

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
Кафедра теоретических основ физического воспитания

Комолкина Анастасия Викторовна

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**Тема: Комплексная методика формирования ловкости у детей 6-7 лет
посредством занятий футболом**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы
«Физическая культура и здоровьесберегающие технологии»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

Заведующий кафедрой теоретических
основ физического воспитания
доктор педагогических наук, профессор
Сидоров Л.К.

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы
доктор педагогических наук, профессор
Сидоров Л.К.

(дата, подпись)

Научный руководитель
доктор педагогических наук, профессор
Сидоров Л.К.

(дата, подпись)

Обучающийся Комолкина А.В.

(дата, подпись)

Красноярск, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Глава 1. Теоретический анализ проблемы формирования ловкости у детей 6-7 лет	8
1.1. Анализ системы физического воспитания детей 6-7 лет	8
1.2. Анатомо-физиологические особенности детей 6-7 лет	13
1.3. Футбол как эффективный вид спорта для формирования ловкости у детей 6-7 лет	23
<i>Выводы по первой главе</i>	34
Глава 2. Методы и организация исследования	36
2.1. Методы исследования	36
2.2. Организация исследования	40
<i>Выводы по второй главе</i>	42
Глава 3. Разработка, апробация и оценка эффективности комплекса упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей 6-7 лет	44
3.1. Обоснование, разработка и апробация комплекса упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей 6-7 лет	44
3.2. Оценка эффективности использования комплекса упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей 6-7 лет	73
<i>Выводы по третьей главе</i>	80
Заключение	82
Список использованных источников	85
Приложения.	

Введение

Актуальность. Физическое воспитание, несомненно, занимает одну из главных позиций в развитии современного дошкольника. Дошкольный возраст – это возраст, в котором закладываются основы здоровья, физического развития, основы воспитания физических качеств, основы здорового образа жизни, формируются моторика. Детский организм имеет большие резервные возможности, что дает возможность внедрять доступные детям спортивные элементы в систему физического воспитания дошкольного учреждения. Степень сформированности психофизических качеств у дошкольников в Федеральном государственном образовательном стандарте выделена одной из главных задач физического воспитания и устанавливается успешностью двигательной деятельности детей и способностью к овладению новыми формами движений, умение пользоваться ими в повседневной жизни [31]. В связи с решением задач физической культуры, улучшением работы по физическому воспитанию в детских садах все больше внимания уделяется развитию физических качеств у детей дошкольного возраста.

Физические качества – это сложный комплекс биологических и психологических качеств организма, которые определяют силовые, скоростно-силовые и временные характеристики движения человека. Физическими качествами принято называть врожденные (генетически унаследованные) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая активность человека. В литературе вопросами развития физических качеств у детей дошкольного возраста занимались такие специалисты как Вавилова Е.Н., Осокина Т.И., Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. и др. К необходимым физическим качествам относят такое качество, как ловкость [7, 19]. Ловкость – способность человека быстро овладевать новыми движениями и их сочетаниями, а также умение действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро и находчиво.

В исследованиях Е.Н. Вавиловой о развитии физических качеств у детей говорится о высоком уровне развития ловкости, чему свидетельствует

хорошее выполнение детьми движений с меняющимися условиями или осложненных дополнительными заданиями. Ловким можно назвать ребенка, затратившего на выполнение задания минимальное время. Однако ловкость не заключается только в быстроте двигательной реакции. Иногда нужно задержать ответное движение, т.е. не всегда целесообразно действовать немедленно [6]. Основным средством развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста являются физические упражнения. Д.В. Хухлаева классифицирует физические упражнения по группам: гимнастика, спорт, туризм, подвижные игры и игры-эстафеты. Но в детском саду дети овладевают лишь основами техники спортивных упражнений, что составляет базу для занятий спортом в последующем.

Основатель российской системы физического воспитания П.Ф. Лесгафт считал, что игра есть упражнение, с которого ребенок готовится к жизни. Вопросы теории и методики игры разрабатывались Д. Б. Элькониным, А. А. Леонтьевым, А.В. Запорожцем, Н.Н. Поддьяковым, А.И. Быковой, М.М. Конторович, Л.И. Михайловой, Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Л.В. Артамоновой и др. Они рассматривали подвижные игры как повседневную детскую забаву, удовлетворяющую потребность организма в движениях, совместной деятельности и радостных эмоциях, а также как педагогическое средство не только физического, но и социального развития дошкольников [5, 14]. Среди многообразия исследований по проблеме формирования двигательных навыков и развития физических качеств нас заинтересовал вопрос развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста при помощи спортивной игры футбол, как наиболее естественного двигательного акта ребенка, и была сформулирована **проблема** исследования: как нужно составить комплекс упражнений с элементами футбола, чтобы успешно развивать ловкость у детей 6-7 лет?

