

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 физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина.
Выпускающая кафедра теоретических основ физического воспитания

Губанова Анастасия Николаевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**Использование сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся
1-2 классов**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы:

Физическая культура

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заф.кафедрой ТОФВ. д.п.н., профессор Сидоров Л.К.

_____ (дата, подпись)

Руководитель: д.п.н., профессор Сидоров Л.К.

_____ (дата, подпись)

Дата защиты _____

Обучающийся: Губанова А.Н.

_____ (дата, подпись)

Оценка _____
(прописью)

Красноярск 2022

Содержание	
Введение	3
1.1 Формы физического воспитания в школе	6
1.2. Особенности возрастного развития детей 7-8 лет	11
1.3. Сущность сюжетно-ролевых игр.....	22
Глава 2. Методы и организации исследований	27
2.1. Методы исследований	27
2.2. Организация исследований.....	30
Глава 3. Обоснование применения сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся 1-2 классов и оценка их эффективности	33
3.1. Обоснование применения сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся 1-2 классов.....	33
3.2. Оценка эффективности сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся 1-2 классов.....	42
Выводы	47
Список используемой литературы.....	52

Введение

Физическое воспитание учащихся является неотъемлемой частью всей учебно-воспитательной работы школы и занимает важное место в подготовке учащихся к жизни, к общественно полезному труду.

Работа по физическому воспитанию в школе отличается большим многообразием форм, которые требуют от учащихся проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию организационных навыков, активности, находчивости. Осуществляемое в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, физическое воспитание содействует всестороннему развитию школьников.

Физическое воспитание учеников 1-2 класса имеет свою специфику, обусловленную их анатомо-физиологическими и психологическими особенностями, а также тем, что, приходя в школу, ученики попадают в новые условия, к которым им нужно приспособиться, привыкнуть. С началом учебы значительно растет объем умственного труда детей и в то же время ощутимо ограничивается их двигательная активность и возможность находиться на открытом воздухе. В связи с этим правильное физическое воспитание в младшем школьном возрасте является не только необходимым условием всестороннего гармоничного развития личности ученика, но и действенным фактором повышения его умственной работоспособности.

Для большинства учителей характерным становится создание на уроках физической культуры оптимальных условий для понимания и прочного усвоения программного материала каждым учеником класса. Это обеспечивается продуманной подготовкой к уроку, более полным использованием воспитательного потенциала учебно-наглядных пособий и технических средств обучения, умелым отбором приёмов, методов работы, созданием обстановки заинтересованности и эмоциональности на уроке.

Снижение уровня знаний учащихся в большей степени объясняется качеством уроков: шаблоном, однообразием, формализмом, скукой. Многие учителя ищут

разные способы «оживления» урока, привлечения учащихся к активной работе, разнообразию форм объяснения нового материала. Разумеется, ни в коем случае нельзя отказываться от традиционного урока, как основной формы обучения и воспитания детей. Но придать уроку нестандартные, оригинальные приемы необходимо для активизации мыслительной деятельности учащихся. Это не замена старых уроков, а их дополнения и переработка, внесение оживления, разнообразия, которым повышают интерес, способствуя совершенствованию учебного процесса. На таких уроках ученики увлечены, их работоспособность повышается, результативность урока возрастает.

Обучение осуществляется в определённых организационных формах. В данной выпускной квалификационной работе рассмотрим использование сюжетно-ролевых игр на занятиях физической культуры.

Сюжетно-ролевые игры должны отвечать требованиям комплексного развития физических качеств, фронтальной и побочной организации учебной деятельности обучающихся, поддерживать в течение всего урока устойчивого внимания и высокой работоспособности учащихся, положительно сказывается на качестве знаний, умений и навыков детей.

Использование сюжетно-ролевых игр вызывает у детей положительные эмоции, переживания, содержит благоприятный фон для решения воспитательных, образовательных и оздоровительных задач.

Эффективность сюжетно-ролевых игр хорошо известна. Такие занятия приближают школьное обучение к жизни, реальной действительности. Дети охотно включаются в такие занятия, ибо нужно проявить не только свои знания, но и смекалку, творчество.

С помощью сюжетно-ролевых игр можно решить проблему объединения обучения, организации самостоятельной познавательной деятельности учащихся, физического эксперимента.

Актуальность данной работы заключается в том, что сюжетно-ролевых игр в настоящее время недостаточно, и практически не используются, как одно из средств обучения и воспитания подрастающего поколения.

Цель: обоснование влияния применения сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся 1-2 классов

Исходя из поставленной цели, были сформулированы следующие **задачи:**

1. анализ научно-методических источников по данной теме;
2. изучить анатомо-физиологические и психологические особенности обучающихся 1-2 классов;
3. рассмотреть виды нетрадиционного обучения;
4. раскрыть сущность сюжетно-ролевых игр;
5. сравнить показатели развития качеств младших школьников экспериментальной и контрольной групп с целью определения их подготовки.

Объект исследования: процесс исследования сюжетно-ролевых игр.

Предмет исследования: сюжетно-ролевые игры.

Методы исследования: тесты, позволяющие определить уровень развития физических качеств.

Гипотеза: предполагается, что влияние сюжетно-ролевых игр повысит уровень физической подготовленности обучающихся 1-2 классов.

В работе были использованы следующие методы исследования:

- анализ научно-методической литературы;
- педагогическое тестирование;
- педагогический эксперимент;
- математическая статистика.

Глава 1. Урок физической культуры как основная форма занятий

1.1 Формы физического воспитания в школе

Урок – основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение.[10, с 19]

Урок физической культуры, отличается от всех других уроков и таит в себе для ребенка радость, так как само движение это уже радость для растущего организма. И если учитель четко организует занятие, и дети не сидят, замерзая, на скамейках вдоль стены, то урок физической культуры для них большая радость. Это соответствует физиологии и психологии ребенка, так же, как и стремление ко всему новому и необычному. Я стремлюсь к тому, чтобы на моих уроках дети испытывали радость движения, радость познания нового, радость открытий.

Главенствующее положение урока физической культуры определяется тем, что в нем заложены возможности для решения стратегических задач физической культуры – всестороннего, гармонического развития учащихся, их направленной и эффективной подготовки к жизни. Относительно всех других форм физического воспитания учащихся урок физической культуры имеет следующие преимущества:[18, с 35]

1. является самой массовой формой организации, систематических знаний школьников физическими упражнениями;

2. проводится на основе научно-обоснованной программы физического воспитания, рассчитанной на длительный срок обучения;

3. осуществляется под руководством педагогов по физической культуре и спорту с учетом возрастно-половых индивидуальных особенностей школьников;

4. способствует направленному развитию в физической подготовке учащихся, оптимизации их физического состояния.

Требования к уроку: [9, с 183]

1. Четкость постановки целей и задач.

Урок решает оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. В ходе организации учебной деятельности на уроке учитель обеспечивает не только

овладение двигательными умениями и навыками, развитие основных физических качеств, усвоение обязательного минимума знаний по физической культуре, но и содействует воспитанию личностных качеств учащихся, таких как смелость, настойчивость, коллективизм и т.д. Формулировки задач урока, как правило, предельно конкретны, лаконичны, учитывают состав учащихся, их возраст, физическое развитие и подготовленность, обеспечивают преемственность предыдущих занятий с последующими и с возможно большей определенностью отражают планируемые конечные результаты. Оптимальное количество задач, решаемых на одном уроке, - не более 2-3.

2. Соответствие состава учебного материала учебной программе и характеру поставленных задач.

Внепрограммный материал может использоваться лишь с целью индивидуализации обучения.

3. Целесообразный отбор средств и методов обучения с учетом дидактической цели и задачи урока.

Ни одна дидактическая цель или задача не может быть успешно решена без заранее обдуманного отбора учебного материала с учетом конкретных особенностей темы.

4. Тесная связь уроков с предыдущими и последующими.

Каждый урок имеет преемственную связь по направленности педагогических задач, содержанию учебного материала, объемом и интенсивности нагрузок с последующими и предыдущими уроками.

5. Сочетание фронтальной, групповой и индивидуальной работы. Учебный процесс становится эффективным только при условии учета индивидуальных особенностей занимающихся.

6. Постоянное видоизменение содержания урока, методики его организации и проведения.

Разнообразие содержания и методики урока способствует формированию интереса у учащихся к занятиям физическими упражнениями.

7. Обеспечение травмобезопасности урока.

Повышенная травмоопасность урока физической культуры обусловлена тем, что его специфическим содержанием является разнообразная двигательная деятельность на гимнастических снарядах. Неправильная организация учебно-воспитательного процесса может привести к различным травмам учащихся. Хорошо продуманная организация урока позволяет исключить травмирование на уроках.

8. Постоянный контроль за ходом и результатами учебной деятельности учащихся.

На каждом уроке обеспечивается оперативное управление деятельностью учащихся. Оно осуществляется на основе анализа и оценки выполнения учебных заданий и реакции организма на нагрузки с учетом субъективных ощущений занимающихся.

Таким образом результативность урока физической культуры во многом зависит от того, насколько учитель будет претворять намеченные им планы, применять наиболее рациональные методы организации деятельности учащихся и методические приемы, продуктивно использовать имеющиеся оборудование, инвентарь, технические средства обучения, учитывая при этом специфику места проведения занятий, температурные условия, подготовленность школьников, их возрастные и индивидуальные особенности.

Учащие младших классов с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывает у них различного вида игры; начиная от народных игр, заканчивая спортивными; баскетбол, настольный теннис, футбол и другие.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся

летом и зимой не только в спортивном зале, но и на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры - одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели.

Благодаря большому разнообразию содержанию игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой сюжетно- ролевых игр.

Именно поэтому грамотное использование сюжетно-ролевых игр на уроках физической культуры не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное « включение» элементов игр в процессе физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся. В своей работе я активно использую сюжетно-ролевые игры в процессе физического воспитания обучающихся младших классов.

Решения совокупности задач физического воспитания:

- укрепление здоровья, улучшения осанки, содействие гармоничному физическому развитию, закаливание;
- формирование знаний и умений в области личной гигиены;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;
- воспитания дисциплинированности, отзывчивости, честности, смелости;
- развитие творческих способностей детей на уроках физической культуры.

Совместная игра - уникальный вид сотрудничества. Не случайно психологи считают, что подлинно демократические отношения между взрослыми и детьми возможны только в игре. И прежде всего, положительное влияние на их взаимоотношения оказывает игры с правилами.

В играх больше, чем в других физических упражнениях, участники могут выполнять различные двигательные действия так, как им хочется, как позволяет им их индивидуальные особенности. Одним из безусловных факторов привлекательности игр является элемент соревнования. В них присутствуют ясно выраженные стремления играющих к победе; быстрее обежать круг, догнать партнера или успеть убежать от него. Еще более ярко соревновательный характер носят игры, в которых участники делятся на группы, команды и где каждая группа или команда, каждый участник команды стремится достичь лучших результатов и победить.

