

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии и педагогики детства

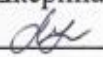


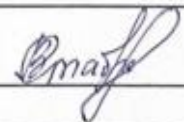
СТАБРОВА ВАЛЕРИЯ СЕРГЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПОДВИЖНАЯ ИГРА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ
КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Дошкольное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
И. о. заведующего кафедрой
канд. пед. наук, доцент Шкерина Т.А.
20.05.2024г. 
Руководитель
старший преподаватель Козлова О.В.
20.05.2024г. 
Руководитель
канд. пед. наук, доцент Шкерина Т.А.
20.05.2024г. 
Дата защиты
25.06.2024г.
Обучающийся
Стаброва В.С. 
Оценка _____

Красноярск 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	6
1.1 Сущность понятий: «координационные способности», «координация», виды координационных способностей	6
1.2 Возрастные особенности развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста	11
1.3 Методы и средства развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста	15
Выводы по главе 1	22
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	24
2.1. Организация, проведение и результаты констатирующего эксперимента.....	24
2.2. Формирующий эксперимент.....	34
2.3. Результаты формирующего эксперимента.....	38
Выводы по главе 2	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	43
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	46
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	52

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Согласно пункту 2.6 федерального государственного образовательного стандарта в образовательной области физическое развитие говорится о том, что дети дошкольного возраста приобретают опыт в развитии физических качеств, таких как координация и гибкость, в развитии равновесия, координации движений, выполнении упражнений, овладении подвижных игр с правилами, что обуславливает актуальность темы нашего исследования.

Одним из самых сложных в освоении базовых основ физического развития является освоение координационных способностей. Координационные способности проявляются в таких основных видах деятельности как бег, прыжки, ходьба, лазание, ловля и передача мяча. Роль этого качества очень важна, так как в жизни современного человека, где надо быстро решать определённые трудности, ориентироваться в пространстве, молниеносно реагировать на сигналы внешней среды, необходима вестибулярная устойчивость.

Наиболее благоприятным периодом для развития координационных способностей является именно детство. В дошкольном возрасте у детей преобладает наглядно-действенное мышление, это значит, чтобы ребенок понял, как выполняется или делается что-либо, ему нужно показать правильное выполнение и проделать с ним. Самое главное, чтобы он самостоятельно это выполнял.

Для развития координационных способностей нужно много заниматься. Существует множество средств, которые помогут в этом.

Для занятий с детьми самым интересным и правильным вариантом будет использование подвижных игр. Детство – это время игр. В игре дети учатся, развиваются, познают мир. Подвижная игра развивает точность, соразмерность движений, ловкость, гибкость, скорость и многие другие качества.

В ходе игры дети справляются с различными трудностями и пытаются достичь цели игры, обусловленной ее правилами. Из-за того, что в подвижных играх много двигательных действий, они комплексно сказываются на организм детей, тем самым решают задачи физического воспитания.

Целью исследования является изучение влияния использования подвижных игр на развитие координационных способностей детей младшего дошкольного возраста.

Предметом исследования является подвижная игра, посредством которой будут развиваться координационные способности детей младшего дошкольного возраста.

Объектом исследования является физическое развитие детей младшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования состоит в предположении, что подвижная игра будет средством развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста, если:

- в основу комплекса игр, положены игры на развитие основных видов движения, характерные для данной возрастной группы;
- включены игры, сочетающие несколько видов движений.

Для достижения цели поставлены следующие задачи:

1. Теоретически раскрыть сущность понятия «координационные способности» и их развитие у детей младшего дошкольного возраста.
2. Эмпирически обосновать уровень развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста.
3. Определить необходимые педагогические условия и разработать комплекс подвижных игр, направленный на развитие координационных способностей детей младшего дошкольного возраста.
4. Реализовать комплекс подвижных игр, направленных на развитие координационных способностей детей младшего дошкольного возраста, в дошкольном учреждении.

Методы исследования:

Теоретические:

- анализ научной психолого-педагогической литературы;
- сравнение;
- обобщение.

Эмпирические:

- эксперимент;
- наблюдение;
- количественный и качественный анализ эмпирических данных.

Диагностические методики:

- система тестов, осуществляющая педагогический контроль в физическом развитии дошкольников, автор И.В. Усаков.

Структурно курсовая работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Сущность понятия: «координационные способности», «координация», виды координационных способностей

В научной литературе существует большое количество определений термина «координационные способности».

По мнению Владимира Ляха, координационные способности – это готовность личности к наилучшему распоряжению и регулировке двигательного действия [28].

Если обратиться в понятийный словарь по теории физической культуры и спорта, то там определение термина «координационные способности» трактуется таким образом.

Координационные способности – это способность целесообразно координировать движения при построении и воспроизведении новых двигательных действий [15].

Обращаясь к Майоровой Любови Теодосьевне, можно увидеть, что она координационные способности определяет как система двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при непредвиденных обстоятельствах [29].

Координационные способности считаются значимой частью физического развития человека, так как они помогают человеку правильно и более точно выполнять движения. Координация составляет основную часть координационных способностей [19].

Понятий «координация» можно найти очень много и вот некоторые из них.

По мнению Верхошанского Ю.В. координация представляет собой способность организовать и согласовывать внешние и внутренние силы в процессе выполнения двигательной задачи с целью достижения желаемого результата и максимального использования моторных навыков [9].

Взгляд Платонова В.Н. на координацию заключается в том, что это способность эффективно, точно и быстро решать двигательные задачи, с учетом оптимального использования ресурсов и сообразительности [33].

В научных трудах Курамшина мы нашли следующие виды координации:

1. Нервная координация — это синхронизированное сотрудничество нервных процессов, которое при заданных обстоятельствах приводит к выполнению двигательной задачи.

2. Мышечная координация - согласование работы мышц, которое управляет движениями тела, осуществляется как от нервной системы, так и от других воздействий.

3. Двигательная координация - согласованное сочетание движений тела в пространстве и во времени, одновременное и последовательное, соответствующее двигательной задаче, внешнему окружению и состоянию человека. [21].

По мнению Платонова координационные способности – это система характеристик человека, которые проявляются в процессе выполнения двигательных задач различного уровня сложности и определяют эффективность управления двигательными действиями и их регулирование [33].

В классификации координационных способностей, также, как и в понятии координационных способностей, ученые не пришли к единому мнению.

По мнению Ю.Ф. Курамшина, основными координационными способностями считаются:

1. Способность к ориентированию в пространстве
2. Способность к равновесию,

3. Способность к перестраиванию движений
4. Способность к соединению (комбинированию) движений
5. Способность приспосабливаться к изменяющейся ситуации и к необычной постановке задач
6. Способность к выполнению заданий в заданном ритме
7. Способность к управлению времени двигательных реакций
8. Способность предвосхищать (антиципировать) различные признаки движений, условия их выполнения и ход изменения ситуации в целом
9. Способность к рациональному расслаблению мышц [21].

Известный педагог современности В. И. Лях, выделяет следующие виды координационных способностей:

1. Специфические.
2. Специальные.
3. Общие

Специальные координационные способности относятся к единым по психофизиологическим группам двигательных действий, упорядоченных по возрастающей сложности. В этой связи различают такие специальные координационные способности как:

- в циклических (ходьба, бег, ползание) и ациклических двигательных действиях (прыжки);
- в не локомоторных движениях тела в пространстве (акробатические и гимнастические упражнения);
- в движениях манипулирования в пространстве отдельными частями тела (движения прикосновения, укола, обвода контура);
- в движениях перемещения вещей в пространстве (перекладывание предметов, подъем тяжестей);
- в метательных двигательных действиях с установкой на дальность и силу метания (толкание ядра, метание диска);

- в метательных движениях на меткость (метания или броски различных предметов в цель).

Под специфическими координационными способностями Лях понимает умение ребенка наилучшим образом регулировать выполнение отдельных задач, связанных с координацией. Среди наиболее значимых специфических координационных способностей можно выделить:

1. Способности к точности отмеривания и оценки пространственных, временных и силовых параметров движений;
2. Способности к равновесию, ритму, быстрому реагированию, ориентированию в пространстве, быстрой смене двигательной деятельности;
3. Способности к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости, связи или соединению.

Общие координационные способности понимаются как способности ребенка к согласованию отдельных движений в цельную двигательную деятельность [26].

Рядом исследований было доказано, что целенаправленное развитие координационных способностей оказывает большую значимость в формировании внимания, памяти, мышления и воображении ребенка [8].

Анализируя теорию, можно сказать, что координационные способности благоприятно влияют на развитие ребенка. Они влияют на физическое развитие, развитие интеллектуальных способностей и формирование множества психических процессов [9].

Значимость воспитания координационных способностей у детей дошкольного возраста объясняется четырьмя основными причинами:

1. Если координационные способности детей будут хорошо развиты, то в будущем они станут предпосылками хорошего обучения физическим упражнениям.
2. Лишь развитые координационные способности станут основой для активной жизни и успешного обучения детей. Координационные

способности помогут разобраться с рабочими заданиями при меняющихся и растущих требованиях к трудовой деятельности.

3. Координационные способности помогут правильно расходовать запас энергии детей.

4. Разнообразные физические упражнения будут приносить детям удовлетворение от участия в двигательной деятельности [5].

1.2. Возрастные особенности развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста

Если мы говорим о координационных способностях, мы не можем не затронуть понятие координации. Следует сначала понимать, какие органы отвечают за координацию и как они развиваются в процессе взросления детей.

Стоит начать с мозжечка, он играет решающую роль. Мозжечок начинает свое развитие с 6 месяцев от рождения ребенка, примерно с 1 года и 2–3 месяцев он начинает ослабевать. И только к 4 с половиной годам он завершает свое развитие.

Процесс развития мозжечка мы можем просмотреть в умениях ребенка, так в возрасте 6 месяцев ребенок начинает сидеть, к 8–9 месяцам ребенок начинает ползать, к 9–10 месяцам ребенок уже пытается вставать на ноги, дальше происходят его первые шаги. И к полутора годам ребенок начинает уже уверенно ходить.

Развитие мозжечка в дошкольном возрасте переходит на новый этап, в возрасте 3–4 лет моторные функции качественно совершенствуются, становится доступным выполнение новых задач, улучшается процесс обучения [14].

Следующим органом развития координации является вестибулярный аппарат. Он начинает развиваться, когда ребенок еще находится у матери в утробе, завершение его приходится на 12–15 лет.

Вестибулярный аппарат — это основа человеческого прямохождения, развитие именно этого органа позволяет ребенку делать свои первые шаги, а нарушения вестибулярного аппарата приводит к «пьяной походке» [14].

Дошкольный возраст — это «Золотой возраст», именно в это время у детей формируется высокий темп роста координационных способностей, так говорили: Т.А. Тарасова [38] и Д.Б. Юшкевич [47].

Организм детей в младшем дошкольном возрасте имеет некоторые особенности. Дети с психофизиологическими особенностями имеют

недостаточно развитую мышечную систему, они склонны к быстрой утомляемости и трудной адаптации ко всему окружающему. Иногда родители задаются вопросами, почему мой ребенок так часто болеет, так вот все это является причиной частых болезней детей [11].

Основной характеристикой физического развития детей является:

1. Рост;
2. Вес;
3. Окружность грудной клетки;
4. Осанка;
5. Стопы.