Проведенный анализ проблемы показывает, что в практике работы дошкольных учреждений имеются явные **противоречия**: существующие возможности использования комплекс упражнений с элементами футбола

имеют положительные перспективы, но недостаточно используются в образовательном процессе дошкольников; педагогические кадры не имеют достаточного уровня подготовки для использования в профессионально-педагогической деятельности соответствующие дошкольному возрасту элементы футбола.

Таким образом, выявленные проблема и противоречия обусловили выбор темы исследования: **«Комплексная методика формирования ловкости детей 6-7 лет посредством занятий футболом».**

Объект исследования: образовательный процесс по физической культуре в дошкольном образовательном учреждении.

Предмет исследования: комплекс упражнений, направленный на развитие ловкости у детей 6-7 лет посредством занятий футболом.

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать, апробировать и оценить комплекс упражнений, направленный на развитие ловкости у детей 6-7 лет посредством занятий футболом.

Задачи исследования:

1. Изучить научно-методическую литературу для выявления существующих комплексов упражнений, направленных на развитие ловкости у детей 6-7 лет посредством занятий футболом.

2. Разработать комплекс упражнений, направленный на развитие ловкости у детей 6-7 лет посредством занятий футболом.

3. Экспериментальным путем проверить эффективность комплекса упражнений, направленного на развитие ловкости у детей 6-7 лет посредством занятий футболом.

Гипотеза исследования: развитие ловкости у детей 6-7 лет будет эффективным, если:

- изучены и проанализированы существующие подходы к пониманию сущности и содержания футбола как средства развития ловкости детей 6-7 лет;

- будет учтена специфика развития детей старшего дошкольного возраста;

- будет реализован специально разработанный комплекс упражнений с элементами футбола для детей 6-7 лет, направленный на развитие ловкости.

Научная новизна исследования заключается в том, что разработан комплекс упражнений с элементами футбола для детей 6-7 лет, направленный на развитие ловкости.

Теоретико-методологическую основу исследования составляют: представления о ведущей роли деятельности в становлении личности (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин); теория функциональных систем и системогенеза (П.К. Анохин, А.А. Маркосян); закономерности развития человека в онтогенезе (Н.А. Бернштейн, В.К. Бальсевич); роли двигательной деятельности в биологическом и социальном развитии ребенка (И.А. Аршавский); о единстве умственного, нравственного и физического в формировании личности и важнейшей роли физической культуры в этом процессе (П.Ф. Лесгафт, В.К. Бальсевич); основные положения поэтапного формирования действий (П.Я. Гальперин); положения Л.С. Выготского об опоре на ведущую деятельность и эмоциональные особенности дошкольников; учение о высшей нервной деятельности (И.П. Павлов, И.М. Сеченов); а также деятельностный (П.Я. Гальперин, А.Н. Леонтьев) и системно-структурный (Л. Берталанфи) подходы.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, контрольные испытания, педагогический эксперимент, методы математической статистики (t-критерий Стьюдента).

Достоверность обеспечена методологией исследования, её соответствием поставленной проблеме; обоснованной логикой научного исследования; осуществлением исследования на теоретическом и практическом уровнях; выбором методов, адекватных целям и задачам исследования; репрезентативностью объема выборки и статистическими расчетами; внедрением результатов в педагогическую практику.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что его результаты позволяют дополнить и конкретизировать, современные представления о развитии ловкости у детей дошкольного возраста (6-7 лет) на занятии в группе в детском саду по физической культуре. Специально разработанный комплекс упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста на занятиях физической культурой в дошкольном образовательном учреждении уточняет имеющиеся теоретические представления о способах развития ловкости детей.

Практическая значимость исследования заключается в разработке, обосновании и практической апробации комплекса упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста. Также разработаны методические рекомендации по использованию комплекса упражнений, направленного на развитие ловкости у детей 6-7 лет посредством занятий футболом.

Опытно-экспериментальная база исследования: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 182 г. Красноярск.

Структура выпускной квалификационной работы состоит из введения, трех глав, заключения и списка использованных источников.

Данное исследование выполнено по заявке Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения № 182 г. Красноярск (см. заявку в Приложении 1).