Играя, дети удовлетворяют свойственную им потребность в движениях. В методике физического воспитания для начальной школы разработано множество средств, с помощью которых достигается гармоничное развитие детского организма. Используются игры и упражнения, которые развивают ловкость и выносливость, смелость и быстроту, умения контролировать свои действия. Однако танцевально - ритмичным упражнениям, элементам художественной гимнастики и пластики пока не удается должного внимания.

Сюжетный урок – это спектакль, а дети в нем – артисты. Задача учителя – раскрыть творческий и физический потенциал детей, дать каждому ребенку возможность проявить себя и порадоваться за себя и других. Сюжетно-ролевые уроки представляют собой особую организацию урока физической культуры, в котором поставленные учебные задачи решаются в творческой, игровой форме с использованием ранее задуманного сюжета в совокупности с выполнением различных ролей.

С одной стороны, сюжетно-ролевые уроки дарят детям сиюминутную радость, с другой стороны, эти уроки должны быть направлены в будущее, должны моделировать какие-либо сказочные или жизненные ситуации. Примерами

сюжетно-ролевых уроков могут служить игры «Путешествие в джунгли», «Найди клад», «Спортивный марафон», «Мы Робинзоны».

Сюжетно-ролевые уроки могут состоять из конкурсных программ, типа «Спортивный серпантин», «Самый-самый», «Вперед к олимпийской медали».

Сюжетно-ролевые уроки способствуют не только физическому и нравственному совершенствованию детей, но и развивают их творчество. Такие уроки создают положительную мотивацию у детей и эмоциональный настрой. Они также могут быть представлены в качестве спортивно-музыкальных театрализованных представлений по определенной теме, где осуществляется и интеллектуальное, и физическое, и этическое развитие детей. На сюжетно-ролевых уроках дети одновременно ощущают совместную радость познания, творчества, спортивных достижений, красоты.

Итак, сюжетно-ролевые игры в комплексе с другими элементами урока физкультуры в младших классах представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой личности, сочетающей духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, и в дальнейшем, благодаря этому учитель достигает высоких скоростно-силовых показателей на уроках физкультуры в средних классах.

1.2. Особенности возрастного развития детей 7-8 лет

Проанализировав ряд методической литературы, мы сделали вывод, что в возрасте 7-8 лет у учащихся начинают формироваться интересы и склонности к определенным видам физической активности, выявляется специфика индивидуальных проявлений, предрасположенности к тем или иным видам спорта. А это задает условие, способствующее успешной физкультурно-спортивной ориентации детей школьного возраста, определению для каждого из них оптимального пути физического совершенствования.

Проблема начального физкультурного образования со временем не только не утрачивает своей актуальности, но и ставит новые задачи, решать которые

необходимо с помощью современных методов в соответствии с требованиями общеобразовательной школы. Одним из необходимых условий организации эффективного процесса образования является знание возрастных особенностей исследуемого контингента.

Границы младшего школьного возраста совпадают с периодом обучения в начальной школе и определяются сейчас с 6-7 лет до 10-11 лет. В течение этого периода ребенок продолжает развиваться, обеспечивая возможность систематического обучения. Прежде всего, совершенствование работы мозга и нервной системы. По словам физиологов, к 7 годам коры больших полушарий уже в значительной степени зрелые. Тем не менее, наиболее важные, особенно человеческие части мозга, ответственные за программирование, регулирование и контроль сложных форм умственной деятельности, еще не сформировались у детей этого возраста, так что регуляторный и ингибирующий эффект коры на подкорковом структур недостаточен развит. Несовершенство регулятивной функции коры проявляется в особенностях поведения, организации деятельности и эмоциональной сферы, свойственных детям этого возраста: младшие школьники легко отвлекаются, неспособны к длительной концентрации, возбуждаются, очень эмоциональны [12].

Начало обучения практически совпадает с периодом второго физиологического кризиса, имеющего место в возрасте 7 лет (в теле ребенка наблюдается резкий эндокринный сдвиг, сопровождающийся быстрым ростом тела, увеличением внутренних органов, вегетативной реструктуризацией). Это означает, что кардинальные изменения в системе социальных отношений и деятельности ребенка совпадают с периодом перестройки всех функций и систем организма, что требует значительного стресса и активизации его ресурсов.

Переход к систематической подготовке предъявляет высокие требования к умственным характеристикам детей, которые по-прежнему нестабильны у младших школьников, устойчивость к усталости является низкой. И хотя эти показатели возрастают в течение начального школьного возраста, в целом производительность

и качество работы учащихся начальных школ примерно в два раза меньше, чем соответствующие показатели учащихся средних школ.

Большие изменения, происходящие в психологическом облике младшего школьника, свидетельствуют о возможностях широкого развития на этом возрастном этапе. В этот период на качественно новом уровне потенциал развития ребенка реализуется как активный субъект, который знает мир вокруг себя и самого себя, приобретает собственный опыт действия в этом мире.

Младший школьный возраст чувствителен:

- для формирования учебных мотивов, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов;
- разработка производственных методов и навыков учебной работы;
- «Способность учиться»;
- раскрытие индивидуальных характеристик и способностей;
- развитие навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции;
- формирование адекватной самооценки, развитие критичности по отношению к себе и другим;
- ассимиляция социальных норм, нравственное развитие;
- развитие навыков общения со сверстниками, установление прочных контактов[32].

Ведущим в младшем школьном возрасте является учебная деятельность. Она определяет изменения, которые происходят в развитии психики детей на данном возрастном этапе. В рамках образовательной деятельности психологические новообразования характеризуют наиболее значительные достижения в развитии младших школьников и являются основой для развития на следующем возрастном этапе. В этом процессе ребенок познакомится с достижениями человеческой культуры, усвоением знаний и навыков, накопленных предыдущими поколениями; созданы условия для развития новых познавательных возможностей детей, живого интереса к окружающей реальности.

Образовательная деятельность младших школьников регулируется и определяется сложной многоуровневой концепцией мотивов. Существуют две

широкие категории образовательных мотивов: первые включают в себя познавательные интересы детей, потребность в интеллектуальной деятельности и овладение новыми навыками, навыками и знаниями (когнитивные мотивы); другая связана с потребностями ребенка в общении с другими детьми, в их оценке и утверждении, с желанием ученика занять определенное место в системе доступных для него общественных отношений (т. е. широкие социальные мотивы).

Обе эти категории мотивов необходимы для успешной реализации учебных мероприятий. Мотивы, исходящие из самой деятельности, оказывают непосредственное влияние на эту тему, в то время как социальные мотивы обучения могут стимулировать свою деятельность посредством сознательно поставленных целей, решений, иногда даже независимо от прямого отношения человека к деятельности. Категории мотивов характеризуются специфическими особенностями на разных этапах развития ребенка. Анализ особенностей мотивации обучения у школьников разных возрастов выявил закономерный ход изменений в мотивах обучения с возрастом и условиями, способствующими этому изменению. Среди детей, поступающих в школу, широкие социальные мотивы выражают необходимость того, чтобы пожилой дошкольный возраст занимал новую позицию среди окружающих, а именно положение школьника и желание провести серьезную социально значимую деятельность, связанную с этим ситуация. В то же время дети, поступающие в школу, имеют когнитивные интересы на определенном уровне. В первый раз, оба эти и другие мотивы обеспечивают добросовестное, ответственное отношение студентов к обучению в школе.

В первые 2-3 года обучения они заинтересованы в том, чтобы делать все, что предлагает учитель, что является высшим авторитетом для детей, всего, что имеет характер серьезной социально значимой деятельности.

Младший школьный возраст - это период интенсивного развития и качественной трансформации когнитивных процессов; они начинают приобретать косвенный характер и становятся сознательными и произвольными. Ребенок постепенно овладевает своими умственными процессами, учится контролировать внимание, память, мышление.

Внимание 7-летних детей по-прежнему плохо организовано, небольшое по объему, плохо распределено, нестабильно, что в значительной степени связано с недостаточной созреваемостью нейрофизиологических механизмов, обеспечивающих процессы внимания. Во время младшего школьного возраста происходят значительные изменения в развитии внимания, особенно резко происходит активное развитие всех его свойств, увеличивается количество внимания (в 2,1 раза), увеличивается его стабильность и навыки переключения и распространение.

В возрасте 9-10 лет дети могут сохранять и исполнять произвольную программу действий в течение длительного времени. Различные свойства внимания поддаются развитию в разной степени. Наименее затронутый объем внимания, он индивидуальный, в то время как особенностям распределения и устойчивости можно и нужно обучать, чтобы избежать их спонтанное развитие[4].

В младшем школьном возрасте, на этапе интенсивного формирования механизмов внимания, необходимо оказывать целевое педагогическое влияние, способствуя развитию этой функции, использовать потенциальные возможности мозга ребенка. Это важно, потому что формирование сознательного внимания влияет на способность запоминать материал.

Память, является одним из уровней отражения окружающей действительности, представляет собой набор процессов, которые способствуют организации и сохранению прошлого опыта. Память, как и все другие психические процессы, претерпевает значительные изменения. Их суть заключается в том, что память ребенка планомерно обретает черты произвольности, становится сознательно регулируемой и опосредованной. Преобразование мнемонической функции обусловлено существенным увеличением потребности в ее результативности, высокий уровень которой необходим при исполнении различных мнемонических задач, появляющихся в ходе учебной деятельности. Интерес ребенка к школьной деятельности, его активная позиция, высокая познавательная мотивация являются необходимыми условиями для развития памяти.

Совершенствование памяти в младшем школьном возрасте связано прежде всего с развитием в процессе обучения различных способов и стратегий запоминания, связанных с организацией и обработкой заученных материалов.

Мышление играет особую роль в развитии когнитивной деятельности младшего школьника. Мышление ребенка начального школьного возраста находится на критической стадии развития. В этот период происходит переход от визуально-образного к вербально-логическому концептуальному мышлению, что придает мыслящей деятельности ребенка двойной характер:

- конкретное мышление, связанное с реальной реальностью и прямым наблюдением, уже подчиняется логическим принципам, но абстрактно, формально;
- логических рассуждений для детей пока нет[19].

С развитием мышления, связанного с появлением новых образований начального школьного возраста: анализ, внутренний план действий, рефлексия.

Анализ как умственное действие включает в себя разложение целого на части, разделение, сравнивая общую и частную, разницу существенного и несущественного в объектах и явлениях. Мастерство анализа начинается с способности ребенка различать различные свойства и атрибуты в объектах и явлениях. Способность отличать свойства дается младшим школьникам с большим трудом. Как правило, первоклассники могут отличить от бесконечного набора свойств объекта всего 2-3. Поскольку дети развиваются, расширяют свои горизонты и знакомятся с различными аспектами реальности, эта способность, безусловно, улучшается. Однако это не исключает необходимости специально обучать молодых учеников видеть в объектах и явлениях их разные стороны, выделять многие свойства.