У детей 3-4 лет рост увеличивается на 12% по отношению ко второму году. Он составляет примерно 96 см (+-4 см). Масса тела детей 3 – 7 лет ежегодно прибавляется 5 – 7,5%. В данном возрасте она примерно составляет 20 кг. Окружность грудной клетки составляет примерно 51 см. Изгибы позвоночника неустойчивы, суставы и кости легко деформируются под влиянием негативных внешних воздействий [2].

Для всех детей важно иметь равные данные всех показателей. Но в этом возрасте все показатели могут в большей степени отличаться. У некоторых детей могут наблюдаться следующие признаки: уплощение свода стопы, сколиоз, неправильная реакция организма на физические нагрузки, избыточный или недостаточный вес, низкий рост, окружность грудной клетки и прочие [22].

Для всех детей большое значение имеет высокая потребность в движении, а у детей младшего дошкольного возраста и подавно, ведь у них только-только начинают зарождаться базовые двигательные навыки. Малоподвижность в этом возрасте является признаком неблагополучия.

В этом возрасте ребенок должен:

1. Задействовать в играх обе руки;
2. Ходить на носочках;
3. Делать различные виды шагов;

4. Ходить и бегать, управляя темпом;
5. Ходить и бегать в заданном направлении;
6. Прыгать на месте, продвигаясь либо вперед, либо назад, через невысокие препятствия;
7. Бросать мяч в определенную цель;
8. Ловить мяч двумя руками;
9. Принимать участие в спортивных мероприятиях;
10. Последовательно выполнять разнообразные двигательные действия.

Однако, движения ребенка в возрасте трех лет все еще не являются самовольными, они в основном имеют характер исследования, расследования. Ребенок, сперва пробует новое движение в игровой деятельности. Дети в этом возрасте способны к подражанию, они не придерживаются тактики точно и правильно сделать движение.

В возрасте трех четырех лет у детей имеется большой интерес к овладению новым движениям.

Особенности конституционального и физиологического развития влияют на характер движения детей. Дети трех четырех лет имеют довольно небольшие конечности, ощутимый вес головы и туловища, поэтому ребенку трудно сохранять равновесие при ходьбе и беге, равномерность темпа, размер шага, направление, движения детей слабо координированы, они не могут быстро останавливаться, наталкиваются на предметы, плохо ориентируются в пространстве [44].

Движения дети выполняют схематично и достаточно медленно. На третьем–четвертом году жизни, дети уже более свободно владеют своими движениями, но все же еще есть неточности [47].

К трем годам у детей формируются умения бросать мяч, ловить его, бегать с места и прыгать с места, лазать по гимнастической лестнице на небольшую высоту.

Также, к трем годам у детей начинают сформировываться предпосылки к прыжкам, а к концу этого года, дети уже умеют прыгать с продвижением вперед.

Ребенок трех лет уже может справиться со всеми основными движениями и, что самое главное, ребенок начинает использовать их в своей свободной двигательной, игровой деятельности.

В четыре года дети достаточно хорошо сохраняют равновесие. Если с детьми заниматься, то вполне возможно, что они смогут уже спускаться с горки на санках, передвигаются на лыжах и могут ездить на трехколесном велосипеде [47].

С четвертого по седьмой год жизни, у детей укрепляются связи, лежащие в основе приобретенных навыков и умений, а также их дальнейшим развитием и совершенствованием. Это происходит благодаря обучению, соответствующему возрастной способности детей [18].

1.3. Методы и средства развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста

Главным способом, которым можно развить координационные способности – это физические упражнения с разнообразными новыми элементами.

Физические упражнения можно и нужно усложнять, это можно сделать если изменить пространственные, временные или динамические параметры. Их в свою очередь тоже можно усложнить за счет:

1. Внешних условий. Изменение местоположения инвентаря, его веса, размера;
2. Изменения площади опоры или увеличения ее подвижности в упражнениях на равновесие;
3. Комбинирования двигательных навыков;
4. Сочетания ходьбы с прыжками, бег и ловлю предметов;
5. Выполнения упражнений по сигналу или за ограниченный промежуток времени [43].

Доступным средством развития координационных способностей являются гимнастические упражнения [1]. Такие упражнения можно проводить как с различным инвентарем, таким как мячи, скакалки, булавы, гимнастические палки, так и без них. Это могут быть как простые, так и довольно сложные упражнения, которые можно выполнять в различных ситуациях, при различных положениях тела или его частей, в разные стороны: кувырки, различные перекаты, упражнения в равновесии.

Самое главное, это донести до детей информацию о том, как правильно выполнять основные виды движений такие как ходьба, бег, прыжки, лазание, передача мяча, потому что от этого будет зависеть развитие их координационных способностей [38].

Отдельную группу упражнений составляют упражнения, направленные на отдельные психофизиологические функции, и помогают контролировать и

регулировать двигательные действия. К этим упражнениям относят упражнения на развитие пространства, времени и мышечной силы [11].

Физические упражнения, целью которых является развитие координационных способностей, будут давать наибольший эффект, пока дети не станут выполнять упражнения автоматически. Однако, когда выполнение упражнений дойдет до пика, эти упражнения начнут утрачивать свою значимость. Поскольку, когда умение достигает наивысшего уровня подготовки и выполняется в однообразных условиях, оно перестает побуждать будущее развитие координационных способностей [7].

Координационные упражнения следует проводить в первой половине занятия, потому что эти упражнения вызывают необходимость тратить много сил, и они быстро приводят к утомлению детей [31].

Для развития координационных способностей, можно использовать такие методические подходы:

1. Когда разучиваются новые разнообразные движения следует увеличивать их координационную сложность.

Этот подход применяется в основном физическом воспитании. Когда дети осваивают новые упражнения, они расширяют свой двигательный опыт и узнают, как можно придумывать новые формы координации движений.

Когда у детей есть разнообразный двигательный опыт, они смогут быстрее и проще справляться с различными двигательными трудностями.

Если не обучать детей новым разнообразным движениям, то у детей заметно будет снижаться способность к их освоению и тем самым развитие координационных способностей у детей затормозится.

2. Когда резко меняется ситуация, следует учить детей быстро перестраивать свою деятельность.

Этот методический подход находит большое значение в основном физическом воспитании детей, а также в единоборствах и игровых видах спорта.

3. Улучшение моторной точности в пространстве, времени и силе за счет ощущений и восприятия движений.

4. Преодоление лишней мышечной напряженности.

Когда у детей появляется лишняя напряженность в мышцах детей, это приводит к уменьшению силы и быстроты, искажению техники выполнения движения и быстрому утомлению детей [25].

Другими методами для развития координационных способностей являются игровая и соревновательный методы [4]. Большое количество упражнений можно провести, основываясь на эти методы [7].

Подвижными называются игры, содержание которых составляют разнообразные виды бега, прыжков, метаний и других движений. Побуждающим мотивом игровой деятельности является соревнование между отдельными участниками и целыми коллективами. Взаимоотношения и поведение играющих регулируются правилами и судейством.

Подвижные игры – это весомое средство воспитания. Также, игра – это ведущий вид деятельности детей. В процессе подвижной игры дети выполняют двигательные действия, которые похожи на различные упражнения. В ходе выполнения таких игровых действий, дети справляются с разными препятствиями и пытаются дойти до цели, прописанной правилами игры. В подвижных играх очень большой запас двигательных действий и все они комплексно воздействуют на организм детей.

Компоненты подвижной игры, а именно ее содержание, форма, особенности и ее проведение, делают ее одним из важных средств физического воспитания. [48].

По мнению П.Ф. Лесгафта, подвижная игра – это упражнение, посредством которого ребенок готовится к взрослой жизни [23].

Основатель российской системы физического воспитания П.Ф. Лесгафт отводил весомое значение подвижной игры в развитии детей. Лесгафт определял игру, как упражнение, благодаря которому ребенок готовится ко

взрослой жизни. Также, он отмечал, что в игре у детей развивается инициативность, воспитываются различные нравственные качества [23].

П.Ф. Лесгафт говорил про то, что в игре есть определенная цель. Форма проведения игры должна отвечать цели игры. Игровые действия, применяемые в процессе игры должны соответствовать уровню овладения ребенком своим телом, вызывать положительные эмоции. Двигательные действия, которые есть в игре должны быть заранее разучены с детьми. [23].

По рекомендациям Лесгафта, правила и содержание игры должны постепенно усложняться из-за различных вариантов проведения игры. Использование разнообразных игровых вариантов позволяет повторять знакомые ребенку действия с более повышенными требованиями, способствует сохранению у него интереса к игре [23].

В подвижных играх дети могут выполнять задания и упражнения по развитию ходьбы, бега, прыжках, лазании, передаче мяча – основных видов движений. Благодаря этому улучшается координация движений, развивается способность управлять своим контролирующими движениями и действиями в соответствии с поставленной задачей игровых занятий и так далее [23].

Подвижные игры не только приносят детям радость, но и развивают и совершенствуют функциональные системы организма человека.

Начнем с опорно-двигательного аппарата. Все подвижные игры направлены на активную двигательную деятельность. В процессе игры у ребенка задействованы разнообразные мышцы, связки, что приводит к улучшению физической формы. Физические нагрузки, которые ребенок получает во время игры, способствуют увеличению числа мышечных волокон, улучшению кровообращения. Также увеличивается число точек присоединения мышц к костям. Кости подвергаются изменениям в виде утолщения, увеличивается прочность и шероховатость для лучшей фиксации мышц. Кроме того, укрепляются связки и сухожилия.

В сердечно-сосудистой системе происходят следующие изменения. Размер сердца увеличивается, миокарда становится толще и сильнее. Гладкая

мускулатура крупных сосудов становится развитее, что улучшает кровообращение. Протяженность сосудов также увеличивается. Капиллярная сеть становится более разветвленной, что способствует лучшему питанию органов и тканей кислородом и питательными веществами. Количество эритроцитов в крови увеличивается, а уровень и качество гемоглобина повышаются, что улучшает общие показатели крови.

Дыхательная система тоже изменяется. Увеличивается объем легких, повышается сила дыхательной мускулатуры. Частота дыхания в спокойном состоянии уменьшается, а глубина увеличивается. Вентиляция легких становится лучше, что способствует редкому заболеванию дыхательной системы.

Ученые доказали, что, когда рождается человек у него есть определенное количество нервных клеток, которое с возрастом никак не изменяется. Но у детей, в центральной нервной системе благодаря подвижным играм все-таки происходят изменения. У детей увеличивается количество разветвлений дендритов и их соединений с соседними нервными клетками. Становится больше рецепторов. Благодаря этим изменениям ребенок может получать более полную информацию об окружающем мире, положении своего тела в пространстве, его движения становятся более точными, экономичными, у ребенка совершенствуется координация движений.

Сенсорная система тоже изменяется в процессе подвижных игр. Во время подвижной игры у детей развиваются все виды восприятия, такие как зрительное, слуховое, тактильное. Из-за этого ребенку проще реагировать на быстро изменяющуюся игровую ситуацию. Во время подвижной игры зачастую в одно и тоже время могут работать сразу несколько анализаторов. Результат такого взаимодействия проявляется в субъективных ощущениях ребенка, которые позволяют лучше координировать свои действия в игре, правильно оценивать игровую ситуацию, рационально использовать силы при выполнении игровых действий [37].

Анализируя теорию, можно сказать, что подвижные игры – это отличное средство воспитания физических качеств, а также положительно влияет на растущий организм детей.

Также большинство подвижных игр проявляют комплексное воздействие, воспитывая сразу несколько физических качеств. Особенно это характеризует игры, которые проводятся на открытом воздухе.