Глава 1. Теоретический анализ проблемы формирования ловкости у детей 6-7 лет

1.1. Анализ системы физического воспитания детей 6-7 лет

Физическая культура играла важную роль на всех этапах развития человеческого общества. Ее роль значительно возросла в современном обществе. Связано это с тем, что в наши дни существенно снизилась доля тяжелого физического труда. Если сто лет назад 98% энергии, необходимой для материального производства, создавалось за счет мускульных движений человека и домашних животных, то в наши дни этот показатель составляет 2-3%. Недостаток двигательной активности (гипокинезия и гиподинамия) привели к появлению новых, ранее неизвестных болезней (эндокринные и онкологические) и более острому проявлению таких болезней, как заболевания сердечнососудистой, дыхательной, костно-мышечной и пищеварительных систем. Отмечается резкий рост нервно-психических заболеваний. Специалисты связывают это, прежде всего с тем, что при значительном сокращении двигательной активности, существенно возросла нервно-эмоциональная составляющая жизни.

Вышеперечисленное позволяет считать, что роль систематических занятий физическими упражнениями в современном обществе возрастает как компенсатора негативных явлений современной цивилизации.

Физическое воспитание детей – одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. Всемирная организация здравоохранения провозгласила самый гуманный лозунг за всю историю существования человечества: «К 2000 году – здоровье каждому человеку планеты!», который, к сожалению, не подтвердился в 2020 году по причине всепланетной эпидемии коронавируса.

При этом понятие «ЗДОРОВЬЕ» поднимает роль физической культуры на совершенно новый уровень она становится основой формирования здорового образа жизни человека и закладываются в дошкольном возрасте.

Достаточно внимания уделяется физическому воспитанию, системе физкультурно-оздоровительной работы: утренней и бодрящей гимнастике после сна, непосредственной образовательной деятельности по формированию ЗОЖ, физкультурным занятиям, спортивным праздникам и досугам. В них реализуется естественная потребность детей в движении, и через положительный эмоциональный фон, оказывающий благоприятное воздействие на организм ребенка, закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются физические навыки.

Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия всесторонней двигательной подготовленности и гармонического физического развития.

Недаром выдающийся педагог В.А. Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность в знаниях, вера в свои силы.

Вся система физического воспитания в дошкольном учреждении должна быть, прежде всего, ориентирована на развитие и совершенствование сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной систем организма. Основным же средством этого развития являются движения.

Поэтому крайне важно организовывать занятия физической культурой именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечить в дальнейшем всестороннее гармоническое развитие личности. В настоящее время в ряде детских учреждений работа по физическому воспитанию ведут инструктора физической культуры. Но в большинстве дошкольных учреждений проведением занятий по физической культуре по-прежнему занимаются воспитатели.

Процесс формирования физической культуры особенно важен для детей старшего дошкольного возраста, так как этот период характеризуется активной познавательной деятельностью, интенсивным развитием интеллектуальной, эмоциональной сферы, становлением самосознания, освоением общечеловеческих ценностей. Во время занятий физической культурой со старшими дошкольниками важно удовлетворение их естественной потребности в движении и ощущении «мышечной радости».

При этом особое внимание следует обратить на развитие интереса детей к спортивным занятиям, желание посещать их. Детям не интересны «традиционные» занятия, они быстро утомляются и начинают отвлекаться.

Физическая культура в дошкольных учреждениях направлена не на результат, а на процесс, получения удовольствия от занятий физическими упражнениями.

Теория физического воспитания детей дошкольного возраста учитывает возможности работоспособности организма, возникающие интересы и потребности, формы наглядно-действенного, наглядно-образного и логического мышления, своеобразии преобладающего вида деятельности, в связи, с развитием которой происходят главнейшие изменения в психике ребенка, и подготавливается переход ребенка к новой высшей ступени его развития. В соответствии с этим теория физического воспитания детей разрабатывает содержания всех форм организации физического воспитания и оптимальные педагогические условия его реализации.

Познавая и учитывая закономерности потенциальных возможностей ребенка каждого возрастного периода, теория физического воспитания предусматривает требования научно обоснованной программы всего воспитательно-образовательного комплекса физического воспитания (двигательные умения и навыки, физические качества, некоторые элементарные знания), усвоение которой обеспечивает детям необходимый уровень физической подготовленности для поступления в школу.

Вместе с тем предусматривается соблюдение строгой последовательности при усвоении детьми программы с учетом возрастных особенностей и возможности ребенка каждого периода его жизни, состояния нервной системы и всего организма в целом.

Планируя занятия по физической культуре с детьми дошкольного возраста, учитываем следующие факторы:

- упражнения должны соответствовать возрастным и функциональным возможностям ребенка;
- оказывать воздействие на мышцы плечевого пояса, спины, живота, ног;
- использовать постоянно нарастающей нагрузки на организм и снижение ее в конце занятия;
- согласование методов и способов организации детей с их возрастными возможностями;
- подвижные игры после упражнений должны быть закончены спокойной ходьбой;
- организация двигательной деятельности должна вызывать у ребенка положительные эмоции;

Физическое воспитание в то же время комплексно решает задачи умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания. Во всех формах организации физического воспитания детей (занятия, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность и так далее) внимание воспитателя направляется на воспитание мыслящего, сознательно действующего в меру своих возрастных возможностей ребенка. Успешно овладевающего двигательными навыками, умеющего ориентироваться в окружающем мире, активно преодолевать встречающиеся трудности, проявляющего стремление к творческим поискам.