Каждое умственное действие занимает несколько этапов в своем развитии, определяется формированием внутреннего плана действий. Он начинается с внешнего, практического действия с материальными объектами, тогда реальный объект заменяется его изображением, схемой, затем следует этап начального действия в терминах «громкой речи», тогда становится достаточно произнести это действие «о себе», и, наконец, на заключительном этапе действие полностью

интернализуется и, качественно трансформированное (коагулированное, совершенное мгновенно и т. д.), становится ментальным актом, т. е. действием« в уме ».

Такая последовательность в их развитии проходит через все умственные действия. Младшие школьники в этом возрасте только начинают осваивать размышления, то есть способность анализировать и оценивать свои собственные действия, способность анализировать содержание и процесс своей мыслительной деятельности. Способность к размышлению формируется и развивается у детей при выполнении контрольных и оценочных действий. Восприятие ребенком содержания и смысла его решений становится возможным, когда он может самостоятельно рассказать о своих действиях, подробно объяснить, что он делает и для чего. Рассматриваемые выше новообразования (анализ, внутренний план действий, рефлексия) определяются у младших школьников в процессе учебной деятельности.

Во время младшего школьного возраста дети развивают новый тип отношений с окружающими людьми. Безусловная власть взрослого постепенно теряется, сверстники начинают приобретать большее значение для ребенка, роль детского сообщества растет.

Достижение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение подружиться - одна из важных проблем развития на этом этапе.

Результаты специальных исследований доказывают, что отношение к друзьям и понимание дружбы имеют определенную динамику в раннем школьном детстве. От 8 до 11 лет дети рассматривают друзей тех, кто отвечает на их просьбы и помогает им, разделяет их заинтересованность. Для возникновения дружбы и взаимной симпатии важны такие личные качества, как внимательность и доброта, независимость, честность, уверенность в себе. Для младших школьников критерии оценки одноклассников отражают особенности понимания другим человеком и восприятия, что связано с общими закономерностями роста когнитивной сферы в этом возрасте: ситуационная, эмоциональность, зависимость от конкретных фактов, трудности в установлении причины - отношения и т. д. Специфика социального восприятия младших школьников также влияет на особенности их первого

впечатления от другого человека. Он характеризуется ситуацией, стереотипностью, ориентацией на внешние признаки[6].

Младший школьный возраст, наиболее ответственный этап школьного детства. Большая чувствительность этого возрастного периода обуславливает большой потенциал универсального развития ребенка. В то же время формирование тела ребенка происходит быстрыми темпами.

Длина тела (высота), масса тела (вес) постепенно увеличиваются (таблица 1) [12]. В среднем длина тела увеличивается на 4-5 см в год, вес – на 2-3 кг, окружность грудной клетки - на 2-3 см. Минимальный рост тела наблюдается в возрасте от 7 до 8 лет у девочек и от 8 до 9 лет для мальчиков.

Мальчики и девочки растут почти одинаково. Тем не менее, рост у мальчиков увеличивается в основном из-за длины ног, у девочек в значительной степени из-за длины ствола.

Таблица 1

Показатели физического развития младших школьников

Возраст, лет	Масса тела, кг		Рост, см	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки
6	19,7—24,1	19,0—23,5	111—121	111—120
7	21,6—27,9	21,5—27,5	118—129	118—129
8	24,1—31,1	24,2—30,8	125—135	124—134
9	26,1—34,9	26,6—35,6	128—141	128—140
10	30,0—38,4	30,2—38,7	135—147	134—147

Возрастные особенности двигательной активности во многом определяются функциональными возможностями автономных систем организма, которые характеризуются следующими признаками:

- относительно большая поверхность легких, чем у взрослых;
- большое количество крови, текущей через легкие в единицу времени;
- большее значение минутного объема дыхания;
- большой минутный объем крови как в покое, так и во время мышечной деятельности;
- высокая эластичность кровеносных сосудов.

С возрастом частота сердечных сокращений (сердечный ритм) постепенно замедляется: через 7-8 лет она составляет в среднем 80-92 удара в минуту, в 9-10 лет - 76-96 ударов в минуту. При физической активности частота сердечных сокращений у детей 6-10 лет возрастает больше, чем у взрослых. Когда интенсивность нагрузки составляет 70% от максимальной частоты сердечных сокращений, у мальчиков 7-8 лет увеличивается до 162,2 ударов в минуту, у девочек - до 170,9 ударов в минуту. У 9-10-летних детей с одинаковой нагрузкой частота сердечных сокращений достигает: у мальчиков - 164,4 удара в минуту, у девочек - 177,5 удара / мин. Возрастные резервные возможности кровеносных сосудов и сердца в этом возрасте проявляются в , частоте сердечных сокращений после нагрузки (50-70% от максимума) которая восстанавливается через 1-3 мин.

В период от 6 до 10 лет изменяется активность дыхательной системы: способность легких значительно возрастает (от 1100 до 2200 мл), скорость дыхания снижается (до 18-24 вдохов в минуту), а дыхание становится глубже: 150-160 мл через 7 лет и 250 260 мл через 10 лет.

Моторное устройство детей 6-10 лет адаптируется в основном к динамическим нагрузкам. Статические нагрузки, даже небольшие, такие как сохранение положения сидя, хуже. Аэробное энергообеспечение двигательной мышечной активности у нетренированных детей в возрасте 6-10 лет обеспечивает кратковременную работу. Большие мускульные усилия для детей этого возраста в практике физического воспитания используются редко и должны быть строго дозированы.

При развитии двигательной функции детей также необходимо учитывать сложность координации применяемых упражнений, их влияние на вегетативные органы и затраты на энергию при выполнении. Эффективность у детей этого возраста гораздо меньше, чем у взрослых. Дети быстро устают, но быстро восстанавливаются.

В младшем школьном возрасте происходят изменения в основных видах моторики. При беге и прыжках из-за фазы полета и увеличения гибкости суставов длина шага увеличивается, скорость бега становится в 4 раза выше скорости ходьбы,

увеличивается высота и длина прыжка. В этом возрасте наблюдается наибольший рост точности прыжка. В рулонах и метаниях с 7-8 лет точность попадания в цель улучшается, а отклонения от данного направления уменьшаются. У мальчиков и девочек с возрастом значительно улучшаются показатели, характеризующие способность оценивать движения в пространстве и во времени. Наиболее трудным для маленьких детей является дифференциация степени мышечного усилия.

Интегральная оценка пространственно-временных характеристик возможна для детей от 8 до 9 лет.

Многочисленные исследования указывают на наличие чувствительных периодов в развитии двигательных функций, целенаправленное воздействие которых положительно влияет на двигательные способности и физическое развитие ребенка. Неспособность использовать эти периоды для достижения оптимальных результатов приведет к тому, что не все возможности организма будут реализованы или их реализация займет больше времени.

В младшем школьном возрасте двигательные качества развиваются не одновременно и не равномерно. В основу определения периодизации развития физических качеств (табл. 2) были положены годовые прибавки среднегрупповых показателей подготовленности, определенных в тестовых испытаниях [19]. Существование так называемых критических, или сенситивных, периодов позволяет на определенном возрастном этапе достичь положительных сдвигов или наибольших приростов.

Таблица 2

Физические качества, подлежащие акцентированному воспитанию на уроках физической культуры у младших школьников

Пол	Класс, возраст (лет)	Физические качества						
		Сила	Быстрога	Выносливость			Общая	Гибкость
Скоростно-силовые качества	Статистическая			Динамическая				

М	1 (7-8)		+				+		
	2 (8-9)		+				+		
	3 (9-10)								+
	4 (10-11)						+	+	
Д	1 (7-8)		+		+				+
	2 (8-9)		+		+				+
	3 (9-10)		+	+	+	+	+		+
	4 (10-11)	+	+	+	+	+	+		+

Так, для мальчиков 1-2-х классов более эффективны уроки физической культуры, в содержании которых есть упражнения, развивающие быстроту.

Выносливость у девочек, хорошо развивается со 2-го класса. Девочкам младшего школьного возраста наиболее эффективны упражнения, развивающие равновесие, динамическую, статическую и общую выносливость. Школьники 7-8 лет имеют относительно низкие абсолютные и относительные показатели мышечной силы - сила и особенно статические упражнения вызывают у них усталость. Нагрузки с характеристиками скорости хорошо переносятся детьми, хотя они еще не достигают максимальной скорости (частоты повторения) в простейших движениях. С краткосрочными скоростными нагрузками производительность младших школьников остается высокой, а функциональное состояние сердечнососудистой и дыхательной систем быстро восстанавливается. Таким образом, тренировка скорости движения, основанная на морфологическом и функциональном укреплении организма, может стать мощным стимулом для повышения общего уровня физического развития ребенка, улучшения его функциональных возможностей.

Дети в возрасте 7-8 лет уже в состоянии учиться долгое время, устойчиво поддерживать функциональную активность. Младший школьный возраст чувствителен к формированию способности к долгосрочной целенаправленной деятельности, как умственной, так и физической.

Физиологические механизмы, обеспечивающие быстрое развитие выносливости, в основном связаны с расширением возможностей резервного копирования большинства функций.

В это время завершается определенная стадия формирования такого качества, как ловкость, которая основана на тонкой координации движений из-за сбалансированного контроля антагонистических мышц.

В последнее время появились данные об эффективном развитии физических качеств младших школьников с учетом сезонности особенностей.

Таким образом, прохождение учебного материала, способствующего развитию скорости и ловкости, должно быть запланировано на осень и весну, средства, направленные на развитие скоростных качеств, силы и гибкости, должны быть лучше применены в осенне-зимний период.

Таким образом, младший школьный возраст можно рассматривать как чувствительный период развития, особенно подверженный целенаправленным педагогическим влияниям. Что будет упущено в этом возрасте, его будет сложно восполнить в следующем.

1.3. Сущность сюжетно-ролевых игр

Привыкая к выполнению стандартных заданий, направленных на закрепление базовых навыков, которые имеют единственное решение и, как правило, единственный заранее predetermined путь его достижения на основе некоторого алгоритма, дети практически не имеют возможности действовать самостоятельно, эффективно использовать и развивать собственный интеллектуальный потенциал. С другой стороны, решение одних лишь типовых задач обедняет личность ребенка, поскольку в этом случае высокая самооценка учащихся и оценка их способностей преподавателями зависит, главным образом, от прилежания и старательности и не учитывает проявления ряда индивидуальных интеллектуальных качеств, таких, как выдумка, сообразительность, способность к творческому поиску, логическому анализу и синтезу.

Основная функция нетрадиционного урока в системе гуманистического образования заключается в создании необходимого дидактического фона для проявления и удовлетворения личностных потребностей учащихся и педагогов.

