. В. Барышева; Казань, 1997. – 40 с.
3. Виленская, Т.Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста / Т.Е. Виленская. – М.: Феникс, 2006. – 256 с.
4. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 160 с.
5. Уткин, Е.Г. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста: Методические указания / Е.Г. Уткин. – Витебск, Изд. УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2004. – 36 с.
6. Федосеева, Е.С. Формирование личностной саморегуляции младших школьников в условиях партнерских отношений со сверстниками: дис. ... канд. пед. наук 13.00.01 / Е.С. Федосеева; Волгоградский гос. пед. ун-т. – Волгоград, 2009 – 208 с.