Теория физического воспитания детей дошкольного возраста непрерывно развивается и обогащается новыми знаниями, получаемыми в результате исследований, охватывающих многообразные стороны

воспитания ребенка. Данные исследований, проверенные в массовой практике детских учреждений, вводятся в программы, учебные пособия, учебники и в практическую работу с детьми, содействуя прогрессу всего воспитательно-образовательного процесса. Таким образом, теория физического воспитания детей дошкольного возраста содействует совершенствованию всей системы физического воспитания.

Осуществлять физическое воспитание детей, это значит:

1. Уметь анализировать и оценивать степень физического здоровья и двигательного развития детей.

2. Формулировать задачи физического воспитания на определенный период (например, на учебный год) и определять первостепенные из них с учетом особенностей каждого из детей.

3. Организовать процесс воспитания в определенной системе, выбирая наиболее целесообразные средства, формы и методы работы в конкретных условиях.

4. Проектировать желаемый уровень конечного результата, предвидя трудности на пути к достижению целей.

5. Сравнивать достигнутые результаты с исходными данными и поставленными задачами.

6. Владеть самооценкой профессионального мастерства, постоянно совершенствуя его.

Установлена прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением. Под действием физических упражнений двигательная активность в организме возрастает синтез биологически активных соединений, которые улучшают сон, благоприятно влияют на настроение детей, повышают их умственную и физическую работоспособность.

Ребенок по своей природе готов постоянно двигаться, в движении он познает мир.

1.2. Анатомо-физиологические особенности детей 6-7 лет

Учет закономерностей развития организма ребенка и особенностей функционирования его систем на разных этапах онтогенеза является чрезвычайно важным условием охраны здоровья и разработки, адекватных возрасту педагогических методик физического воспитания.

Согласно современным представлениям, все функции складываются и претерпевают изменения при тесном взаимодействии организма и среды. В соответствии с этим представлением адаптивный характер функционирования организма в различные возрастные периоды определяется двумя важнейшими факторами: морфофункциональной зрелостью физиологических систем и адекватностью воздействующих средовых факторов функциональным возможностям организма [22, 45].

Каждый период онтогенеза имеет свои особенности и закономерности, отражающие возрастные особенности организации и управления произвольными движениями, которые связаны с морфофункциональным созреванием всех структур двигательной системы. При этом наблюдаемая в онтогенезе гетерохрония развития отдельных функций не указывает на отсутствие или нарушение гармоничности развития организма [43].

Знание физиологии и психологии ребенка необходимо для определения адекватных средств обучения двигательным действиям, разработки методов формирования двигательных навыков, развития физических качеств, определения содержания физкультурно-оздоровительной работы на занятиях физической культурой в дошкольных образовательных учреждениях.

Возраст 6-7 лет является чрезвычайно важным, поскольку служит переходной ступенью к новому этапу его развития – периоду младшего школьного возраста. Данный период призван подготовить ребенка к предстоящей перестройке всех познавательных процессов, приобретению им качеств, свойственных взрослому человеку.

Физическое развитие характеризуется непрерывным изменением, так от 5 до 7 лет наблюдается увеличение роста тела в длину, причем рост конечностей опережает рост туловища.

Для детей данного возраста характерно также увеличение длины рук и ног, толщина подкожного слоя уменьшается, соотношение пропорций головы и туловища заметно приближается к пропорциям взрослого человека.

Довольно часто, возрастной период между пятью и семью годами называют периодом «первого вытяжения» [39], поскольку за один год ребенок может вырасти на 7-10 см. Пропорции грудной клетки становятся похожими на пропорции взрослого человека, что позволяет увеличить эффективность дыхательных движений. Начинается сращивание и окостенение подвздошной, лобковой и седалищной костей, кости запястья становятся явно видными, четко проявляются шейный и грудной физиологические изгибы позвоночника, фиксация поясничного изгиба происходит позже к 12-14 годам. Также наблюдается незавершенность формирования стопы. В связи с этим требуется повышенное внимание к предупреждению у детей плоскостопия.

Кости ребенка отличаются значительным количеством хрящевой ткани, отдельные ядра головок еще не срослись и полностью не сформировались. Поэтому кости ребенка мягкие, гибкие, не обладающие достаточной прочностью, что может стать причиной искривлений, травм и деформаций под воздействием внешних причин.