Нетрадиционные формы урока помогают в формировании базовых понятий курсов физической культуры, адаптировать материал к возрастным особенностям

учащихся, применять полученные ими знания в жизни, развивают интеллект, эрудицию, расширяют кругозор. Сегодня школа должна формировать людей с новым типом мышления, инициативных, творческих личностей, смелых в принятии решений, компетентных. Следовательно, необходимы изменения, в том числе и в методике школьного исторического образования. Жизнь сама подсказывает новые формы проведения уроков, нужно только их увидеть и осмыслить. Любой учитель применяет хотя бы изредка в своей деятельности нетрадиционные формы обучения школьников. Они представлены и как фрагменты в ткани урока, и как урок, полностью посвященный реализации одного из методов. Это связано со становлением нового стиля педагогического мышления учителя, ориентирующегося на эффективное решение образовательно-воспитательных задач в условиях скромного количества предметных часов, на усиление самостоятельной творческо-поисковой деятельности школьников.

Применение нетрадиционных форм уроков, в частности сюжетно-ролевого урока – это мощный стимул в обучении, это разнообразная и сильная мотивация. Посредством таких уроков гораздо активнее и быстрее происходит возбуждение познавательного интереса, отчасти потому, что человеку по своей природе нравится играть, другой причиной является то, что мотивов в игре гораздо больше, чем у обычной учебной деятельности.

На нетрадиционных уроках активизируются психические процессы учащихся: внимание, запоминание, интерес, восприятие, мышление.

Виды нетрадиционных уроков:

1. Уроки с использованием нестандартного оборудования;

В последние годы всё большее число школ оснащают спортивные залы нестандартным оборудованием.

В первую очередь каждый нестандартный снаряд должен отвечать требованиям комплексного развития физических качеств, фронтальной и поточной организации учебной деятельности учащихся, многопрофильного использования, быстрого приготовления и уборки, доступности и безопасности выполнения упражнений.

Этим требованиям отвечают следующие снаряды и приспособления:

1. Тросы
2. Подвесной кронштейн
3. Подвижные вертикальные канаты и шесты для лазания. Опыт показывает, что всем запросам учебной программы вполне удовлетворяют 10 канатов и 2-3 шеста
4. Наклонные канаты с креплением в 3х-4х точках (у пола, на стене, на потолке и у пола).
5. Откидные наклонные гимнастические стенки.
6. Пристенное гимнастическое бревно. Одним концом крепится у стены, другой конец на специальной подставке.
7. Откидные барьеры
8. Верёвочная лестница. Крепится к балкам перекрытия зала. Для проведения командных эстафет необходимо иметь 2 лестницы.
9. Подвижной «рукоход». Снаряд крепится на балке перекрытия зала и с помощью блочного приспособления и электромотора устанавливается на нужную высоту. В низком положении он может использоваться как качающийся мостик для переправы.

Эффект в развитии физических качеств с помощью нестандартного оборудования будет выше, если дополнительно оборудовать и школьную площадку.
[7, с 5]

2. Танцы и танцевальные упражнения;

Как нетрадиционная форма обучения на уроках физкультуры могут использоваться простейшие танцы и танцевальные упражнения. Они применяются как обще развивающие упражнения для вводной и заключительной частей урока. Обычно это очень простые, ритмичные упражнения, эмоционально выполняемые под музыку. Ученики танцуют с большой охотой. С помощью таких упражнений учитель успешно решает намеченные задачи: подготовить организм занимающихся к предстоящей нагрузке, повысить их эмоциональное состояние.

3. Народные игры;

У каждого народа есть свои, национальные игры, которые в процессе развития общества претерпели изменения, обогатились новым содержанием, потеряли свою изначальную специфичность. Поэтому во многих современных играх присутствуют элементы народной игры. [12, с 3]

Игра - важнейшая сфера жизнедеятельности ребёнка. Одно из основных преимуществ игровой деятельности состоит в том, что в игру ребёнок всегда вступает добровольно. Заставить играть нельзя. А вот для педагога самое главное дать детям возможность раскрыть себя, реализовать свои силы, проявить самостоятельность в действиях и поступках, познать преимущества совместной деятельности. В игре развиваются ловкость, сила, выносливость, скоростные, качества, происходит оздоровление ребёнка.[5, с 9]

Участвуя в этих играх (особенно командных), дети более тесно общаются, лучше узнают друг друга. Выработывая свои правила игры, подчиняясь им, они становятся дисциплинированными, переживают радость от достигнутого результата в коллективе, отмечают наиболее отличившихся, порицают трусость, вместе переживают неудачу товарища.

С помощью народных игр дети привлекаются и к общественно-полезному труду. Ведь и места для проведения игр, и необходимый инвентарь школьники готовят сами.[6, с 2]

4. Урок-праздник;

Уроки-праздники проводятся в качестве нетрадиционных форм работы, в основном, в начальной школе.

В уроках-праздниках принимают участие все классы параллели.

5. Спортивные развлечения и прогулки;

В практике физического воспитания детей в качестве нетрадиционных форм обучения используются спортивные развлечения и прогулки. К спортивным развлечениям относятся катание на санках, коньках, велосипедах, плавание, элементы бадминтона, настольного тенниса и др.

Основное назначение прогулок - пребывание на открытом воздухе, заполненное подвижными играми и физическими упражнениями. [3, с 6]

6. Технические средства обучения на уроках физической культуры;

Учитель физической культуры должен быть вооружён средствами и методами технических средств обучения (ТСО), способствующими формированию у занимающихся навыков самостоятельных занятий, стимулирующими осознанное отношение к обучению. Среди многообразия ТСО больше распространение получили диапроекторы, кинопроекторы, графопроекторы, видеомагнитофоны в комплексе с визуальными пособиями. Их используют в целях повышения наглядности изучаемого движения, а там же для показа практической значимости физических упражнений. [16, с 4]

Данная проблема остается актуальной на протяжении многих лет. Накоплен опыт, написано множество статей и книг как Российских, так и зарубежных педагогов. Это очень помогает учителю и мастеру производственного обучения в осознании цели и задачи, в более рациональном и четком планировании поурочных планов и внеклассной работе, поиске новых методов и приемов для организации учебного процесса.

Глава 2. Методы и организации исследований

2.1. Методы исследований

Для решения намеченных задач применялись следующие методы исследования:

1. Анализ научно - методической литературы

Анализ научно - методической литературы был проведен в целях изучения мнения специалистов по проблеме использования сюжетно - ролевых игр на уроках физкультуры, а также определялась роль и значение сюжетно-ролевых игр в развитии физических качеств младших школьников. Использовалась литература разных авторов, в которых имеются высказывания по данной теме. В результате анализа были сформулированы гипотеза, цель и задачи нашего исследования, после чего выбраны адекватные методы.

Педагогическое тестирование

Педагогическое тестирование проводилось для того, чтобы определить в контрольной и экспериментальной группах исходный и конечный уровни развития физических качеств. Тестирование двигательных возможностей учащихся имеет существенное значение для учителя. На основе результатов тестирования можно оценивать не только физическую подготовку школьников, но и выявлять преимущество и недостатки применяемых средств, методов обучения форм организации занятий.

Для оценки уровня физической подготовки обучающихся 1-2 классов проводились тесты, которые рекомендованы в «Комплексной программе физического воспитания учащихся 1 – 11 классов общеобразовательных школ» (1987) которые просты в проведении и широко представлены в теории и практике физического воспитания детей.

1. Челночный бег (3×10м) с переноской кубиков для оценки координационных способностей.

Оборудование: секундомер, ровная дорожка 10 метров, ограниченная двумя параллельными чертами, 2 кубика.

Процедура тестирования: Проводится в зале, на стадионе. По команде «На старт!» испытуемый становится в положение высокого старта у стартовой черты, где лежат 2 кубика. По команде «Марш!» испытуемый берёт один кубик и бежит 10 метров с предельно высокой скоростью до противоположной линии, где оставляет один кубик, возвращается назад, берёт второй кубик, лежащий на линии старта, бежит в третий раз 10 метров и финиширует, положив кубик на линию финиша. Бросать кубик не разрешается.

В челночном беге испытуемый имеет две попытки. В протокол заносится лучший результат, измеряемый в секундах, с точностью до десятых.

2. Метание теннисного мяча в вертикальную цель для оценки координационных способностей, целевой точности.

Оборудование: 4 теннисных мяча, вертикальная мишень из обруча, подвешенного на высоте 2,5 метра от уровня пола.

Процедура тестирования: Испытуемый встаёт от мишени на расстоянии 6 метров. По команде «Можно!» последовательно выполняет 4 зачётных попыток (метаний) теннисного мяча способом “из-за головы” в вертикальную мишень. Результат засчитывается по количеству попаданий в цель.

3. Мяч – ноги – стена для оценки координационных способностей, способности к согласованию.

Оборудование: Волейбольный (резиновый) мяч, мишень – цветной картон на гладкой стене на высоте 120 сантиметров от пола.

Процедура тестирования: Испытуемый становится в стойку ноги врозь спиной к мишени (стене) на расстоянии 300 сантиметров, держа мяч двумя руками. Наклоняется и бросает мяч между ног в цветной картон, затем быстро поворачивается к стене, пытается поймать отскочивший от стены мяч двумя руками или хотя бы дотронуться до него. Испытуемому даётся 3 попытки. Результат определяется по сумме очков:

0 очков – мяч не попадает в стену.

1 очко – мяч попадает в стену, но учащийся не поймал и не коснулся мяча.

2 очка – мяч попал в стену, учащийся коснулся мяча.

3 очка – мяч попал в стену, учащийся после поворота, поймал мяч после одного контакта с полом.

4 очка – мяч пойман сразу, но учащийся сменил место.

5 очков – учащийся поймал мяч, не сходя с места.

4. Прыжок в длину с места для определения уровня развития скоростно-силовых качеств.

Оборудование: проводится на нескользящей поверхности (на мат), куда прикрепляется сантиметровая лента.

Процедура тестирования: Испытуемый становится носками к стартовой линии, от которой начинается измерение, ступни параллельны. Прыжок производится толчком двух ног и со взмахом рук. Приземление происходит на обе ноги.

Даётся 3 попытки, длина измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближайшего к линии касания поверхности ногами испытуемого. Засчитывается лучший результат.

Первичное тестирование проводилось в контрольной и экспериментальной группах в начале октября [таблица 1, 2]. В течении месяца в обеих группах проводились уроки физической культуры, согласно календарно-тематического планирования учителем, но в экспериментальной группе больше уделялось внимание на включение сюжетно-ролевых игр.

Контрольное тестирование проводилось в конце апреля. В результате проведённого эксперимента получены следующие результаты [таблица 3, 4]. Были вычислены и рассмотрены средние показатели результатов по каждому тесту, с поправкой на ошибку.

Педагогический эксперимент.