Все игры для детей дошкольного возраста можно разделить на две большие группы: подвижные игры с правилами и спортивные игры.

Первая группа – подвижные игры с правилами. Они все разные по содержанию, по организации, по сложности правил, по разнообразию двигательных действий. Среди них можно выделить сюжетные и бессюжетные игры, игры-забавы.

Вторая группа – спортивные игры, с детьми их проводят с упрощенными правилами.

С детьми младшего дошкольного возраста по большей части играют в сюжетные игры и игры без сюжета по типу догоняшек. Бессюжетные игры с элементами соревнования, эстафеты, еще нельзя проводить с детьми этого возраста.

Игры являются неотъемлемой частью в жизни детей дошкольного возраста, это их потребность. Играя в игры, решаются различные образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. В процессе игры развивается моторика детей, формируются различные нравственные качества, а также умения работать в коллективе.

Детям младшего дошкольного возраста выполнение игровых заданий доставляет большое удовольствие. Играя, ребенок упражняется в различных действиях. С помощью взрослых он овладевает новыми, более сложными движениями.

В младшем дошкольном возрасте еще не требуют от детей обязательного воспитания двигательных навыков. Однако меняющиеся игровые ситуации и правила игр заставляют детей двигаться быстрее, чтобы

догнать кого-то, или быстрее спрятаться, чтобы не быть пойманным, ловко преодолеть препятствия (подлезть под веревку, рейку, не задевая за них, пробежать между кеглями, не свалив ни одной, обязательно добежать до определенного места).

Таким образом, уже в младшем дошкольном возрасте подвижные игры являются средством не только для развития движений, но и для воспитания таких качеств, как ловкость, быстрота, выносливость. Подвижные игры в основном - коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих, находить свое место в колонне, в кругу, не мешая другим, по сигналу быстро убегать или менять место на игровой площадке или в зале и тому подобное [6].

Влияние подвижных игр на развитие координационных способностей детей зависит от времени проведения игры. Чем больше и активнее длится игра и действует ребенок, тем больше он получает опыта в освоении того или иного движения, больше вступает в контакт со сверстниками, тем больше ему приходится проявлять ловкость, выдержку, умение подчиняться правилам игры [4].

Выводы по главе 1

Теоретические аспекты развития координационных способностей в дошкольном возрасте рассмотрены в работах таких ученых: Н.А. Берштейн, Е.Н. Вавилова, О.А. Двейрина, П.Ф. Лесгафт, Л.Т. Майорова, Н.В. Панфилова, Л.И. Пензулаева, В.И. Усаков и другие. А также педагоги современности: Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская, Т.А. Кравчук, В.И. Лях, И.И. Сулейманов.

В основу нашего исследования мы берем определение Майоровой Любови Теодосьевны. Координационные способности – это система двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при непредвиденных обстоятельствах.

Анализ исследований свидетельствует о том, что дошкольный период является сенситивным для развития координационных способностей.

Дети младшего дошкольного возраста еще недостаточно развиты, но именно этот возраст считается началом развития координационных способностей.

Дети младшего дошкольного возраста имеют свои особенности в развитии координационных способностях. Их движения схематичные, не точные. В этом возрасте у них закладывается фундамент физического развития.

Средств и методов развития координационных способностей множество. Сюда можно включить упражнения, гимнастику, различные игры. Самое главное, что нужно уяснить, это то, что у детей этого возраста преобладает наглядно-действенное мышление. Поэтому детям нужно показывать и совместно с ними повторять действия, это будет эффективнее.

По нашему мнению, самым выигрышным вариантом будет использование подвижных игр, так как игра является ведущим видом деятельности в детском саду. Играя в игры, решаются различные образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. В процессе игр

создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе. Детям младшего дошкольного возраста выполнение игровых заданий доставляет большое удовольствие. Играя, ребенок упражняется в различных действиях.

В подвижных играх развиваются различные качества это сила, ловкость, быстрота, гибкость и многое другое.

Таким образом, если стараться целенаправленно развивать координационные способности детей, то:

- у детей будет лучше двигательная память, мышление, представление и воображение о сложном и разнообразном мире движений;

- дети легче будут справляться с заданиями, требующими высокого уровня психофизиологических функций в сенсомоторной и интеллектуальной сферах;

- двигательные действия будут быстрее и рациональнее усваиваться у детей;

- дети научатся экономно и быстро находить выход из сложных и разнообразных двигательных ситуаций;

- у детей будет развиваться смелость, решительность, инициативность, самостоятельность, находчивость;

- дети будут лучше, быстрее и эффективнее овладевать новыми двигательными действиями;

- у детей всегда будет пополняться двигательный опыт;

- дети будут испытывать радость и удовлетворение от постоянного овладения новыми и разнообразными видами физических упражнений и сохраняют интерес к занятиям;

- приобретут первоначальное умение самоконтроля выполняемой двигательной активности, самооценку и оценку действий и поведения сверстников.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1 Организация, проведение и результаты констатирующего эксперимента

В исследовании была поставлена следующая цель – выявить особенности развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста на основании системы тестов в процессе физического воспитания.

Для решения поставленной задачи нами были выбраны следующие методы:

1. Изучение и анализ литературных источников
2. Наблюдение
3. Практический метод – тестирование.

Изучение и анализ литературных источников был использован с целью получения сведений о работах, в которых освещались результаты исследований по аспектам физического воспитания детей дошкольного возраста.

Педагогическое наблюдение дало возможность проследить ход процесса физического воспитания в детском саду. Оно проводилось на занятиях по физической культуре, подвижных игр, на прогулке, утренней гимнастике и так далее.

Практическим методом исследования была взята система тестов, позволяющая осуществлять педагогический контроль в физическом развитии дошкольников, а именно детей 3 лет, предложенная И.В. Усаковым [40].

Исследование проводилось на базе детского сада №XXX г. Красноярска. Предметом исследования являются особенности координационного развития детей младшего дошкольного возраста. В исследовании принимало участие

две группы по 12 детей, в общей сложности в участии принимало 24 ребенка, из них 6 девочек и 6 мальчиков в каждой группе, возрастом трех-четырех лет.

По методическим рекомендациям, тестирование должно было проводиться в течение одного занятия, но так как у нас дети маленькие и им сложно длительное время держать внимание на чем-либо, нами было принято решение проводить тестирование в течение нескольких дней.

Так как упражнения носят усложняющий характер, нами была организована более тщательная вводная часть. В нее были включены: бег, ходьба на носках, ходьба на пятках, ходьба в полуприседе, ходьба в приседе. Были предусмотрены прыжковые упражнения как на двух ногах, так и на одной, бросание мячей, а также игры средней подвижности.

Тестирование включало в себя 5 тестов. Система оценивания каждого теста:

«Отлично» - все элементы теста выполнены в полном соответствии с требованиями – 5 баллов;

«Хорошо» - при выполнении теста допущена одна ошибка, существенно не влияющая на конечный результат – 4 балла;

«Удовлетворительно» - тест выполнен с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступление от указаний – 3 балла;

«Неудовлетворительно» - тест практически не выполнен, однако ребенок делает попытки, где 1-2 элемента все же выполняются ребенком – 2 балла;

«Плохо» - ребенок не делает попыток выполнить тест, физически не в состоянии выполнить ни одного элемента теста – 0 баллов.

Содержание тестов и результаты будут представлены ниже. С полным содержанием тестов можно ознакомиться в приложении А.

Тест № 1: Ходьба между двумя равными линиями длиной 3 метра, шириной 15 см.

Результаты диагностики по первому тесту в первой группе были занесены в Таблицу 1, смотреть в приложении Б.

Анализ результатов показал, что часть испытуемых, а именно 67% детей имеют оценку «хорошо», это значит, что дети допускали ошибки, большинство из них иногда не держали голову ровно, то смотрели себе под ноги, то по сторонам, но они были незначительными и на окончательные результаты никак не повлияли.

А 8% детей имеют оценку «отлично», они справились с испытанием без помарок, все критерии были соблюдены.

Также есть дети с результатом «удовлетворительно» - 25%. Задание для них было трудным, присутствовали значительные ошибки.

Все девочки прошли испытание на одинаковом уровне, все они имеют довольно высокий показатель. Это означает, что такой базовый элемент как ходьба ими был освоен.

Показатели мальчиков не сильно отличаются от девочек, но все же один из них отличился от всех и показал максимальный результат в тесте. Это также говорит нам о том, что ходьба ими была усвоена.

Из этого можно сделать вывод о том, что у всех детей на данном этапе физической подготовки сформирован такой основной вид движения как ходьба.

Результаты диагностики по первому тесту во второй группе были занесены в Таблицу 2, смотреть в приложении В.

Анализ результатов показал, что 58% детей имеют оценку «хорошо», это значит, что дети допускали ошибки, большинство из них иногда не держали голову ровно, то смотрели себе под ноги, то по сторонам, но они были незначительными и на окончательные результаты никак не повлияли.

А с результатом «удовлетворительно» - 42%. Задание для них было трудным, присутствовали значительные ошибки.

Оценку «отлично» в этой группе никто не получил.

Результаты девочек находятся на среднем уровне, часть девочек прошла тестирование на 4, а часть на 3. Девочки в этой группе довольно слабенькие, ходьба по определенно заданным условиям им дается еще сложно.

Показатели мальчиков не сильно отличаются от девочек, но все же они выше. Это также говорит нам о том, что ходьба с условиями некоторым дается трудно.

Тест № 2: Бег в медленном темпе, непрерывно, в течении 1 минуты.

Результаты диагностики по второму тесту первой группы были занесены в Таблицу 3, смотреть приложение Г.

Анализ результатов показал, что оценку «хорошо» получили 42% детей, также, как и «удовлетворительно» - 42%. При тестировании детьми были допущены ошибки, такие как: дети останавливались во время бега, кто-то сходил с маршрута, кто-то начинал обгонять других детей, но при этом темп не менял.

И всего лишь 17% детей справились с данным тестом без каких-либо ошибок и получили оценку «отлично».

Среди показателей девочек, мы видим, что никто не смог справиться с испытанием на «отлично», их показатели варьируются между «хорошо» и «удовлетворительно». Это говорит нам о том, что в данном тесте уровень их координационных способностей недостаточно хороший.

Среди мальчиков показатели намного больше. Это нам говорит о том, что у мальчиков уровень координационных показателей находится на среднем уровне. Бег для мальчиков оказался проще чем обычная ходьба.

Результаты диагностики по второму тесту второй группы были занесены в Таблицу 4, смотреть приложение Д.

Анализ результатов показал, что оценку «хорошо» получили 50% детей, также, как и «удовлетворительно» - 50%. При тестировании детьми были допущены ошибки, такие как: дети останавливались во время бега, кто-то сходил с маршрута, кто-то начинал обгонять других детей, но при этом темп не менял.

Среди показателей девочек, мы видим, что практически все девочки прошли тестирование на оценку «удовлетворительно». Лишь одна девочка

получила «хорошо». Это говорит нам о том, что в данном тесте уровень их координационных способностей недостаточно хороший.

Среди мальчиков показатели намного выше. Это нам говорит о том, что бег у мальчиков, как основной вид движения развит лучше, чем у девочек.

Тест №3: Лазание вверх-вниз по гимнастической стенке на расстояние 1,5 м.

Результаты диагностики по третьему тесту первой группы были занесены в Таблицу 5, смотреть приложение Е.

По результатам диагностики мы выявили, что 42% детей имеют оценку «удовлетворительно». Это значит, что тест дается им с трудом. Дети максимум залазят на 1-2 ступеньки и все.