В данном возрасте происходит интенсивный рост мышечной ткани, значительно увеличивается ее динамические возможности. Повышается выносливость мышц, при этом тонус мышц у мальчиков выше, чем у девочек. Нужно также отметить, что мышцы брюшного пресса еще не в состоянии выдержать напряжение, связанное с подъемом тяжестей. Мелкие мышцы спины, которые играют важную роль в удержании позвоночного столба в правильном положении, развиты гораздо в меньшей степени, чем крупные мышцы туловища и конечностей. Так у ребенка 4-5 лет на фоне

сравнительно развитых мышц плеча и предплечья мышцы кисти развиты слабо.

И.А. Аршавский придавал особое значение двигательной деятельности как ведущему фактору развития. Он сформулировал представление о «энергетическом правиле скелетных мышц», в соответствии с которым интенсивность жизнедеятельности организма на уровне отдельных тканей и органов определяется особенностями функционирования скелетных мышц, обеспечивающих на каждом этапе развития особенности взаимодействия организма и среды.

Именно в этот период формируются три типа мышечных волокон, различающихся организацией метаболизма и сократительными свойствами. Увеличивается сила, быстрота движений, ловкость, гибкость, в беге появляется фаза полета.

Данные литературных источников по проблемам сформированности основных движений детей дошкольного возраста позволяют сделать следующие обобщения:

- возрастной диапазон от трех до шести лет является сенситивным периодом для формирования основных движений, к которым относятся: ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье;
- интенсивность формирования основных движений зависит от морфофункциональных и психофизиологических особенностей растущего организма.

В.К. Бальсевич с соавторами считает, что возрастной интервал от 3 до 7 лет в разные его периоды является сенситивным для развития всего спектра двигательных способностей. И именно этот факт отличает подход В.К. Бальсевича от подхода А.А. Гужаловского, который обозначает более жесткую связь возраста и сенситивных периодов развития тех или иных двигательных способностей.

В связи с интенсивным ростом в системе кровообращения происходят количественные и качественные преобразования. К пяти годам размеры

сердца у ребенка увеличиваются в 4 раза по сравнению с новорожденным. Однако развитие мышечных волокон сердца и его сосудистой структуры еще не завершено. Особенности кровообращения детей 6-7 лет связаны, прежде всего, со спецификой обмена веществ. По причине относительно большого количества крови (на единицу массы тела), сердце ребенка выполняет сравнительно большую работу, чем сердце взрослого человека. За счет учащения сердечных сокращений, а не за счет возрастания пульсового объема, удовлетворяется повышенная потребность в крови растущего организма.

Необходимо отметить, что степень созревания системы кровообращения, ее регулятивных механизмов зависит от уровня двигательной активности детей. Так, созревание механизмов управления происходит интенсивнее у детей с более активным, усовершенствованным двигательным режимом. Данные особенности дают основание утверждать, что физические нагрузки для детей 6-7 лет необходимо увеличивать постепенно, для того, чтобы сердечно-сосудистая система успевала адаптироваться к ним.

Дыхательная система характеризуется интенсивным ростом и формированием бронхо-легочного аппарата. При этом продолжается дифференцировка его отдельных структурных элементов. Следует отметить, что для детей данной возрастной группы, характерна небольшая глубина дыхания, частый, весьма нестабильный его ритм, небольшой дыхательный объем, примерно одинаковое распределение времени дыхательного цикла между вдохом и выдохом, сравнительно небольшие дыхательные паузы. Условия окружающей среды, такие как повышение температуры окружающего воздуха, а также небольшое психическое возбуждение, практически всегда вызывают у детей учащение дыхания, иногда даже нарушение его ритма. Следует учитывать тот факт, что дети данного возраста в силу анатомических особенностей организма, практически не имеют возможности увеличивать объем каждого дыхательного движения (вдоха),

поэтому усиление газообмена осуществляется посредством учащения дыхания.

Большое место в приспособительных реакциях принадлежит обменным процессам. Для данного возраста характерен высокий уровень обменных процессов во всех тканях организма. Так как обменные процессы связаны с затратами энергии, образование которой происходит в большинстве аэробным путем скорость потребления кислорода характеризует мощность энергетических процессов как в покое, так и при физической нагрузке. Так в покое расход энергии организмом ребенка 6 лет достигает 2 Вт в расчете на каждый килограмм массы тела (у взрослого 1 Вт/кг). Сравнительно высокий уровень энергозатрат обеспечивается более интенсивной работой сердца и дыхания.

Развитие высшей нервной деятельности в данном возрасте во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. У детей в возрасте 6-7 лет высшая нервная деятельность еще не достигла высокой степени развития, но важный этап роста и структурной дифференцировки нервных клеток уже приближается к завершающей стадии. При этом наиболее важные отделы головного мозга еще находятся в стадии формирования. Это, прежде всего, лобные отделы головного мозга, которые несут ответственность за регуляцию, программирование и контроль сложных форм психической деятельности.