Педагогическое исследование было проведено для проверки выдвинутой рабочей гипотезы.

Проводимое нами педагогическое исследование было по цели - преобразующим, по степени изменения условий - модельным, по степени осведомленности испытуемых - открытым, по направленности - сравнительным, по логической схеме доказательства - параллельным, по способу проведения - прямым.

По истечении 7 месяцев было проведено повторное тестирование по тем же контрольным упражнениям для выявления динамики количественных показателей развития физических качеств детей обеих групп.

Методы математической статистики.

Для обработки полученных экспериментальных данных были использованы общепринятые методы математической статистики, с помощью которых рассчитывали следующие показатели:

1. Среднюю арифметическую величину - \bar{x} .
2. Достоверность различий по t- критерию Стьюдента.

2.2. Организация исследований

Исследование проходило на базе МБОУ "Северо-Енисейская средняя школа №2" гп. Северо-Енисейский. В исследовании принимали участие 24 младших школьника (ученики 1 и 2-х классов).

Экспериментальную группу составили ученики, в учебный план у которых были включены сюжетно-ролевые игры, в каждой из частей урока (подготовительная, основная, заключительная).

В качестве испытуемых контрольной группы выступили дети, которые проходили обучение по стандартной программе.

Педагогическое исследование проводили в течение учебного года. В экспериментальной группе игры дозировали с учетом возрастных особенностей, с применением специальных тестовых упражнений, учитывая морфофункциональные особенности обучающихся 1-2 классов.

Особенности работы в экспериментальной группе:

- распределялись сюжетно-ролевые игры;

- проводилась специальная работа, направленная на совершенствование физических качеств с помощью сюжетно-ролевых игр;

- планировался рост результатов на основе прогнозирования;

- учитывались антропометрические особенности при оценке физических способностей детей;

- проводились эстафеты различного уровня, где проверялись подготовка и оценивались результаты.

Первый этап (сентябрь-октябрь) - на данном этапе исследования была проанализирована научно-методическая литература, поставлены цель и задачи исследования, получена информация о каждом занимающемся, проведена оценка результатов первичного тестирования.

Второй этап (ноябрь - январь) - Разработка методики сюжетно-ролевых игр и ее включение в учебно-воспитательный процесс.

Третий этап (февраль - апрель) проведена оценка результатов тестирования групп в конце педагогического исследования. Результаты педагогического исследования были систематизированы, описаны и обобщены, подвергнуты количественному и качественному анализу, формулировались выводы, оформлялась выпускная квалификационная работа.

Уроки физкультуры проходили три раза в неделю.

При этом все игры, направленные на повышение уровня силовой подготовленности, были разделены на четыре группы:

1. сюжетно-ролевые игры для развития скоростно-силовых способностей;
2. сюжетно-ролевые игры для повышения силовых качеств;
3. сюжетно-ролевые игры для развития ловкости и координации.

В март-апрель (переходный период) было проведено итоговое тестирование.

В апреле проведена вторая часть контрольного тестирования.

Замеры производились на каждом из вышеописанных этапов.

- начальный показатель (сентябрь)

Анализ литературы. Тестирование физических способностей.

- промежуточный срез (сентябрь- февраль)

Разработка методики игрового метода и внедрение в учебно-воспитательный процесс.

- итоговый срез (март - апрель)

Анализ эффективности работы экспериментальной методики. Итоговое тестирование.

Для экспериментальной группы был разработан годичный цикл сюжетно-ролевые игр.

Глава 3. Обоснование применения сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся 1-2 классов и оценка их эффективности

3.1. Обоснование применения сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся 1-2 классов

Разработанные сюжетные игры применяем на уроках в 1-2 классах в вводной и частично в основных частях. Иногда весь урок состоит из сюжетных игр. Урок по сценарию начинается всегда с живого и красочного словесного введения детей в образ, в предстоящее на уроке событие и только за тем, по ходу урока, через эмоциональную сферу, вводятся средства физического воспитания.

Например, при подготовке «К туристическому походу» можно провести разминку в самом же «походе» так же возможны и полосы препятствий, и использование лазанья, прыжков, бега. Но все эти действия должны быть увязаны смысловой сюжетной линией. В ряде сценариев, например, «Пожарные» используем соревновательный метод, чья «пожарная команда» быстрее выполнит задания, которых может быть множество. В данной работе остановимся на тех сюжетных играх, которые чаще всего используются на уроках физкультуры в начальной школе и на уроках, которые состоят полностью из сюжетной игры.

Сюжеты заимствованы из методической литературы и доработаны.

Например, игра «Теремок» (придумано на сюжет известной детской сказки и похожа на игру «Волк во рву»). Игра нацелена на развитие прыгучести, смелости. Класс делится на две команды. В первую входят жители теремка, во вторую - зверята. Живущие в теремке, взявшись за руки, образуют круг, зверята свободно располагаются за кругом.

Учитель и дети, стоящие в кругу, читая стихотворение «Строим, строим теремок, он ни низок ни высок, заходите к нам зверята кто промок и, кто продрог» движутся влево (вправо), опуская и поднимая сомкнутые руки. Услышав эти слова,

зверята забегают в теремок и, прыгая на одной или на обеих ногах, приговаривают: «В теремке лесной народ пляшет, песенки поет!».

Дети, стоящие в кругу, прихлопывают ладони и вместе со зверятами читают стихотворение дальше: «Прыг-скок, прыг-скок, завалился теремок!». С последними словами они соединяют руки, приседают, а учитель считает: «Раз, два, три». За это время все зверята должны выпрыгнуть из теремка, те кто не успел - выбывают из игры. Через две-три игры, учащиеся меняются местами.

Следующая игра «Птичья стайка». Игра направлена на развитие силы, быстроту реакции.

Взявшись за руки, школьники стоят по кругу возле гимнастической стенки, канатов, рукоходов (можно игру проводить на площадке возле гимнастического городка). Учитель – за кругом, указывая на ребят назначает, кто какой птичкой будет. По сигналу дети вместе с учителем, в припрыжку продвигаются по кругу читая стихотворение (автор И. Токмакова).

«Пой-ка подпевай-ка
Десять птичек стайка.
Эта птичка – соловей,
Эта птичка – воробей,
Эта птичка – совушка,
Сонная головушка,
Эта птичка – свиристель,
Эта птичка – скоростель,
Эта птичка – скворушка
Серенькое перышко.
Это – зяблик,
Это – стриж,
Это – развеселый чиж.
Ну, а это – злой орлан
Птички, птички по домам!»

После этих слов учащиеся бегут и взбираются на гимнастическую стенку, повисают на рукоходах, канатах и гимнастических снарядах. Орлан выводит из игры тех, кто коснулся ногами земли. Выигрывают те участники, которые дольше продержались в висячем положении.

Сюжетная игра «Лесное царство». Дети изображают разных зверей, птиц, насекомых. Это позволяет значительно разнообразить сюжетно-ролевые игры. Имитация движений зверей, птиц, насекомых развивает у детей такие качества, как силу, гибкость, ловкость.

В игре «Лесное царство» первым на поляне встречается медведь. Учитель показывает ребятам рисунок медведя и говорит: « Он сильный и, чтобы стать еще сильнее обязательно тренирует свои лапы». Все дети принимают упор - лежа на полу и начинают сгибание и разгибание рук в упоре, девочки при этом могут опираться коленями об пол. По команде учителя все дети встают и со словами « Миша, Миша косолапый, выпрямляй-ка свои лапы» имитируют движение медведя, продвигаясь вперед на внешней или внутренней сторонах стоп.

Учитель: «А теперь мы повстречали зайца, у него ноги сильные. Прыгаем как зайцы». Ребята со словами «Заяц, заяц длинноухий, самый быстрый самый ловкий» прыгают на носках обеих ног.

Учитель: «А сейчас загадка. «Зеленая, красивая, листья ест, траву ест, но вредитель»».

Дети отвечают «Гусеница». Можно показать рисунок гусеницы, и дети начинают выполнять упражнение «Гусеница», ложатся на пол и ползут попластунски. Методические указания учителя: «Все гусеницы прижимаются к листочкам. Все упражнения выполняем добросовестно».

Учитель: «В траве мы видим паучка».

Дети произносят: «Паучок, паучок, ты коричневый бочок, лапками двигаешь, ползешь, но не прыгаешь». Затем выполняют упражнение «Паучок» (переползание на руках и ногах, упор руками сзади).

Для совершенствования прыжка с места придумана игра «Ох, ух, эх».

Команды выстраиваются в шеренги. Первые в шеренгах выполняют прыжок на двух ногах в длину. Место приземления отмечается. Затем прыжок выполняют следующие в шеренгах игроки. Если учащийся не допрыгивает до отметки первого, то он говорит: «Ох», если допрыгивает – «Ух», если перепрыгивает – «Эх». Когда все закончат прыжки, подсчитывают, сколько в команде «Охов», «Ухов», «Эхов». Затем игра начинается с другого конца шеренги. В игре ребята выполняют прыжок в длину с места с интересом, более эмоционально и стараются показать наилучший результат.

В процессе занятий развиваем представление детей о здоровом образе жизни, о гигиенических правилах и разнообразных физических упражнениях. Для этого также применяется сюжетно-ролевую игру «Наша зарядка» и сюжетно-ролевая игра «Поход на чудо-поляну». Применяется во всех начальных классах.

Игра «Наша зарядка». Применяется во всех начальных классах.

Задачи:

1. закрепить изученный ранее комплекс утренней гимнастики;
2. повторить речитативы;
3. совершенствовать умения и навыки игры с мячом;
4. отрабатывать навыки личной гигиены в условиях урока физической культуры.

Оборудование и инвентарь: малые мячи, количество которых соответствует числу учеников.

Место проведения: физкультурный зал или спортивная площадка.

Класс строится в одну шеренгу.

Учитель: «Чтобы выполнить зарядку — встанем в круг все по порядку. (Дети образуют круг.) Раз-два — все вдыхаем, три-четыре — выдыхаем». Дети: «Мы привыкли все к порядку, дружно делаем зарядку, потому что каждый знает: нам зарядка помогает!».

Комплекс утренней гимнастики:

1. «Упражнение начиная, все на месте зашагаем. Руки вверх поднимем выше, их опустим, глубже дышим. Взгляд, ребята, тоже выше, может, Карлсон есть на крыше».

2. «Упражнение второе: руки ставь за голову. Словно бабочки летаем, крылья сводим — расправляем. Раз-два-раз-раз, дружно делает весь класс».

3. «Упражнение номер три: вверх немножечко смотри. Руки вверх поочередно, и легко нам, и удобно. Раз-два-три-четыре, плечи разверни пошире».

4. «Руки к бедрам, ноги врозь — так давно уж повелось! Физкультура каждый день прогоняет сон и лень. Три наклона делай вниз, на «четыре» — поднимись!»