«Хорошо» - 42%, дети проходят тестирование, но при выполнении есть небольшие ошибки, такие как помощь воспитателя при спускании.

А результат «отлично» имеют всего лишь 17% - дети прошли тестирование без единой ошибки.

Среди девочек показатели не самые лучшие, больше половины имеют низкий показатель. А значит, делаем вывод, что и уровень координационных способностей у девочек низкий, опираясь на этот тест, а также лазание им дается очень трудным движением.

Показатели мальчиков тоже разнообразны. Всего 2 мальчика показали высокий результат. У всех остальных результат средний. Можно сделать вывод, что уровень координационных способностей находится на среднем уровне.

Результаты диагностики по третьему тесту второй группы были занесены в Таблицу 6, смотреть приложение Ё.

По результатам диагностики мы выявили, что 50% имеют оценку «удовлетворительно». Это значит, что тест дается им с трудом. Дети максимум залазят на 1-2 ступеньки и все.

«Хорошо» - 42%, дети проходят тестирование, но при выполнении есть небольшие ошибки, такие как помощь воспитателя при спускании.

А результат «отлично» имеют всего лишь 8% - дети прошли тестирование без единой ошибки.

Среди девочек показатели низкие, больше половины имеют низкий показатель. А значит, делаем вывод, что и уровень координационных способностей у девочек низкий, опираясь на этот тест.

Показатели мальчиков выше, но все же не самые высокие. Всего 1 мальчик показали высокий результат. У всех остальных результат средний. Можно сделать вывод, что уровень координационных способностей находится на среднем уровне, опираясь на этот тест.

Тест №4: Передача меча друг другу и его ловля.

Результаты диагностики по четвертому тесту первой группы были занесены в Таблицу 7, смотреть приложение Ж.

Анализ результатов диагностики показывает, что это испытания детям далось труднее, нежели предыдущие. Оценку «Неудовлетворительно» имеют 8% детей, дети делали попытки пройти тест, но у них были ошибки в виде: мяч бросали, но потом словить его двумя руками не могли, либо бросали мяч не ребенку напротив, а вверх или за него.

Оценку «удовлетворительно» получили 58% детей. Тест дался им с трудом, но они его выполнили.

Оценку «Хорошо» получили 33% детей.

Показатели девочек все также находятся на низком уровне. Итог – уровень координационных способностей низкий.

Мальчики лучше справились с этим испытанием, но все же есть куда стремиться.

Результаты диагностики по четвертому тесту второй группы были занесены в Таблицу 8, смотреть приложение И.

Анализ результатов диагностики показывает нам, что это испытания детям далось труднее, нежели предыдущие. Оценку «удовлетворительно» получили 67% детей. Тест дался им с трудом, но они его выполнили. «Хорошо» получили 33% детей.

Показатели девочек все также находятся на низком уровне. Итог – уровень координационных способностей низкий.

Мальчики лучше справились с этим испытанием, их результаты такие же, как и у мальчиков первой группы, но все же есть куда стремиться.

Тест №5: Спрыгивание с тумбы (скамейки, ступеньки) высотой 20 см в круг диаметром 80 см.

Результаты диагностики по пятому тесту первой группы были занесены в Таблицу 9, смотреть приложение К.

Результаты диагностики таковы, 33% - «удовлетворительно», а «хорошо» - 67%. На высший балл данное тестирование никто не прошел.

Показатели девочек находятся на среднем уровне. Мальчики идут примерно равно. Делаем из этого вывод, что уровень координационных способностей не высокий.

Результаты диагностики по пятому тесту второй группы были занесены в Таблицу 10, смотреть приложение Л.

Результаты диагностики таковы, 17% - «удовлетворительно», а «хорошо» - 83%. На высший балл данное тестирование никто не прошел.

Показатели девочек находятся на среднем уровне. Мальчики идут примерно равно. Делаем из этого вывод, что уровень координационных способностей не высокий.

После прохождения тестирования двух групп, все результаты были занесены в общую таблицу, в Таблицу 11 для первой группы и Таблицу 12 для второй группы, смотреть приложения М, Н.

Результаты по итогу прохождения первой группы тестирования по выявлению уровня развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста представлены на рисунке 1.

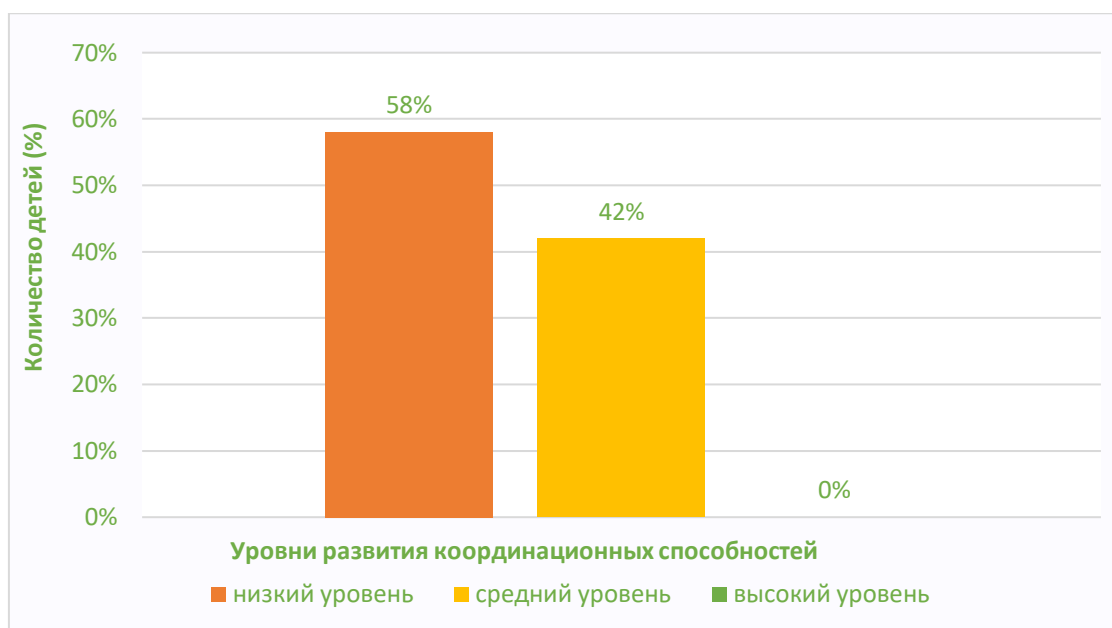


Рисунок 1. Распределение детей 3–4 лет, группы 1, по уровню развития координационных способностей, в %

Анализируя полученные результаты по группе 1, можно увидеть, что 42% детей имеют средний уровень развития координационных способностей, 5 детей из 12. А 58% детей находятся на низком уровне, 7 детей из 12.

Результаты по итогу прохождения второй группы тестирования по выявлению уровня развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста представлены на рисунке 2.

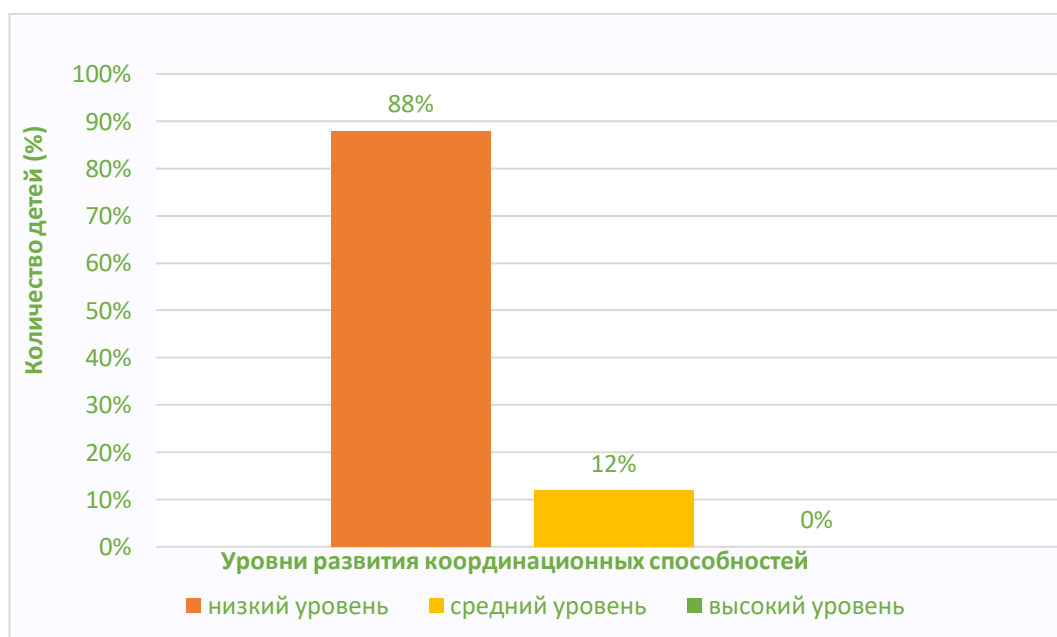


Рисунок 2. Распределение детей 3–4 лет, группы 1, по уровню развития координационных способностей, в %

Результаты по группе 2, следующие: 12% детей имеют средний уровень развития координационных способностей, 2 детей из 12. А 88% детей находятся на низком уровне, 10 детей из 12.

Обобщенные результаты двух групп по итогу прохождения тестирования по выявлению уровня развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста представлены на рисунке 3.

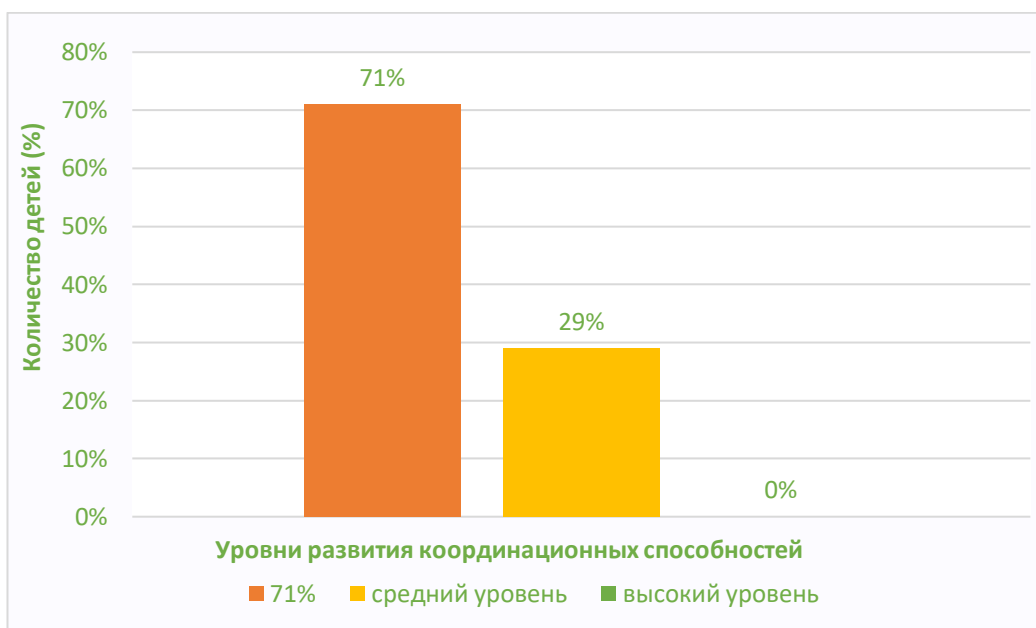


Рисунок 3. Распределение детей 3–4 лет, двух групп, по уровню развития координационных способностей, в %

Анализируя полученные результаты в целом, можно увидеть, что из 24 детей средний уровень развития показали 29% детей, 7 детей из 24. А низкий уровень развития координационных способностей показали 71%, 17 детей из 24. На высокий уровень никто не смог выполнить задания, все это из-за возраста детей. Из результатов видно, что большая часть детей находится на низком уровне развития координационных способностей.