Особенности высшей нервной деятельности детей данного возраста проявляются, прежде всего, в достаточно большой уравновешенности процессов возбуждения и торможения. Нервные процессы характеризуются относительной неустойчивостью. Для развития центральной нервной системы характерно ускоренное формирование морфофизиологических признаков.

Сенсомоторная область коры головного мозга играет ведущую роль в управлении двигательной деятельностью человека. При ее участии

осуществляются произвольные движения, обеспечивающие быструю и целенаправленную перестройку контактов организма с окружающей средой.

Однако надо иметь в виду, что в процессе онтогенеза возрастает активное отношение ребенка к средовым факторам, усиливается роль высших отделов ЦНС в обеспечении адаптивных реакций на внешнесредовые факторы, в том числе и тех, которые реализуются путем двигательной активности.

Для центральной нервной системы также характерны продолжающиеся структурные и функциональные изменения. Формируется мозолистое тело, соединяющее оба полушария и морфологические преобразования создают предпосылки для формирования интегральных процессов в деятельности ЦНС.

Восприятие сигналов внешнего мира происходит при участии значительного числа структур, объединенных в единую систему. К концу дошкольного возраста зрительное и осязательное обследование предмета становится более организованным и систематичным. Выделяемые признаки соотносятся между собой, что способствует формированию более адекватного сенсорного образа. Согласно точке зрения А.В. Запорожца роль взаимодействия тактильно-кинестетического и зрительного каналов проявляется в формировании образа и в его коррекции на основе обратных связей. По мере накопления индивидуального опыта роль тактильного канала в зрительном восприятии снижается. К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в системной организации зрительного восприятия, позволяющие облегчать процесс опознания и категоризацию. Созревание сенсорных систем и совершенствование воспринимающей функции мозга определяет возможность привлечения внимания к более сложным признакам объекта. По мнению М.В. Бениаминовой, дети данного возрастного периода способны сосредоточивать внимание в течение 15-20 минут. Переделка стереотипа не является трудной задачей. В связи с

возрастанием роли второй сигнальной системы вербальное мышление оказывает все большее влияние на реакции первой сигнальной системы.

У детей 6-7 лет начинает формироваться произвольное внимание, но способность управления им развита еще достаточно слабо. Сильно выражены рефлексы подражания и повторения. Дети уже способны на некоторое время сосредоточить свое внимание на одном предмете, либо одном задании. Внимание в данном возрасте выступает как направленность и сосредоточенность сознания ребенка на определенном объекте (предмете, явлении, обращении, мысли и т.д.).

Происходит переход от наглядно-действенного к наглядно-образному и затем словесному мышлению. Условием перехода является приобретение ребенком опыта решения задач в наглядно-действенном плане. К 6-7 годам дети различают общие или групповые признаки, у них развивается понятийный аппарат, появляется абстрактное мышление, управляющее поведенческими реакциями. Ребенок способен запомнить и воспроизвести программу действий из ряда движений. Разнообразие двигательного поведения к семи годам определяется морфологическим созреванием лобного отдела больших полушарий.

К концу дошкольного возраста воображение ребенка становится почти независимым от внешней деятельности. В воображении появляются творческие элементы. Все это как отмечают специалисты в области психологии (А.В. Запорожец, М.И. Лисина, Д.Б. Эльконин) имеет большое значение для подготовки ребенка к обучению в школе, когда на основе имеющихся представлений необходимо создавать образы предметов, которых они не видели.

В процессах развития памяти ребенка 6-7 лет можно условно выделить 1) кратковременную память (первичную), 2) долговременную память (вторичную). Многочисленные исследования психологами памяти выявили, что с 6-ти лет у детей начинает активно развиваться словесно-логическая память. Большую роль в этом играет систематизация представлений об

окружающей среде, что облегчает установления между ними логических, смысловых связей и их запоминание.

Наряду с этим, дети данного возрастного периода имеют ряд специфических индивидуальных особенностей, которые связаны, прежде всего, с возрастными особенностями развивающейся нервной системы. Дети довольно возбудимы, эмоциональны, легко отвлекаются. Они не способны выдерживать действие длительного или сильного монотонного раздражителя, поскольку сила нервных процессов у них относительно не велика, тормозящее и регулирующее влияние коры на подкорковые структуры не являются достаточными.

Развитие эмоций в данном возрасте происходит постепенно в общении с окружающими людьми и в процессе различных видов деятельности – игровой, трудовой, учебной. При проведении занятий со старшими дошкольниками следует всегда помнить о высокой эмоциональной впечатлительности детей данного возраста, поскольку монотонные, однообразные занятия способны сформировать отрицательное отношение к занятиям физкультурой.