5. «Гибкость всем нужна на свете, наклоняться любят дети. Раз — направо, два — налево, пусть окрепнет наше тело!»

6. «Очень все мы любим упражненье: руки к плечам, круговые движенья. Раз — вперед, два — назад, физкультуре каждый рад».

7. «В заключенье, в добрый час, мы попрыгаем сейчас. Раз-два-три-четыре, нет детей сильнее в мире!»

В конце зарядки ходьба на месте с выполнением дыхательных упражнений.

Двигаясь по залу (площадке), каждый из учеников берет малый мяч. Учитель: «Хочешь успевать на «5», приходи к нам поиграть. Другу мяч точнее бросай, сам лови, да не теряй!».

Дети в парах играют с мячом. Звучат слова учителя: «Раз-два-три, мяч поймай и покажи!». Ребята поочередно останавливаются и показывают педагогу свои мячи. Затем строятся в колонну и, обходя зал (площадку), произносят речитатив:

«Мы идем, идем, идем и мячи свои несем». Подходя к исходному рубежу, складывают мячи. Учитель: «Поразмялись, поиграли, а теперь пора нам в класс, чтобы все нас уважали и всегда любили нас».

Задание на дом: выполнить закрепленный на уроке комплекс упражнений утренней гимнастики, повторить выученные речитативы.

Сюжетно-ролевой урок «Поход на чудо-поляну».

Задачи урока:

- закрепить навыки построения, перестроения, преодоления препятствий и переноски груза.

- способствовать формированию правильной осанки, развитию двигательных навыков и физических качеств.

- закрепить представление о личной гигиене, о бережном отношении к природе. Прививать трудовые навыки и любовь к родному краю.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование, инвентарь: гимнастические скамейки и маты, канат, гимнастическое бревно, обручи, полотенца и ленточки по количеству учащихся.

Наглядные пособия: карта, где изображен путь к чудо - поляне, рисунок умывальника «Мойдодыр».

Вводная часть (12 минут).

1. Построение в шеренгу (на шее у каждого полотенце). Приветствие.

Учитель: «Ребята, сегодня мы отправимся в лес на поиски чудо - поляны. Путь предстоит трудный, опасный, но интересный. Нас ждут работы, игры и приключения. В лесу будем преодолевать различные труднопроходимые препятствия, быстро бегать, высоко и далеко прыгать, убирать мусор, сеять и собирать семена и плоды растений. Хотите направиться на чудо-поляну?»

Сейчас раннее утро, и прежде всего мы с вами для укрепления здоровья и хорошего настроения должны сделать зарядку, умыться, почистить зубы и обтереться полотенцем. Для этого необходимо перестроиться в колонну по четыре. Как же нам быть!»

Ученики: «Нужно рассчитаться на один - четыре» (Рассчитываются по четыре и строятся в колонны.)

2. Комплекс упражнений с полотенцем (можно под музыкальное сопровождение).

После упражнений проводится опрос: Кто ежедневно делает зарядку, чистит зубы? Кто самый главный над зубными щетками, мочалками, мылом и полотенцем? (Мойдодыр)

По указанию учителя поворачиваются лицом к рисунку «Мойдодыра» и под звучание фрагмента из сказки К. Чуковского имитируют чистку зубов щеткой, умыванием и обтиранием полотенцем.

Ребята, прощаясь с «Мойдодыром», дают обещание хором: «Вот теперь всем классом дружно на поляну мы пойдем.

Ветви, сучья – все, что нужно, мы с поляны уберем».

Далее игра «У ребят порядок строгий», в процессе которой дети убирают полотенце и строятся в одну шеренгу.

Далее рассказ учителя по карте о дороге к чудо - поляне. Затем один подготовленный ученик преодолевает препятствия (вдоль линии волейбольной площадки размещены: гимнастическое бревно, канат, гимнастическая скамейка, разложенные круги рисунков пней и гимнастический мат в ширину).

Учитель: «Ребята, вы знаете, что в лесу баловаться и без надобности шуметь нельзя, иначе мы напугаем лесных обитателей. Для обозначения наших действий в лесу мы будем использовать красный, зеленый, желтый флажки в качестве светофора.

Проводиться игра «Светофор». Учитель читает стихотворение С. Михалкова. Недостающие слова дети подсказывают хором и выполняют соответствующие тексту движения.

«Если свет зажжется красный, значит - двигаться ... (опасно).

Свет зеленый горит: проходите, путь ... (открыт).

Желтый свет ... (предупреждение) жди сигнала для движения».

По сигналу зеленым флажком дети начинают ходьбу в колонне по одному и выполняют ОРУ в движении, преодолевая препятствие, идут в обход по залу (как по лесу).

Учитель: «Мы идем по узкой лесной тропинке. Она извивается, как змея, тем интереснее по ней пробежаться.» (Бег в колонне между кубиками, кеглями и гимнастическими снарядами).

Учитель: «Ах, какой чистый душистый воздух в лесу! Он исходит от трав и деревьев. Какие деревья растут в наших лесах?» (Ребята перечисляют названия деревьев)

Учитель: «Посмотрите! Перед нами речка, но до нее небольшой овраг с ручьем. Давайте спустимся к речке». (Передвижение приставными шагами боком на полусогнутых ногах – спуск по склону оврага)

Учитель: «Теперь необходимо пройти через ручей по бревнышку». (Ходьба по канату приставными шагами, стараются удерживать равновесие.)

Учитель: «Вот мы и дошли до речки. Будем переходить ее по мосту, но мост узкий и, наверное, качается. Надо быть осторожным». (Идут по гимнастическому бревну, вытянув руки в сторону, с бревна прыжок на гимнастический мат, ноги полусогнуты, руки прямые перед грудью, туловище держать прямо.)

Учитель: «А сейчас перед нами болото. Чтобы не увязнуть старайтесь прыгать с кочки на кочку». (Прыжки с ноги на ногу по разложенным на полу обручам.)

Учитель: «Теперь нам надо преодолеть лежащие в беспорядке поваленные деревья и пройти сквозь кустарники». (Перелезание через гимнастические скамейки, накрытые гимнастическим матом)

Прохождение полосы препятствий два раза. Поднимается красный флажок, обозначающий остановку.

Учитель: «Наконец-то мы дошли до поляны, но она нуждается в очистке от сломанных сучьев, повалившихся деревьев, опавших шишек. Как вы думаете, мусор следует вывезти или можно сжечь?» (Сжигать нельзя.) Правильно, тогда за работу!»

Основная часть (23 минуты).

Учащиеся согласно расчету по четыре делятся на команды, каждая бригада организованно выполняет задания. Уборка мусора с поляны (убирают спортивный инвентарь).

Учитель: «Молодцы, ребята! Посмотрите, вокруг стало чисто и красиво, но, чтобы поляна показала свои чудеса, надо ее измерить, вспахать и засеять».

Команды строятся в колонны по четыре; проводятся три эстафеты.

Учитель: «Прежде чем вспахать и засеять поляну, измерим ее площадь».

Первая эстафета «Землемеры». У каждой команды гимнастическая палка. Каждый измеряет палкой расстояние до фишки. Бригада быстрее и точнее других измерившая расстояние, объявляется победительницей. Палку при каждом промере класть на пол.

Вторая эстафета «Пахари и сеятели». Участвуют парами. Первые набрасывают скакалку на плечи, протягивая ее под руки, а вторые берут скакалки за ручки, как за рукоятку плуга. Таким образом, пахари за лошадками в парах оббегают фишку и передают следующей паре. Последняя пара в команде пробегает дистанцию, держась руками за гимнастическую палку спереди (это сеятели).

Во время подготовки к этой эстафете можно использовать рисунок из сказки «Мужик и медведь», чтобы дети имели представление об орудии труда – плуге.

Третья эстафета «Сбор цветов». Перед командами обручи, в них – искусственный цветок. Первые номера команд, подбегают к обручам собирать цветы и, возвратившись, передают их второму номеру, а тот обратно кладет в обручи цветочки и т.д.

После эстафет подсчитываются очки (занятое место можно оценивать количеством призовых орешков или шишками.) и выявляется лучшая команда.

После эстафет обратить внимание ребят на те чудеса, которые совершились на чудо - поляне, благодаря стараниям и трудолюбию детей и предложить поиграть с лесными жителями.

Игра «Охотники и лисы». Всем за пояс заправляют ленточки (хвостики). Выбираются водящие – охотники, отличительный знак которых – кепка с прикрепленным к ним пером: «Зимой, когда мороз трещит и с голоду не спится, по снегу в поисках еды бежит, спешит ...» (Дети хором произносят слово «лисица» и разбегаются, а охотники их преследуют, стараясь выдернуть хвостики. Участник, потерявший хвостик выбывает из игры. По наибольшему количеству собранных ленточек выявляется победитель.

Заключительная часть (5 минут).

Перестроение в шеренгу, обсуждение о проделанной работе. Итог урока: отметить внимательных и старательных, объявить оценки.

Домашнее задание: выполнять утреннюю гимнастику с полотенцем, бережно относиться к нашему лесному богатству.

Сюжетно-ролевые игры позволяют не только проявить свои способности и смекалку, но и изменить некоторые черты характера: отказаться от плохих черт, закрепить хорошие. Неоценимая роль игр в развитии коллективизма. Прежде чем провести сюжетный урок, предварительно на уроках отрабатывается отдельное упражнение, элементы, заранее разучиваются подвижные игры, которые будут включены в сюжетно – ролевой урок.

На уроках регулярно используем сюжетно – ролевые игры на темы сказок. Они повышают интерес учеников к занятиям, позволяют детям быстрее понять и освоить требуемые движения, способствуют развитию воображения, интуиции, творческого подхода в разрешении игровых ситуаций, содействуют гармоничному развитию личности ребенка. Дети с удовольствием участвуют в них, привыкают к соревновательной обстановке. В этих сюжетно – ролевых играх включены различные упражнения на развитие скоростно-силовых качеств, скорости реакции, скорости одиночных движений и другие проявления быстроты. Для развития ловкости включены упражнения на равновесие и точность движения, а также игры с использованием различных предметов.

Но как бы не были велики богатства и содержание сюжетных игр, не могут решить весь круг образовательных и воспитательных задач, стоящих на уроках физической культуры в начальных классах. Поэтому обязательным условием является их сочетание с учебным материалом других разделов комплексной программы, с другими видами игр и физических упражнений.

3.2. Оценка эффективности сюжетно-ролевых игр в физическом воспитании обучающихся 1-2 классов

Для изучения эффективности использования сюжетно-ролевых уроков физической культуры в контрольной группе проводились на основе учебного материала комплексной программы, а в экспериментальной группе больше включались сюжетные игры и имитационные упражнения, подобранные по их воздействию на определённые двигательные качества, на формирование

двигательных умений и навыков. Отбор сюжетных игр и имитационных упражнений, определения места и времени, отводимого на них, осуществлялись в зависимости от решаемых на уроке педагогических задач.