Самым сложным для детей оказалось задание с ловлей и передачей мяча друг другу. У детей были трудности в виде: мяч бросали, но потом словить его двумя руками не могли, либо бросали мяч не ребенку напротив, а вверх или за него. Также не таким уж и простым задание для детей оказалось лазание по гимнастической стенке. Кто-то детей просил помощи, чтобы спуститься.

Причиной таких низких показателей может быть то, что в системе семейного физического воспитания отсутствует регулярный контроль, что не позволяет полностью и эффективно выполнять программу детского учреждения по физическому воспитанию.

Делая вывод после тестирования, мы можем сказать, что уровень координационных способностей детей младшего дошкольного возраста находится на низком уровне. Это там говорит о том, что у детей есть особенности в развитии координационных способностей. А именно у детей этого возраста есть нестабильность, неточность в некоторых движениях. Регулируемость у детей находится на низком уровне. Все это объясняет их возрастные особенности строения тела и личностные возможности, умения и навыки.

Все вышесказанное определяет необходимость организации дополнительной работы по развитию координационных способностей детей младшего дошкольного возраста. С детьми следует работать, чтобы увеличить их уровень координационных способностей. Им требуется систематическая и целенаправленная работа по развитию координационных способностей. Мы планируем это воплотить с помощью различных подвижных, так как основным видом деятельности детей является игровая деятельность. Данная деятельность сможет замотивировать их больше, для выполнения заданий.

Анализ количественных данных показал, что выборка 2 имеет более низкие результаты, чем выборка, исходя из этого выборка 2 будет экспериментальной группой, а выборка 1 контрольной.

2.2 Формирующий эксперимент

По результатам констатирующего эксперимента было выявлено, что уровень координационных способностей детей младшего дошкольного возраста находится на низком уровне. Анализируя полученные результаты в целом, из 24 детей средний уровень развития показали 29% детей, 7 детей из 24. А низкий уровень развития координационных способностей показали 71%, 17 детей из 24. На высокий уровень никто не смог выполнить задания. Результаты двух групп не сильно отличаются. Исходя из этого мы можем сделать вывод, что у детей плохо сформированы умения бегать, прыгать, лазать по гимнастической стенке, передавать и ловить мяч, ходить ровно. Нашей целью становится подобрать такое средство, которое поможет нам развивать эти умения. За основу мы возьмем подвижные игры.

Целью формирующего эксперимента является изучение влияния использования подвижных игр на развитие координационных способностей детей младшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования состоит в предположении, что подвижная игра будет средством развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста, если:

- в основу комплекса игр, положены игры на развитие основных видов движения, характерные для данной возрастной группы;
- включены игры, сочетающие несколько видов движений.

Для достижения поставленной цели, нами были поставлены следующие задачи:

1. Способствовать формированию умения бегать непрерывно
2. Способствовать формированию умения прыгать
3. Способствовать формированию умения лазанию на гимнастической стенке
4. Способствовать формированию умения передаче и ловле мяча друг другу

5. Способствовать формированию умения ходьбе ровно

При разработке формирующего эксперимента мы опирались на следующие принципы:

1. Принцип учета возрастных и индивидуальных психологических особенностей ребенка и состояния его здоровья, предполагающий согласование требования соответствия хода психического и личностного развития ребенка нормативному развитию, с одной стороны, и признание факта уникальности и неповторимости конкретного пути развития каждой личности – с другой.

2. Принцип нормативности развития. При оценке соответствия уровня развития ребенка возрастной норме и формулировании целей коррекции учитывались особенности социальной ситуации развития, уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития.

3. Принцип единства сознания и деятельности, с учетом которого педагогическая работа должна осуществляться через организацию ведущего вида деятельности дошкольника.

4. Психогигиенический принцип в работе с ребенком, учитывающий дозирование нагрузки, чередование видов деятельности и проведение релаксационных пауз, целесообразное распределение эмоциональной нагрузки во время проведения занятий и предполагающий создание благоприятного эмоционального фона для часто болеющих детей во время проводимых с ними занятий.

Участниками формирующего эксперимента выступали дети младшего дошкольного возраста (3–4 года) детского сада №XXX в количестве 12 человек (выборка 2).

Продолжительность формирующего эксперимента составляет 4 недели. Регулярность проведения подвижных игр 3 раза в неделю. В каждый день занятий проводится две игры, игры сочетались между собой.

С опорой на полученные результаты, а также на анализ научной психолого-педагогической литературы, осуществлена разработка комплекса подвижных игр для развития координационных способностей детей.

Для реализации первого условия был создан комплекс подвижных игр, с помощью которых можно развивать координационные способности детей младшего дошкольного возраста. В комплекс вошли такие игры, где бы развивались основные виды движений, такие как ходьба, бег, прыжки, лазание, ловля и передача мяча.

Для реализации второго условия, мы опирались на результаты констатирующего этапа и подбирали игры согласно выявленным трудностям у детей. Для этого, при составлении комплекса игр, большое внимание уделялось играм, где развиваются такие основные виды движений как лазание, ловля и передача мяча. Также было предусмотрено использование игр с сочетанием основных видов движений, например игры где предусмотрена ходьба совместно с бросанием мяча и так далее.

При составлении комплекса игр мы опирались на таких авторов как Э.С. Вильчковский, И.М. Коротков, Е.А. Тимофеева и многие другие [6;10; 12; 16;20; 32; 37;39; 45; 48].

В Таблице 13, представлен комплекс подвижных игр, направленный на развитие разных видов движений.

В комплекс входят 10 подвижных игр на развитие разных видов движений, а именно бег, прыжки, ходьба, лазание, ловля и передача мяча.

Сначала, с детьми была проведена работа по изучению всех игр по отдельности. Были разобраны правила игр, опробованы все роли, игры проводились по принципу от простой игры к сложной. Затем, после ознакомления со всеми играми, нами было принято решение, выбрать часть игр и уже их сочетать между собой, тем самым усложняя их. Например, насыщать игры, направленные на бросание и ловлю мяча с бегом или ходьбой и так далее. Но если игра уже сочетает в себе два вида движений, то она проводилась без изменений.

В таблице 14, приведен комплекс проведения подвижных игр, с учетом сочетания игр, с детьми младшего дошкольного возраста по развитию координационных способностей.

Таблица 14

Комплекс проведения подвижных игр, с учетом сочетания игр, с детьми младшего дошкольного возраста по развитию координационных способностей

Дни	Название игр	Цель игр
Первый день	«Беги ко мне»	Развитие бега
	«Попади в круг»	Развитие передачи мяча
Второй день	«По тропинке»	Развитие ходьбы
	«С кубика на кубик»	Развитие прыжков
Третий день	«Обезьянки»	Развитие лазания
	«Подбрось повыше»	Развитие ловли мяча

2.3 Результаты формирующего эксперимента

По окончании формирующего эксперимента нами была проведена повторная диагностика контрольной и экспериментальной группы, с использованием первичного тестирования, предложенная И.В. Усаковым [40].

Участниками контрольного этапа составили дети младшего дошкольного возраста (3–4 лет), из которых 12 детей вошли в выборку 1 и 12 детей вошли в выборку 2, общее количество детей 24 человека. Выборка 1 была контрольной группой, выборка 2 – экспериментальной.

С результатами контрольной группы, выборки 1, можно ознакомиться на рисунке 4, а также в Таблице 15 в приложении, посмотреть приложение Р.



Рисунок 4. Распределение детей 3–4 лет, контрольной группы, по уровню развития координационных способностей на контрольном этапе исследования

Если сравнивать результаты констатирующего и контрольного этапа по 1 выборке, то можно заметить, что дети остались на таком же уровне. Их показатели сильно не изменились. В каких-то заданиях дети справились в контрольном этапе лучше, но зато показали результат ниже в других, где было лучше. Детям все также сложно даются задания с ловлей и передачей мяча, а

также лазание по гимнастической стенке. На высокий уровень, так и никто не смог справиться.

С результатами экспериментальной группы, выборки 2, можно ознакомиться на рисунке 5, а также в Таблице 16 в приложении, смотреть приложение С.

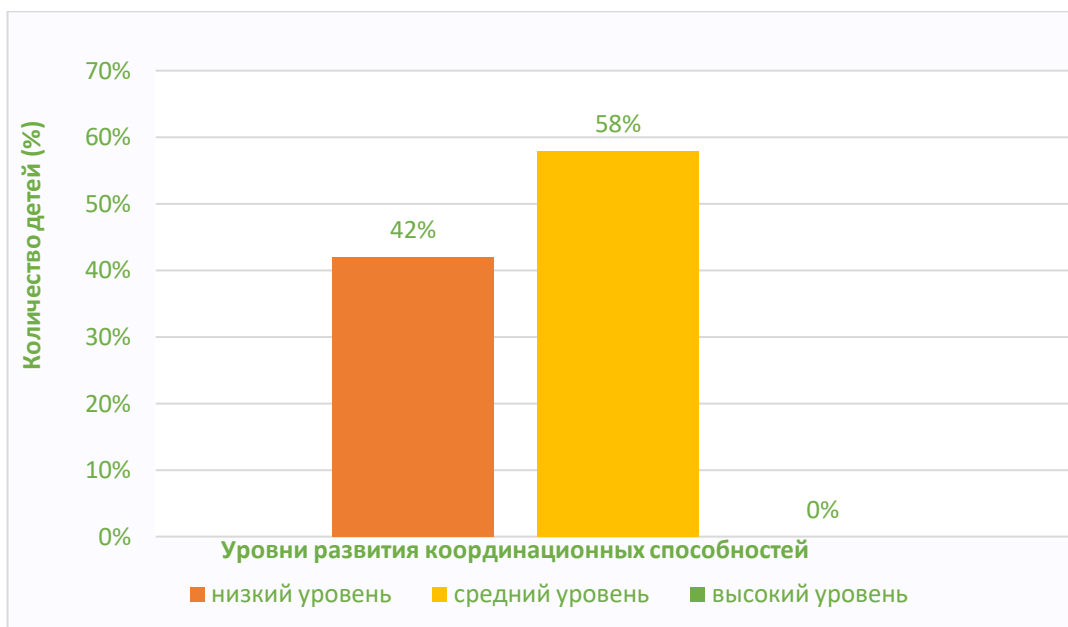


Рисунок 5. Распределение детей 3–4 лет, экспериментальной группы по уровню развития координационных способностей на контрольном этапе исследования

Сравнивая результаты констатирующего и контрольного этапа по 2 выборке, можно сделать вывод, что после проведения формирующего этапа, результаты группы значительно выросли.