Для образования двигательного навыка и закрепления его как условного рефлекса, то есть образования двигательного стереотипа, необходима определенная повторяемость и последовательность применения внешних раздражителей, в том числе физических упражнений, проводимые по определенному плану. В связи с быстрым развитием двигательного отдела головного мозга, дети становятся подвижными, у них совершенствуются навыки бега, ходьбы, способностей к сохранению равновесия.

Особенности формирования двигательных функций в данном возрасте определяются, прежде всего, достигнутым уровнем морфофункционального развития, а также наличием индивидуального двигательного опыта. Развитие двигательных функций происходит в несколько этапов. Авторы выделяют период первичного становления двигательной функции, когда к 4-5 годам формируется способность развивать направление усилия. На последующем

этапе, происходит формирование произвольной регуляции движений (от 4-5 лет до 6-7 лет). При этом происходит совершенствование координационных механизмов центральной нервной системы.

Ребенок постепенно приучается подчинять свои действия определенным правилам игры, требованиям коллектива. Полученные ребенком впечатления об окружающем мире оставляют определенный след, сохраняются и закрепляются, а при необходимости и воспроизводятся с помощью памяти.

Данный возрастной период вполне обоснованно можно рассматривать в качестве узлового для воспитания выносливости к физическим нагрузкам умеренной интенсивности, в связи с высокой интенсивностью окислительных процессов в мышечной ткани у детей 6-7 лет.

Следует отметить, что развитие двигательной функции у детей 6-7 лет также зависит от их произвольной двигательной активности в режиме дня, от мер педагогического воздействия, стимулирующих естественный ход онтогенетического развития, от специально организованных занятий.

У детей 6-7 лет достаточно ярко выражена высокая потребность в движениях. Их двигательная активность уже способна отвечать индивидуальным интересам и потребностям, становясь при этом более целенаправленной. Что касается количественных показателей двигательной активности, в данном возрастном периоде существенного их роста не наблюдается. Средние показатели двигательной активности детей 5-7 лет за время пребывания в дошкольном учреждении составляет 13-17,5 тысяч движений; интенсивность колеблется в пределах 55-70 движений в минуту, продолжительность достигает 4,5 и более часов.

Наблюдения показывают, что дети 6-7 лет обладают довольно большим запасом двигательных умений и навыков и проявляют способность к сознательному их использованию в своей повседневной деятельности.

У детей к шести годам увеличивается координация рук и ног, длина бегового шага за счет более энергичного отталкивания при сохранении

высокого темпа движения, возрастает прямолинейность шага, целеустремленность при выполнении задания.

Процесс формирования двигательной функции ребенка осуществляется в тесной связи с развитием высшей нервной деятельности, второй сигнальной системы, которая с возрастом усиливает двигательную координацию. Приобретенные раннее двигательные качества и способности совершенствуются.

Вышесказанное свидетельствует о том, что усвоение новых, более сложных по координации движений происходит у детей 6-7 лет быстро и без особых усилий. Дети данного возраста, как правило, уже умеют действовать рационально, проявляя находчивость, способны довольно быстро адаптироваться к изменяющимся условиям, например, в игровых ситуациях.

Характерным признаком является также способность к более сложным ориентировкам в окружающей обстановке, сохранение устойчивого положения тела в непривычных, вариативных условиях двигательной деятельности. В развитии движений появляется выразительность, плавность и точность, осваивается ритм движений. Оценка движений приобретает конкретность, объективность, появляется самооценка.

Двигательная активность оказывает влияние на формирование психофизиологического статуса ребенка. В различных исследованиях показана прямая зависимость между уровнем физической подготовленности и психическим развитием ребенка.

Авторами также отмечается, что двигательная активность развивает физические качества, стимулирует перцептивные и интеллектуальные процессы, а ритмические движения тренируют пирамидную и экстрапирамидную системы.

Все вышеперечисленные факторы, бесспорно, оказывают влияние на общее психическое развитие ребенка, поскольку именно двигательную деятельность можно рассматривать в качестве внешнего проявления всякой

психической деятельности, которая оказывает взаимно обратное влияние на развитие мозговых структур.

Таким образом, правильный подбор средств и методов физического воспитания и объединение их в единую систему организации занятий, с учетом возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста, позволяет наиболее эффективно влиять на физическое и психическое развитие детей.

1.3. Футбол как эффективный вид спорта для формирования ловкости у детей 6-7 лет

Одним из основных в физическом воспитании детей дошкольного возраста является вопрос о том, какие средства наиболее эффективны в развитии двигательных действий, повышении уровня развития и укреплении здоровья. Российскими и зарубежными педагогами и психологами средством целенаправленного педагогического влияния на ребенка и одним из главных средств физического воспитания рассматривается игра [21].