В результате проведённого исследования были получены результаты, которые представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

Полученные данные в исследовательских группах (октябрь)

Показатели	Контрольная				Экспериментальная			
	Бег 3×10 м, с	Метани е В цель, раз	Прыжок В длину, раз	Мяч – стена – Ноги, балл	Бег 3*10 м, с	Метани е В цель, раз	Прыжок В длину, раз	Мяч – стена – Ноги, балл
Среднее значение	9,6 ± 0,19	3 ± 0,28	139,6 ±5,6	4,7 ± 0,72	9,6 ± 0,19	3 ± 0,18	148,7 ± 7,4	5 ± 0,56
Стандартное отклонение	0,64	0,92	18,4	2,4	0,64	0,61	7,4	0,56

Таблица 2

Полученные данные в исследовательских группах (апрель)

Показатели	Контрольная				Экспериментальная			
	Бег 3×10 м, с	Метани е В цель, раз	Прыжок В длину, раз	Мяч – стена – Ноги, балл	Бег 3*10 м, с	Метани е В цель, раз	Прыжок В длину, раз	Мяч – стена – Ноги, балл
Среднее значение	9,7 ± 0,2	3,2 ± 0,36	140,8 ±5,5	4 ± 0,84	9,4 ± 0,17	3,6 ± 0,18	151,6 ± 6,03	8,1 ± 0,74

Стандартное отклонение	0,67	0,22	18,4	2,75	0,58	0,61	19,9	2,45

Тест бег 3×10 (метров) для оценки координационных способностей. Нами были получены следующие результаты (рис. 1). Оценивая первоначальное тестирование координационных способностей двух групп средний результат которых был одинаковый и составил $9,6 \pm 0,19$ секунд. В то время как при повторном тестировании средний результат экспериментальной группы уменьшился на 0,2 секунды, а контрольная группа несколько даже ухудшила первоначальный результат. Это говорит о том, что включение сюжетных игр на уроке является одним из основных средств тренировки, позволяющим развить такое качество как быстрота.

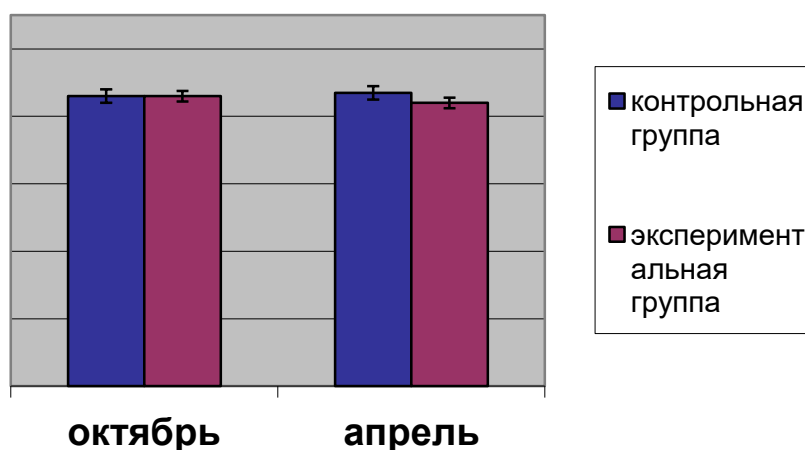


Рис.1. Показатели челночного бега 3×10 сек.

Тест метание мяча в вертикальную цель для оценки целевой точности (рисунок 2). В этом месте первоначальные результаты обеих групп были практически одинаковы, где средний результат равен трём попаданиям, а в конце эксперимента результаты улучшились. У контрольной группы на 0,2; у экспериментальной на 0,6.

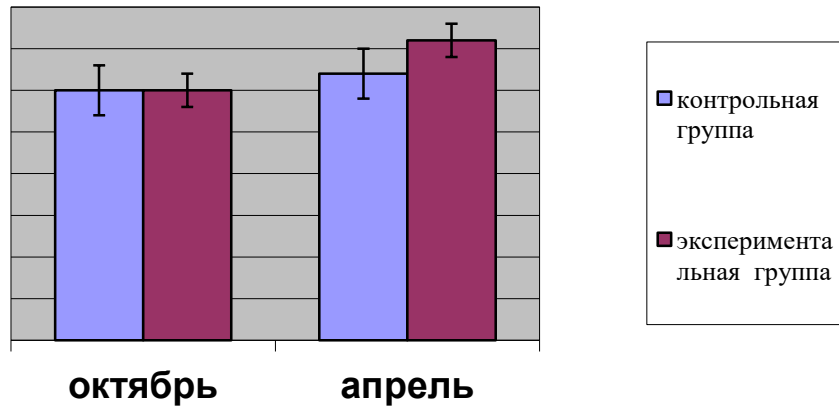


Рис.2. Показатели метания мяча в цель

Сравнивая результаты, полученные при выполнении прыжка в длину с места, оценивающего скоростно-силовые качества или взрывную силу (рисунок 3), можно отметить, что хотя результат экспериментальной группы первоначально превышает средний результат контрольной группы на 9,1 см., при повторном тестировании этот результат возрос до 10,8 см.

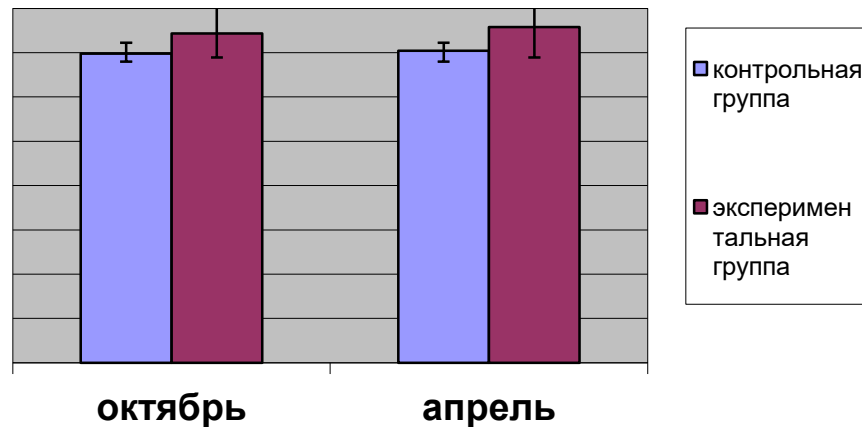


Рис.3. Показатели прыжка в длину с места

Тест мяч – ноги – стена. В тесте оценивают координационные способности к согласованию. При первом тестировании разница показателей результатов контрольной и экспериментальной групп незначительна. А при повторном учащиеся экспериментальной группы показали результат в среднем выше результата контрольной группы на 4,1 балла. Данный результат свидетельствует о важности более высокого развития этого качества через игровую деятельность.

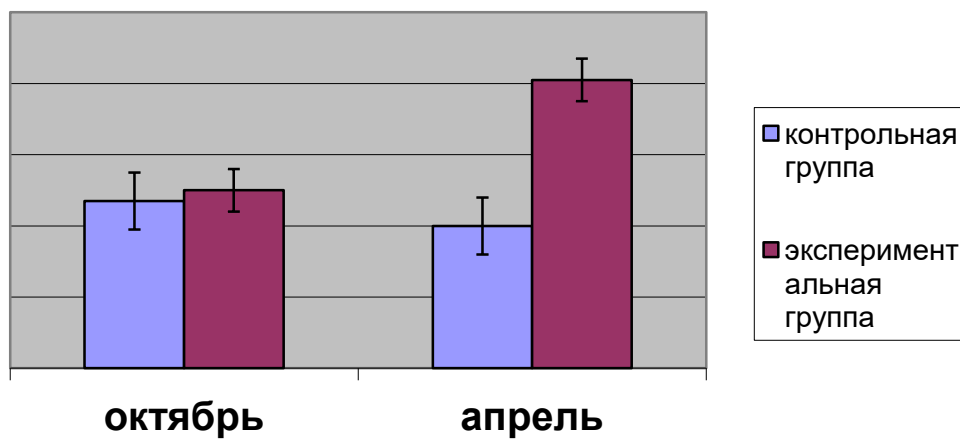


Рис.4. Показатели теста «мяч – ноги – стена»

Выводы

1. На основе научно-методических источников в данной работе раскрыт вопрос о роли и применении сюжетных игр на уроках физической культуры в 1-2 классах.

2. Предложенный в работе перечень уроков и игр, содержание которых соответствует анатомо-физиологическим и психологическим особенностям обучающихся 1-2 и классов и могут быть рекомендованы к практическому применению на занятиях.

3. Рассмотрены виды нетрадиционного обучения в частности сюжетно-ролевые игры и включены в физическое воспитание обучающихся 1-2 классов.

4. Использование сюжетных игр на уроках физической культуры, благодаря их соответствию реальным условиям жизни, общедоступности, позволит сделать процесс обучения более эмоциональным, сократить сроки овладения учебным материалом, тем самым повысить эффективность реализации требований комплексной программы физического воспитания учащихся.

5. Сюжетно-ролевые игры являются одним из средств повышения уровня общей физической подготовки младших школьников о чём свидетельствуют проведённые исследования: во всех тестах в экспериментальной группе произошли существенные сдвиги которые имели достоверный ($p < 0,05$) прирост в уровне физической подготовке, особенно в тесте мяч – ноги – стена.