У детей стало меньше затруднений в таких основных видах движений как ловля и передача мяча, а также лазание по гимнастической стенке. Дети стали лучше понимать, что от них требуется, если раньше они бросали мячик куда хотели, то сейчас дети осознанно старались бросить мяч ребенку напротив так, чтобы он смог его поймать. Дети стали увереннее забираться и спускаться по гимнастической стенке. Уже никто не просил помощи в спуске. Рассматривая другие виды движений, по ним дети также улучшили свои результаты. Дети стали более выносливыми в беге, не сходили с дистанции, также при ходьбе дети следовали инструкции более точно, шли прямо не

опуская головы. Прыжки со скамейки также детям давались проще, они уже знали, как правильно прыгивать на двух ногах, понимали, что им нужно прыгнуть не абы куда, а в определенную цель. На высокий уровень, здесь тоже никто не смог справиться, это еще раз говорит нам о том, что дети еще маленькие, их основные виды движений еще находятся на этапе формирования. Вследствие этого, уровень развития координационных способностей находится на низком или среднем уровне.

Таким образом, анализ данных полученных в результате сравнительного анализа результатов диагностики уровня развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста на констатирующем и контрольном этапах опытно-экспериментальной работы показали, что в результате реализации комплекса подвижных игр, направленного на развитие основных видов движений, уровень развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста увеличился. Поэтому можно утверждать, что разработанное средство успешно.

Выводы по главе 2

В ходе исследования по выявлению особенностей развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста нами была проведена работа с использованием системы тестов, позволяющая осуществлять педагогический контроль в физическом развитии дошкольников, предложенная И.В. Усаковым.

В ходе диагностической работы принимали участие две группы детей по 12 человек в каждой, в общей сложности 24 человека (6 мальчиков и 6 девочек в каждой группе) в возрасте 3–4 лет.

По результатам первичной диагностики было выявлено, что уровень координационных способностей детей младшего дошкольного возраста находится на низком уровне. Анализируя полученные результаты в целом, из 24 детей средний уровень развития показали 29% детей, 7 детей из 24. А низкий уровень развития координационных способностей показали 71%, 17 детей из 24. На высокий уровень никто не смог выполнить задания. Результаты двух групп не сильно отличаются. Исходя из этого мы можем сделать вывод, что у детей плохо сформированы умения бегать, прыгать, лазать по гимнастической стенке, передавать и ловить мяч, ходить ровно.

С опорой на полученные результаты, а также на анализ научной психолого-педагогической литературы, осуществлена разработка комплекса подвижных игр для развития координационных способностей детей, а именно основных видов движений, таких как бег, ходьба, прыжки, лазание, ловля и передача мяча. Комплекс внедрен в образовательный процесс дошкольной образовательной организации и успешно реализован.

По завершению реализации комплекса подвижных игр, осуществлена повторная диагностика двух групп с использованием системы тестов, позволяющая осуществлять педагогический контроль в физическом развитии дошкольников, предложенная И.В. Усаковым.

О результативности разработанного комплекса подвижных игр в развитии координационных способностей детей младшего дошкольного возраста свидетельствуют положительные изменения в уровне развития координационных способностей, а именно в основных видах движений таких как бег, ходьба, прыжки, лазание, ловля и передача мяча.

Сравнивая результаты констатирующего и контрольного этапа по 2 выборке, то можно сделать вывод, что после проведения формирующего этапа, результаты группы значительно выросли. На констатирующем этапе результаты были следующими: 12% детей имеют средний уровень координационных способностей, 2 детей из 12. А 88% детей находятся на низком уровне, 10 детей из 12.

У детей стало меньше затруднений в таких основных видах движений как ловля и передача мяча, а также лазание по гимнастической стенке. Дети стали лучше понимать, что от них требуется, если раньше они бросали мячик куда хотели, то сейчас дети осознанно старались бросить мяч ребенку напротив так, чтобы он смог его поймать. Дети стали увереннее забираться и спускаться по гимнастической стенке. Уже никто не просил помощи в спуске. Рассматривая другие виды движений, по ним дети также улучшили свои результаты. Дети стали более выносливыми в беге, не сходили с дистанции, также при ходьбе дети следовали инструкции более точно, шли прямо не опуская головы. Прыжки со скамейки также детям давались проще, они уже знали, как правильно прыгивать на двух ногах, понимали, что им нужно прыгнуть не абы куда, а в определенную цель.

Именно этот факт доказывает результативность развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста посредством реализации комплекса подвижных игр.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенный анализ научной литературы показал нам, что в младшем дошкольном возрасте закладывается основа физического развития детей. И основой дальнейшего хорошего развития ребенка является такой компонент как координационные способности.

Существует множество определений этого понятия, но за основу мы взяли определение Майоровой Любви Теодосьевны.

Координационные способности – это совокупность двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при неожиданных ситуациях.

Младший дошкольный возраст является сензитивным для развития этих способностей, поэтому, если они будут сформированы хорошо, в будущем дети смогут без труда осваивать обучение в школе и весь взрослый мир.

Для детей 3-4 лет характерны изменения в физиологических показателях, таких как рост, вес, окружность грудной клетки, осанке и стопах.

Их организм еще недостаточно устойчив, так, как только начинают формироваться системы.

В физическом развитии дети уже усваивают основные движения и элементы (бег, ходьбу, прыжки, бросание мяча и так далее).

Средств и методов развития координационных способностей большое множество. Сюда можно включить упражнения, гимнастику, различные игры. Самое главное, что нужно уяснить, это то, что у детей этого возраста преобладает наглядно-действенное мышление. Поэтому детям нужно показывать и совместно с ними повторять действия, это будет эффективнее.

По нашему мнению, самым выигрышным вариантом будет использование подвижных игр, так как игра является ведущим видом деятельности в детском саду. С помощью подвижных игр решаются самые

разнообразные задачи: образовательные, воспитательные и оздоровительные. В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе. Детям младшего дошкольного возраста выполнение игровых заданий доставляет большое удовольствие. Играя, ребенок упражняется в различных действиях.

В подвижных играх развиваются различные качества это сила, ловкость, быстрота, гибкость и многое другое.

Таким образом, если стараться целенаправленно развивать координационные способности детей, то:

- у детей будет лучше двигательная память, мышление, представление и воображение о сложном и разнообразном мире движений;

- дети легче будут справляться с заданиями, требующими высокого уровня психофизиологических функций в сенсомоторной и интеллектуальной сферах;

- двигательные действия будут быстрее и рациональнее усваиваться у детей;

- дети научатся экономно и быстро находить выход из сложных и разнообразных двигательных ситуаций;

- у детей будет развиваться смелость, решительность, инициативность, самостоятельность, находчивость;

- дети будут лучше, быстрее и эффективнее овладевать новыми двигательными действиями;

- у детей всегда будет пополняться двигательный опыт;

- дети будут испытывать радость и удовлетворение от постоянного овладения новыми и разнообразными видами физических упражнений и сохраняют интерес к занятиям;

- приобретут первоначальное умение самоконтроля выполняемой двигательной активности, самооценку и оценку действий и поведения сверстников.

В ходе практической работы по выявлению особенностей развития координационных способностей детей младшего дошкольного возраста было выявлено, что дети имеют некоторые особенности, а именно неточность движений и слабую регулируемость, что говорит нам о том, что дети этого возраста недостаточно владеют координационными способностями,

Большая часть испытуемых, а именно 71% имеет низкие показатели, хоть дети и выполняют задания, но с большим трудом и рядом ошибок. И лишь 29% смогли более точно пройти испытания, но все же не без ошибок.

С опорой на полученные результаты, а также на анализ научной психолого-педагогической литературы, осуществлена разработка комплекса подвижных игр для развития координационных способностей детей, а именно основных видов движений, таких как бег, ходьба, прыжки, лазание, ловля и передача мяча.

После была проведена повторная диагностика, где были получены следующие результаты:

– результаты выборки 1, которая была контрольной, 58% детей имеют низкий уровень развития координационных способностей, 7 детей из 12. А 42% детей имеют средний уровень развития координационных способностей, 5 детей из 12.

– сравнивая результаты констатирующего и контрольного этапа по 1 выборке, то можно заметить, что дети остались на таком же уровне. Их показатели сильно не изменились.

– результаты выборки 2, которая была экспериментальной, то можно увидеть, что низкий уровень развития координационных способностей имеют 42% детей, это 5 детей из 12. А средний уровень развития – 58% детей, 7 детей из 12.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аганянц Е.К. Влияние упражнений повышенной координационной сложности на двигательную активность детей дошкольного возраста // Межнациональные взаимоотношения при адаптации организма к спортивной деятельности: сборник научных трудов. СПб., 1991. С. 4–6. URL: <https://www.dissercat.com/content/vliyanie-uprazhnenii-povyshennoi-koordinatsionnoi-slozhnosti-na-fizicheskoe-razvitie-detei-d> (дата обращения: 11.10.23).
2. Аправсюхина Н.И. Основы анатомии и физиологии детей раннего и дошкольного возраста. Новополюк: ПГУ, 2015. 60 с. URL: <https://elib.psu.by/handle/123456789/14568> (дата обращения: 09.09.2023).
3. Аркин Е.Н. Дошкольный возраст. М., 1948. 336 с. (дата обращения: 11.09.2023).
4. Арсентьева В.П. Игра – ведущий вид деятельности в дошкольном детстве: учебное пособие. М., 2012. 144 с. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=qwlostd> (дата обращения: 09.09.2023).
5. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. М.: «Просвещение», 1990. 287 с. URL: https://ksderbenceva.ucoz.ru/dokumenty/teorija_i_metodika_fiz_vospitaniija.pdf (дата обращения: 10.10.2023).
6. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. Пособие для институтов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 222 с. URL: <https://www.nnpcfk.kz/images/docs/2022/pedagogam/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B.pdf> (дата обращения: 15.01.2024).
7. Вавилова Е.Н. Исследование средств и методов воспитания двигательных качеств у детей дошкольного возраста. М., 1989. 25 с. URL: <https://www.dissercat.com/content/metodika-fizicheskogo-vozpitanija-detei->

[doshkolnogo-vozrasta-s-napravlennoy-na-razvitiye-t](#) (дата обращения: 10.10.2023).

8. Варламов Д.Б., Егорычева Е.В., Чернышева И.В., Шлемва М.В. Координационные способности и факторы, влияющие на их развитие // Международный студенческий народный вестник. 2016. № 5 (2 часть). С. 293–294. URL: <https://eduherald.ru/ru/article/view?id=15686> (дата обращения: 15.09.2023).

9. Верхошанский Ю.В. Горизонты научной теории и методики спортивной тренировки // Теория и практика физ. культуры. 1998. № 7. URL: <http://sportlib.info/Press/TPFK/1998N7/p41-54.htm> (дата обращения: 21.10.2023).

10. Вильчковский Э.С. Физическая культура детей дошкольного возраста. Киев, 1979. 232 с. URL: <https://doshkolniki.org/obrazovanie/fizkultura/fizicheskaya-kultura-detej-doshkolnogo-vozrasta-vilchkovskij.html> (дата обращения: 16.01.2024).

11. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. М.: Физкультура и спорт, 2000. 264 с. URL: <https://pedlib.ru/Books/4/0324/index.shtml> (дата обращения: 18.09.2023).

12. Дедулевич М.Н. Играй - не зевай. Подвижные игры с дошкольниками. М.: «Просвещение», 2007. 742 с. URL: <https://z-lib.io/book/14369466> (дата обращения: 16.01.2024).

13. Дьяченко Г.Б. Развитие координации движений у детей 3–6 лет с использованием легкоатлетических упражнений. СПб, 1992. 19 с. URL: https://interactive-plus.ru/ru/article/473167/discussion_platform (дата обращения: 21.10.2023).

14. Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология: учеб, пособие для студентов вузов. М., 2005. 80 с. (дата обращения: 20.10.2023).