Сводная таблица результатов контрольной группы (октябрь)

Пол	Бег 3×10 Сек.	Метание в цель (раз)	Прыжок (см)	Мяч – ноги – стена (баллы)
Ж	10,8	3	110	2
М	9,0	3	140	3
М	9,2	4	145	5
М	10,2	4	165	6
Ж	10,4	1	115	1
Ж	9,2	2	130	4
Ж	9,8	2	125	4
М	8,9	4	160	7
Ж	9,4	3	130	5
М	9,1	4	170	7
М	8,7	4	165	9
Ж	10,3	3	120	3
$\bar{x} \pm m_x$	9,6±0,19	3±0,18	139,6±5,6	4,7±0,72
Ст.откл.	0,64	0,92	18,4	2,4

Сводная таблица результатов экспериментальной группы (октябрь)

Пол	Бег 3×10 Сек.	Метание в цель (раз)	Прыжок (см)	Мяч – ноги – стена (баллы)
М	8,7	4	170	6
Ж	9,3	2	145	4
Ж	10,6	2	120	2
Ж	10,8	3	125	3
М	9,3	3	165	7
М	9,8	3	175	4
М	9,1	4	180	8
М	8,7	4	180	8
Ж	10,1	3	120	4
Ж	9,0	3	130	5
М	9,1	3	165	7
Ж	10,4	2	110	2
$\bar{x} \pm m_x$	9,6±0,19	3±0,18	148,7±7,4	5±0,56
Ст.откл.	0,64	0,61	24,5	1,84

Сводная таблица результатов контрольной группы (апрель)

Пол	Бег 3×10 Сек.	Метание в цель (раз)	Прыжок (см)	Мяч – ноги – стена (баллы)
Ж	10,9	3	110	3
М	9,0	3	145	4
М	9,3	4	140	4
М	10,2	4	170	4
Ж	10,7	0	115	1
Ж	10,0	3	130	2
Ж	9,9	2	120	3
М	8,8	4	165	6
Ж	9,6	4	130	2
М	9,3	4	170	7
М	8,7	5	170	10
Ж	10,1	3	125	2
$\bar{x} \pm m_x$	9,7±0,2	3,2±0,36	140,8±5,5	4±0,84
Ст.откл.	0,67	1,22	18,4	2,76

Сводная таблица результатов экспериментальной группы (апрель)

Пол	Бег 3×10 Сек.	Метание в цель (раз)	Прыжок (см)	Мяч – ноги – стена (баллы)
М	8,6	4	175	8
Ж	9,4	3	145	6
Ж	10,5	3	125	6
Ж	9,9	4	125	8
М	9,1	4	170	11
М	9,8	4	180	7
М	9,0	4	180	13
М	8,7	4	180	11
Ж	10,0	4	125	6
Ж	9,1	4	130	6
М	9,0	5	170	11
Ж	10,0	2	115	5
$\bar{x} \pm m_x$	9,4±0,17	3±0,18	151,6±6,03	8,1±0,74
Ст.откл.	0,58	0,61	19,9	2,45

Список используемой литературы

1. Абзалов Р.А. Теория физической культуры (курс лекций). [Текст] / Р.А. Абзалов. - Казань: изд-во «Матбугат йорты», 2015. – 206с.
2. Авраменко В.А. Урок физической культуры и формирование здорового образа жизни школьников [Текст] / В.А.Авраменко // Физическая культура и здоровый образ жизни: матер. Всесоюз. науч.-пр. конф. М., 2013. С. 3—7.
3. Айропетянц, Л.Р. Спортивные игры. [Текст]/ Л.Р. Айропетянц,М.А. Годик. - Ташкент, - 2015. – 46 с.
4. Ашмарин, Б. А. Теория и методика физического воспитания. [Текст]/ Б. А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 2014. – 288 с.
5. Барбашов С.В. Закономерности формирования личности как основа организации физкультурного образования школьников [Текст] / С.В.Барбашов // Науч. Тр.: Ежегодник. Омск, 2016. С. 21—30.
6. Былеев, Л.В. Подвижные игры. [Текст] / Л.В. Былеев, И.М. Коротков - М.: ФиС, 2014. – 81 с.
7. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: учеб. пос. [Текст] / Л.В. Былеева, И.М. Коротков. - М.: Физкультура и спорт, 2014. - 224 с.
8. Васильков Г. А., Васильков В.Г. От игры - к спорту. [Текст] / - М.: Физкультура и спорт, 2015. - 100с.
9. Верхошанский Ю.В. Актуальные проблемы современной теории и методики спортивной тренировки. [Текст]/ Ю.В.Верхошанский // Теория и практика физической культуры. - 2013. - № 8. - С. 21-28.
10. Войнар. Ю. Теория спорта - методология программирования. [Текст] / Ю. Войнар, С. Бойченко, В. Барташ - Минск: Харвест, 2013. - 312 с.
11. Гавердовский, Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика [Текст]/Ю.К. Гавердовский – М., Физкультура и спорт. – 2017. – С. 53, 461.
12. Гендин А. М. Состояние и факторы развития физической

культуры и здорового образа жизни школьников. [Текст] / А.М. Гендин. - Новосибирск - Красноярск : [б. и.] , 2013. - 216 с.

13. Гогун, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений [Текст] / Е.Н.Гогун, Б.И.Мартьянов.- М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 288 с.

14. Годик М.А. О методике тестирования физического состояния детей [Текст] / М.А.Годик // Теория и практика физической культуры. 2013.

№ 8. С. 32-34.

15. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. [Текст] / О.Е. Громова – М.: ТЦ сфера, 2013. – 128с.

16. Гуревич И. А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию [Текст] /И.А. Гуревич: Практ. - пособие. 2-е изд., стереотип. - Минск: Высшая школа, 2014. - 319 с.

17. Детские народные подвижные игры [Текст] / сост. А. В. Кенеман, Т. И. Осокина. - М. : Просвещение; Владос, 2015. - 224 с.

18. Детские народные подвижные игры [Текст] / Сост. А.В.Кенеман, Т.И. Осокина - 2-е изд., дораб. - М.: Просвещение; Владос, 2015. - 224с.

19. Емельянова, М.Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки. [Текст] / М.Н. Емельянова. - Иркутск: ЕГУ, 2017.-120с.

20. Ермолаева М.Г. Игры в образовательном процессе: Методическое пособие. [Текст] / М.Г. Ермолаева. - СПб.: СПб ГУПМ, 2013. - 64 с.

21. Железняк Ю.Д. Программа по физической культуре с повышенным объемом двигательной активности для учащихся 1-4 классов [Текст] / Ю.Д.Железняк, Л.Е.Савиных. - М.: ФИС, 2014. 44 с.

22. Жижин П.М. Какой быть физкультуре [Текст] / П.М.Жижин // Физкультура в школе. 2016. № 3. С. 8.

23. Жуков М.П. Подвижные игры [Текст] /М.П. Жуков: Учеб. для студ. пед. вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 160с.

24. Зазнобин А. В. Подвижные игры на занятиях единоборствами

- [Текст] / А.В. Зазнобин./ Физическая культура в школе. -2012 - № 1. - С.55-57
25. Каджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры [Текст] / Ю.Г. Каджаспиров: Метод. пособие. - М.: Дрофа, 2013.
26. Карась, Т. Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / Т. Ю. Карась ; Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет. - Комсомольск- на-Амуре : АмГПУ, 2012. - 131с.
27. Кожемов А. А. Развивающая технология физического воспитания младших школьников на основе использования игры - радиальный баскетбол (питербаскет) [Текст] / А.А. Кожемов// Адаптивная физическая культура. - 2015. - N 2 (42). - С. 34-35
28. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / О. П. Кокоулина. - Москва : ЕАОИ, 2017. - 144 с.
29. Коротков И.М. Подвижные игры в школе. [Текст] / И.М. Корротков. - М.: Просвещение, 2014. - 192 с.
30. Коротков И.М. Подвижные игры детей. [Текст] / И.М. Коротков- М.: Сов. Россия, 2017. - 160 с.
31. Кряж, В. Н. Перенос тренированности в физическом воспитании . [Текст]/ В. Н. Кряж, В.Староста // Ученые записки: Сборник научных трудов. Вып. 5. — Минск: АФВиС РБ, 2013. - С. 252-258.
32. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Упражнения и игры на занятиях в начальной школе [Текст] / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий: Методическое пособие. - М.: Издательство НЦЭНАС,2016. - 272с.
33. Кузнецов, В.С. Физическое упражнение и подвижные игры. Метод. пособие [Текст] / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М.: НЦ ЭНАС, 2016.-151с.
34. Левченко А.Н., Матысон В.Ф. Игры, которых не было: Сборник спортивно-подвижных игр. [Текст] / А.Н. Левченко, В.Ф. Матысон. - М.:

Пед-е общество России, 2017. - 128 с.

35. Ливанова П. З. Сюжетно-ролевые игры на уроках физической культуры [Текст] / П.З. Ливанова// Физическая культура в школе. - 2015. - N7. - С. 35-37.

36. Литвинова, М. Ф. Русские народные подвижные игры [Текст] / М. Ф. Литвинова ; под ред. Л. В. Русской. - М. : Просвещение, 2014. - 79 с.

37. Лях В.И. Концепция физического воспитания детей и подростков [Текст] / В.И.Лях, Г.Б.Мейксон, Л.Б.Кофман // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 1. С. 73-74.

38. Лях, В. И. Концепция физического воспитания детей и подростков [Текст] / В. И. Лях, Г. Б. Мейксон, Л. Б. Кофман // Теория и практика физической культуры. - 2016. - № 1. - с. 5-10.

39. Матвеев А.П. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы 1-4. [Текст] / А.п. Матвеев.- М.: Просвещение, 2014. - 32 с.

40. Найминова Э.Б. Спортивные игры на уроках физической культуры. Книга для учителя. [Текст] / Э.Б. Найминова. - Ростов н/Дону: Феникс, 2001. - 256 с.

41. Никитушкин, В.Г. Формирование координационных способностей детей 4–12 лет [Текст] / В.Г.Никитушкин, Ю.И. Разинов , С.В.Малиновский, А.В. Аулова // Вестник спортивной науки - 2013, №- С. 55-29.

42. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. [Текст] / П.К. Петров. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2013. - 448 с.

43. Погадаев, Г.И. Настольная книга учителя физической культуры [Текст]/ Г. И. Погадаев – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 243 с.

44. Подвижные игры [Текст]: Учеб. пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2013. - 229с.

45. Подвижные игры. Практический материал[Текст]: Учеб. пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры. - М.: ТВТ Дивизион,

2015. - 280 с.

46. Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее [Текст], - СПб.: Дельта, 2014-2018с.

47. Ратов, И.П. Двигательные возможности человека [Текст]/ И. П. Ратов. - Минск, 2014. - 190 с.

48. Романенко, В.А. Двигательные способности человека [Текст] / В. А. Романенко. - Донецк: УКЦентр, 2015. - 336 с.

49. Сайкина Е.Г., Фирулева Ж.Е. Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физических упражнений для дошкольников и школьников: Учебно-методическое пособие для педагогов школьных и дошкольных учреждений. [Текст] / Е.Г. Сайкина, Ж.Е. Фирулева.- СПб: Детство-Пресс, 2016. - 123 с.

50. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства. [Текст]/ под ред.: Ю. Д. Железняк.; рец.: С. Ю. Тюленьков, А. Я. Гомельский – Москва : Академия, 2014. – 174 с.

51. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст]/ Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин, А.В.Лексаков; Под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. - 2-еизд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2014. - 520 с.

52. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] / Э. Я. Степаненкова. - М.: Издательский центр «Академия», 2016. - 368 с.

53. Суетнов, К.В. Обучение школьников игре в баскетбол: учебное пособие [Текст]/ К.В.Суетнов. - Алма-Ата, ЖАЗУШЫ. - 2015. – 82 с.

54. Чаленко И.А. Современные уроки физкультуры в начальной школе. [Текст] / И.А. Чаленко. - Ростов н/Д: Феникс, 2013. - 256 с.

55. Яковлев В.Г., Ратников В.П. Физкультура в начальных классах: Учебное пособие для студентов фак. физ. воспит. пединститутов. [Текст] / В.Г. Яковлев, В.П. Ратников.- М.: Просвещение, 2017. - 142 с.