15. Еставьев Б.В. Понятийный словарь по физической культуре и спорту. Л.: ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 2013. 132 с. URL:

https://study.urfu.ru/Aid/Publication/9055/3/Biserov_Boyczova.pdf (дата обращения: 23.10.2023).

16. Жуков М.Н. Подвижные игры: учебник для студентов педагогических вузов. М. : Академия, 2002 – 160 с. URL: https://www.studmed.ru/zhukov-mn-podvizhnye-igry_261b6ab3dba.html (дата обращения: 15.01.2024).

17. Илюшин О.В., Сунгатулин А.Р. Координационные способности человека // Наука и образование: новое время. 2019. № 2. С. 1–3. URL: <https://articulus-info.ru/koordinatsionnye-sposobnosti-cheloveka/> (дата обращения: 16.11.2023).

18. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: «Просвещение», 1978. 272 с. URL: https://www.ckofr.com/images/stories/dou/keneman_huhlaeva_fizicheskoe_vospitanie_detej_dv.pdf (дата обращения: 25.10.2023).

19. Координационные способности [Электронный ресурс]. URL: http://otherreferats.allbest.ru/sport/00083987_0.html (дата обращения: 10.09.2023).

20. Коротков И.М. Подвижные игры детей. М.: Советская Россия, 1987. 160 с. URL: <http://pedagogic.ru/books/item/f00/s00/z0000012/index.shtml> (дата обращения: 16.01.2024).

21. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. М., 2010. 320 с. URL: https://dussh-aksarka.yam.sportsng.ru/media/2019/01/31/1274661007/Kuramshin_Obshhie_osnovny_e_teoriii_i_metodiki_fizicheskoy_kul_tury_1.pdf (дата обращения: 25.10.2023).

22. Лаптев А.П. Возрастные особенности организма // Физическая культура и спорт. 2004. № 8. 109 с.

23. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. Москва: Физкультура и спорт, 1952. 383 с. Лях В.И. Анализ свойств, раскрывающих

сущность понятия «координационные способности. Теория и практика физической культуры. 1994. № 1. С. 48–50.

24. Лях В.И. Взаимоотношения координационных способностей и двигательных навыков. Теория и практика физической культуры. 1991. № 3. С. 31–36.

25. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие. М.: ТВТ Дивизион, 2006. 290 с. URL: https://www.studmed.ru/view/lyah-vi-koordinacionnye-sposobnosti-diagnostika-i-razvitie_788b7e7ec39.html (дата обращения 27.10.2023).

26. Лях В.И. Критерии определения координационных способностей. Теория и практика физической культуры. 1991. № 11. С. 17–20.

27. Лях В.И. Понятие «координационные способности» и «ловкость». Теория физической культуры. 2005. № 8. С. 44–46.

28. Майорова Л.Т. Методика воспитания координационных способностей детей дошкольного возраста. Омск, 2016. 19 с.

29. Малозёмова И.И. Физическое воспитание дошкольников: теоретические и методические основы. Екатеринбург, 2018. 94 с. URL: <http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/11642/1/uch00292.pdf> (дата обращения: 21.09.2023).

30. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. М.: «Просвещение», 1978г. 304 с.

31. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3–4 лет. Конспекты занятий. 62 с. URL: https://ninokkim.ucoz.ru/f/Lyudmila_Ivanovna_Penzulaeva.pdf (дата обращения: 5.03.2024).

32. Платонов В.Н. Координация спортсмена и методика ее совершенствования. Киев, 2001. 52 с.

33. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. М.: «Просвещение», 2000. 256 с.

34. Смирнова Е.О. Детская психология: учебник. СПб., 2015. 415 с. URL: [https://psychlib.ru/mgppu/sdp/SDP-001-.HTM#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/sdp/SDP-001-.HTM#$p1) (дата обращения: 23.09.2023).
35. Степаненкова Э.А., Семенова Т.А. Воспитание ловкости у детей шестого года жизни в подвижных играх. М.: Компания Спутник +, 2013. 200 с. URL: http://irbis.gnpbu.ru/Aref_2007/Semyonova_T_A_2007.pdf (дата обращения: 17.01.2024).
36. Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. М.: Мозаика-Синтез, 2009. 859 с.
37. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. М.: Сфера, 2016. 176 с.
38. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. М.: «Просвещение», 1986. 79с. URL: https://togirro.ru/assets/files/kafedri/doshkoln/fizcultura_obzh/timofeeva_podvizhi_e_igry.pdf (дата обращения: 18.01.2024).
39. Усаков В.И. Педагогический контроль в физическом воспитании дошкольников: учеб. пособие / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск. 2011. 84 с. URL: <https://www.kspu.ru/upload/documents/2014/06/28/c085161af82444041a67bcc5a755bff6/pedagogicheskij-kontrol-v-fizicheskom-vospitanii-doshkolnikov.pdf> (дата обращения 27.10.2023).
40. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N1155. URL: https://pravobraz.ru/wp-content/uploads/2014/01/%D0%A4%D0%93%D0%9E%D0%A1_%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BA%D0%B01.pdf (дата обращения: 10.09.2023).
41. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» // Министерство образования и науки Российской Федерации. Документы. URL:

<http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&nd=102162745> (дата обращения: 12.10.2023).

42. Фомин Н.А., Филин В.П. Возрастные основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт. 1987. 176с

43. Шишкина В.А., Дедулевич М.Н. Методика физического воспитания: учеб. Пособие. Минск, 2011. 176 с. URL: <https://innostud.am/application/library/382a8a77.pdf> (дата обращения: 17.09.2023).

44. Шишкина В.А. Движение + движения. М.: «Просвещение», 1992. 96 с. URL: https://vk.com/doc104908894_556144641?hash=j69YOkWi1MrtUdji08CZ7zw5dQpLisy8ALr7JELceEc&dl=jtQcfSWvTgaFGoQ9nmiYYfqJUGIHRTGycodUOhNS8W0 (дата обращения: 29.10.2023).

45. Эльконин Д.Б. Психология игры. М.: Педагогика, 1999. 360 с. URL: [https://psychlib.ru/mgppu/EPi-1999/EPI-001.HTM#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/EPi-1999/EPI-001.HTM#$p1) (дата обращения: 17.01.2024).

46. Юшкевич Д.Б. Развитие точности движений у детей дошкольного возраста на основе использования упражнений в метаниях. Шуя, 2016. 171с. URL: <https://www.dissercat.com/content/razvitie-tochnosti-dvizhenii-u-detei-doshkolnogo-vozrasta-na-osnove-ispolzovaniya-uprazhneni> (дата обращения: 28.10.2023).

47. Яковлев В.Г. Подвижные игры: учебное пособие для факультетов физического воспитания педагогических институтов. М.: «Просвещение», 1977. 143 с. URL: <https://fk12.ru/books/podvizhnye-igry-jakovlev-nbsp-v-g-ratnikov-nbsp-v-p> (дата обращения: 15.01.2023).

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Содержание системы тестов, позволяющая осуществлять педагогический контроль в физическом развитии дошкольников

(И.В. Усаков)

Тест № 1: Ходьба между двумя равными линиями длиной 3 метра, шириной 15 см.

Цель теста: определение уровня развития координационных способностей.

Тест считается пройденным, если ребенок, держа голову прямо и ровно, проходит эту прямую, не касаясь ногами ограничительной полосы.

Тест № 2: Бег в медленном темпе, непрерывно, в течении 1 минуты.

Цель теста: определение уровня координационных способностей, а также выносливости и умение бежать без остановки.

Тест считается выполненным, если ребенок смог пробежать без остановок, в течении указанного времени.

Требования: тест выполняется совместно с воспитателем, который бежит вначале, задавая посильный темп для детей.

Тест №3: Лазание вверх-вниз по гимнастической стенке на расстояние 1,5 м.

Цель теста: определение уровня координационных и силовых способностей.

Тест считается выполненным, если ребенок самостоятельно сможет подняться и опуститься по гимнастической стенке на нужную высоту.

Требования: Тест выполняется самостоятельно, но с подстраховкой: у основания стенки должен обязательно лежать мат.

Тест №4: Передача мяча друг другу и его ловля.

Цель теста: определение уровня координационных способностей.

Тест считается выполненным, если из 3 раз ребенок поймал мяч дважды.

Требования: расстояние между двумя детьми должно составлять 1,5 м.
Мяч должен быть резиновым, диаметром 15-20 см.

Тест №5: Спрыгивание с тумбы (скамейки, ступеньки) высотой 20 см в круг диаметром 80 см.

Цель теста: определение уровня координационных способностей.

Тест считается выполненным, если ребенок, оттолкнувшись двумя ногами, приземляется на обе ноги, не задев при этом ограничений круга.

Результаты диагностики по первому тесту в первой группе (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №1
1	Ребенок 1	Д	4
2	Ребенок 2	Д	4
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	4
5	Ребенок 5	Д	4
6	Ребенок 6	Д	3
	Средний балл по группе девочек		3,7
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	5
3	Ребенок 3	М	4
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	3
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		4
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,85

Результаты диагностики по первому тесту во второй группе (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №1
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	4
3	Ребенок 3	Д	4
4	Ребенок 4	Д	4
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	3
	Средний балл по группе девочек		3,5
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	4
3	Ребенок 3	М	3
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	3
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		3,6
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,55

Результаты диагностики по второму тесту первой группы (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №2
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	4
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	4
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	3
	Средний балл по группе девочек		3,3
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	3
3	Ребенок 3	М	5
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	5
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		4,2
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,75

Результаты диагностики по второму тесту второй группы (И.В. Усакову)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №2
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	4
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	3
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	3
	Средний балл по группе девочек		3,2
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	3
3	Ребенок 3	М	4
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	4
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		3,8
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,5

Результаты диагностики по третьему тесту первой группы (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №3
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	4
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	3
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	4
	Средний балл по группе девочек		3,3
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	3
3	Ребенок 3	М	5
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	5
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		4,2
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,75

Результаты диагностики по третьему тесту второй группы (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №3
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	3
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	3
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	4
	Средний балл по группе девочек		3,2
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	3
3	Ребенок 3	М	4
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	5
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		4
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,6

Результаты диагностики по четвертому тесту первой группы (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №4
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	2
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	3
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	3
	Средний балл по группе девочек		2,8
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	3
3	Ребенок 3	М	4
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	3
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		3,7
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,25

Результаты диагностики по четвертому тесту второй группы (И.В. Усакову)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №4
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	3
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	3
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	3
	Средний балл по группе девочек		3
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	4
3	Ребенок 3	М	4
4	Ребенок 4	М	3
5	Ребенок 5	М	4
6	Ребенок 6	М	3
	Средний балл по группе мальчиков		3,7
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,35

Результаты диагностики по пятому тесту первой группы (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №5
1	Ребенок 1	Д	3
2	Ребенок 2	Д	4
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	4
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	4
	Средний балл по группе девочек		3,5
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	3
3	Ребенок 3	М	4
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	4
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		3,8
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,65

Результаты диагностики по пятому тесту второй группы (И.В. Усаков)

№	Нумерация детей	Пол	Баллы по Тесту №5
1	Ребенок 1	Д	4
2	Ребенок 2	Д	4
3	Ребенок 3	Д	3
4	Ребенок 4	Д	4
5	Ребенок 5	Д	3
6	Ребенок 6	Д	4
	Средний балл по группе девочек		3,7
1	Ребенок 1	М	4
2	Ребенок 2	М	4
3	Ребенок 3	М	4
4	Ребенок 4	М	4
5	Ребенок 5	М	4
6	Ребенок 6	М	4
	Средний балл по группе мальчиков		4
	Средний балл по группе девочек и мальчиков		3,85

Протокол контроля за физической подготовленностью детей 3 лет первой
группы

№	Ф.И ребенка	Пол	Тесты и их оценки					Средний балл
			№1	№2	№3	№4	№5	
1	Ребенок 1	Д	4	3	3	3	3	3,2
2	Ребенок 2	Д	4	4	4	2	4	3,6
3	Ребенок 3	Д	3	3	3	3	3	3
4	Ребенок 4	Д	4	4	3	3	4	3,6
5	Ребенок 5	Д	4	3	3	3	3	3,2
6	Ребенок 6	Д	3	3	4	3	4	3,4
	Средний балл по группе девочек		3,7	3,3	3,3	2,8	3,5	3,3
1	Ребенок 1	М	4	4	4	4	4	4
2	Ребенок 2	М	5	3	3	3	3	3,4
3	Ребенок 3	М	4	5	5	4	4	4,4
4	Ребенок 4	М	4	4	4	4	4	4
5	Ребенок 5	М	3	5	5	3	4	4
6	Ребенок 6	М	4	4	4	4	4	4
	Средний балл по группе мальчиков		4	4,2	4,2	3,7	3,8	4
	Сред. балл по группе д. и м.		3,85	3,75	3,75	3,25	3,65	3,65

Протокол контроля за физической подготовленностью детей 3 лет второй
группы

№	Ф.И ребенка	Пол	Тесты и их оценки					Средний балл
			№1	№2	№3	№4	№5	
1	Ребенок 1	Д	3	3	3	3	4	3,2
2	Ребенок 2	Д	4	4	3	3	4	3,6
3	Ребенок 3	Д	4	3	3	3	3	3,2
4	Ребенок 4	Д	4	3	3	3	4	3,4
5	Ребенок 5	Д	3	3	3	3	3	3
6	Ребенок 6	Д	3	3	4	3	4	3,4
	Средний балл по группе девочек		3,5	3,2	3,2	3	3,7	3,3
1	Ребенок 1	М	4	4	4	4	4	4
2	Ребенок 2	М	4	3	3	4	4	3,6
3	Ребенок 3	М	3	4	4	4	4	3,8
4	Ребенок 4	М	4	4	4	3	4	3,8
5	Ребенок 5	М	3	4	5	4	4	4
6	Ребенок 6	М	4	4	4	3	4	3,8
	Средний балл по группе мальчиков		3,7	3,8	4	3,7	4	3,8
	Сред. балл по группе д. и м.		3,6	3,5	3,6	3,35	3,85	3,55

Комплекс подвижных игр

Основной вид движения	Название подвижных игр
Бег	– «Беги ко мне» – «Поезд»
Ходьба	– «По тропинке» – «Шире шаг»
Прыжки	– «Воробушки и кот» – «С кубика на кубик»
Лазание	– «Перелет птиц» – «Обезьянки»
Ловля и передача мяча	– «Попади в круг» – «Подбрось повыше»

- 1) Подвижная игра «Беги ко мне», автор Вильчковский Э.С.

Цель. Совершенствовать умение выполнять движение по сигналу и бег по прямой.

Описание. Дети стоят в шеренге в 8—10 м от взрослого. На его слова: «Дети, бегите ко мне!» они бегут, а взрослый встречает их с разведенными в стороны руками и говорит: «Прибежали!»

- 2) Подвижная игра «Поезд», автор Тимофеева Е.А.

Цель. Учить детей ходить и бегать друг за другом небольшими группками, сначала держась друг за друга, затем не держась; приучать их начинать движение и останавливаться по сигналу воспитателя.

Описание. Воспитатель предлагает нескольким детям стать друг за другом, сам становится впереди них и говорит: "Вы будете вагончиками, а я - паровозом". Паровоз дает гудок - и поезд начинает двигаться сначала медленно, а затем быстрее. Движение сопровождается звуками, которые произносят играющие. Время от времени паровоз замедляет ход и останавливается, воспитатель говорит при этом: "Вот и остановка". Затем паровоз вновь дает гудок - и поезд движется дальше. Поезд отправляется!

Указания к проведению. Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. При повторении может быть большее число участвующих (12-15). Первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем дети свободно идут друг за другом, двигают руками, подражая движению колес паровоза, и произносят в такт: "Чу-чу-чу". Роль паровоза вначале выполняет воспитатель или ребенок старшей группы. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики-дети не отставали. Играющие строятся друг за другом произвольно. При многократном повторении игры можно предложить малышам выйти на остановке погулять, нарвать цветы, собрать ягоды, поиграть, попрыгать. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну за паровозом.

3) Подвижная игра «По тропинке», автор Тимофеева Е.А.

Цель. Совершенствовать умения ходьбы не наталкиваясь друг на друга.

Описание. На полу или на расстоянии 25 - 30 см друг от друга проводят две параллельные линии (или кладут две веревки, шнура) длиной 2,5-3 м. Воспитатель говорит детям, что это тропинка, по которой они пойдут гулять. Дети медленно идут друг за другом по тропинке туда и обратно.

Указания к проведению. Дети должны идти осторожно, стараться не наступать на линии, не мешать друг другу, не наталкиваться на идущего впереди. Ширину и длину тропинки воспитатель может увеличить или уменьшить в зависимости от возможностей детей.

4) Подвижная игра «Шире шаг», автор Тимофеева Е.А.

Цель. Упражнять в ходьбе по ограниченной площади, прыжке, приучать действовать по сигналу

Описание. На площадке в 2—3 ряда раскладываются обручи (пластмассовые или плоские из фанеры диаметром 60 см), в каждом ряду 5—6 обручей. 2—3 детей по сигналу шагают из обруча в обруч. Дойдя до конца, подпрыгивают, хлопают в ладоши и возвращаются.

Правила: идти с промежуточным шагом в обруче, но, не выходя за его края, не задевать за обручи.

5) Подвижная игра «Воробушки и кот», автор Тимофеева Е.А.

Цель. Учить детей мягко прыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга, увертываться от ловящего, быстро убегать, находить свое место, приучать детей быть осторожными, занимая место, не толкать товарище

Описание. Дети стоят вдоль стен комнаты на скамеечках. Это — «воробышки на крыше» или в «гнездышках». Поодаль сидит «кошка», роль которой исполняет один из детей. Педагог говорит: «Воробышки полетели». Воробышки прыгивают с крыши или выпрыгивают из гнездышка и, расправив крылья, бегают в рассыпную по всей комнате. Кошка тем временем спит. Но вот она просыпается, произносит «мяу-мяу» и бежит догонять воробышков, которые должны спрятаться от нее на крыше или в гнездышках, заняв свои места. Пойманных воробышков кошка отводит к себе «в дом».

6) Подвижная игра «С кубика на кубик», автор Коротков И.М.

Цель. Учить детей мягко прыгивать, сгибая ноги в коленях.

Описание. По кругу на расстоянии 50—60 сантиметров один от другого расставьте кубы. Предложите ребенку прыгнуть с куба и по кругу перейти к другому, встать на него, опять прыгнуть и так далее.

7) Подвижная игра «Перелет птиц», автор Тимофеева Е.А.

Цель. Учить детей лазать по гимнастической стенке.

Описание. Дети стоят на одном конце зала, они птицы. На другом конце зала деревья (гимнастическая стенка). По сигналу воспитателя: «Птицы улетают!» — птицы летят, расправив крылья. По сигналу «Буря!» — птицы летят на деревья — скрываются от бури. После слов: «Буря прекратилась», — птицы снова летят.

8) Подвижная игра «Обезьянки», автор Коротков И.М.

Цель. Совершенствовать у детей навыки лазания по гимнастической стенке чередующим шагом, не пропуская реек; воспитывать смелость и ловкость.

Описание. Воспитатель предлагает детям — обезьянкам — по одному или по двое подойти к гимнастической стенке, стать лицом к ней и взобраться на 3—4-ю рейку, начиная с первой, взобраться на дерево за фруктами или орехами. Остальные дети сидят или стоят и смотрят. Затем взбираются другие.

9) Подвижная игра «Попади в круг», автор Вильчковский Э.С.

Цель. Развивать элементарные навыки попадания в горизонтальную цель, метать правой и левой рукой, развивать глазомер, ловкость, координацию движений, умение действовать по сигналу воспитателя.

Описание. Дети стоят по кругу на расстоянии 2—3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начерченного на земле) диаметром 1—1,5 м. В руках у детей мешочки с песком или другие предметы для метания. По сигналу они бросают предметы в круг правой и левой рукой, по другому сигналу берут их из круга. Воспитатель отмечает тех, кто сумел попасть.

10) Подвижная игра «Подбрось повыше», автор Вильчковский Э.С.

Цель. Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его кистями рук, не прижимая к груди.

Описание. Воспитатель раздает детям мячи и предлагает с ними поиграть, бросая вверх и стараясь поймать после броска.

Правила: бросать сначала невысоко, чтобы суметь поймать; если мяч упал, его можно поднять и продолжать упражнение.

Протокол контроля за физической подготовленностью детей 3 лет
контрольной группы

№	Ф.И ребенка	Пол	Тесты и их оценки					Средний балл
			№1	№2	№3	№4	№5	
1	Ребенок 1	Д	4	3	4	3	3	3,4
2	Ребенок 2	Д	4	4	4	3	4	3,8
3	Ребенок 3	Д	3	4	3	3	3	3,2
4	Ребенок 4	Д	4	4	3	3	4	3,6
5	Ребенок 5	Д	4	4	3	3	3	3,4
6	Ребенок 6	Д	4	3	4	3	4	3,6
	Средний балл по группе девочек		3,8	3,7	3,5	3	3,5	3,5
1	Ребенок 1	М	4	4	4	4	4	4
2	Ребенок 2	М	5	4	3	3	3	3,6
3	Ребенок 3	М	4	5	5	4	4	4,4
4	Ребенок 4	М	4	4	4	4	4	4
5	Ребенок 5	М	4	5	5	3	4	4,2
6	Ребенок 6	М	4	4	4	4	4	4
	Средний балл по группе мальчиков		4,2	4,3	4,2	3,7	3,8	4
	Сред. балл по группе д. и м.		4	4	3,9	3,4	3,7	3,75

Протокол контроля за физической подготовленностью детей 3 лет
экспериментальной группы (выборка 2)

№	Ф.И ребенка	Пол	Тесты и их оценки					Средний балл
			№1	№2	№3	№4	№5	
1	Ребенок 1	Д	5	4	3	4	4	4
2	Ребенок 2	Д	5	4	4	3	4	4
3	Ребенок 3	Д	4	4	4	3	4	3,8
4	Ребенок 4	Д	4	4	3	4	4	3,8
5	Ребенок 5	Д	4	4	4	3	3	3,6
6	Ребенок 6	Д	4	3	4	3	4	3,6
	Средний балл по группе девочек		4,3	3,8	3,7	3,3	3,8	3,8
1	Ребенок 1	М	4	4	4	4	4	4
2	Ребенок 2	М	4	4	3	4	4	3,8
3	Ребенок 3	М	4	4	4	4	4	4
4	Ребенок 4	М	4	4	4	4	4	4
5	Ребенок 5	М	4	4	5	4	5	4,4
6	Ребенок 6	М	5	4	4	3	4	4
	Средний балл по группе мальчиков		4,2	4	4	3,8	4,2	4
	Сред. балл по группе д. и м.		4,25	3,9	3,85	3,55	4	3,9