В программах по физическому воспитанию используют классификацию основных средств по виду двигательной деятельности. К ним относят упражнения из гимнастики, легкой атлетики, плавания, игровые упражнения и т.д. В физическом воспитании детей дошкольного возраста ведущее место в решении задач воспитательно-образовательного процесса занимают игровые упражнения.

По мнению многих авторов, в процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста необходимо использовать комплекс средств и большое разнообразие физических упражнений [38]. Они считают, что чем разнообразнее движения, тем интенсивнее процесс физического и интеллектуального развития детей. Следует стремиться к большому набору средств физического воспитания и их комплексному использованию. Обеднение круга двигательных действий приводит не только к обеднению двигательного опыта, но и снижению интереса к занятиям. Поэтому наряду с основными средствами физического воспитания на физкультурных занятиях,

которые обеспечивают развитие основных видов движений, следует применять и дополнительные, к числу которых можно отнести спортивные игры и их элементы [47].

В связи с тем, что игра является основным видом деятельности и формой организации жизнедеятельности детей, применение элементов спортивных игр, адаптированных с учетом их возрастных особенностей является весьма обоснованным.

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

Наряду с творческими играми, возникающими в самостоятельной двигательной деятельности детей, выделяются организованные, педагогически целесообразные подвижные игры с готовым зафиксированным содержанием и определенными правилами. Эти игры удобны для проведения с группами детей на занятиях или на прогулке под руководством воспитателя.

Различными авторами отмечено, что в развитие интеллектуальных способностей дошкольников особенно эффективно применение подвижных игр с мячом. Игры с мячом являются не только интересным развлечением, но и в значительной мере способствуют развитию координации движений, что очень важно при обучении письму, рисованию, конструированию.

Исследования подтверждают значимость подвижных и элементов спортивных игр в развитии различных систем и функций организма, а так же в формировании у детей дошкольного возраста «школьно-необходимых функций».

К рекомендуемым и организуемым в дошкольном учреждении спортивным играм относятся: баскетбол, футбол, хоккей, бадминтон, городки и др. Отличительной особенностью в проведении спортивных игр от подвижных игр является то, что правила в них строго регламентированы. При этом для проведения игр нужны специально оборудованные площадки,

для них характерна сложная техника движений, тактическая подготовка играющих, организация судейства. Согласно рекомендациям к программам по физическому воспитанию дошкольных учреждений спортивные игры проводятся с детьми старшей и подготовительной групп.

При этом необходимо отметить, что в основном в дошкольных учреждениях используются игры и элементы игр, в которых действия с мячом осуществляются руками (элементы игры в баскетбол, в волейбол) и в меньшей степени предпочтение отдается элементам игр, где действия с мячом нужно выполнять ногами (футбол).

Вместе с расширением арсенала двигательных навыков растет и физическая подготовленность детей. Они приобретают умение рационально использовать сформированные на физкультурных занятиях навыки в самых разнообразных и в том числе непредвиденных условиях, что способствует развитию координационных способностей детей.

Игры, проводимые в разные времена года, на открытом воздухе способствуют повышению уровня защитных функций организма к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды, являются эффективным средством закаливания ребенка и оказывают значительную роль в оздоровлении детей. Применение игр способствует значительному увеличению двигательной активности детей в течение дня. А использование элементов игры в футбол предоставляет возможность заниматься на открытом воздухе в любое время года.

Особое значение они приобретают для увеличения физиологических нагрузок на организм ребенка. Активные двигательные действия, объединенные для достижения общей цели при эмоциональном подъеме, способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка функций различных систем и органов.

В процессе игры, в совместном творчестве дети не только лучше узнают друг друга, но и учатся, как нужно бороться с трудностями и добиваться поставленной цели. Выполнение двигательных действий в спортивных играх обусловлено общей целью, которую можно достичь только при взаимодействии игроков друг с другом. Это обеспечивает согласованность своих действий с действиями товарищей, у них воспитываются решительность, самообладание, ответственность, происходит осознание важности коллективных действий для достижения цели.

Осуществление нравственного воспитания в игре происходит благодаря тому, что в каждой игре имеются правила, нарушать которые нельзя. В результате это дисциплинирует, воспитывает честность, требовательность к себе, выдержку, внимание, проявление волевых усилий. Кроме того, командные игры воспитывают, наряду с чувством коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, умение ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих, находить свое место на игровой площадке.

Так как в спортивных играх происходит частая смена игровых ситуаций, это способствует развитию творческого мышления. При использовании спортивных игр в дошкольном учреждении у детей формируется интерес к физической культуре и спорту.

С детского футбола, баскетбола, хоккея, тенниса начинается вовлечение ребенка в спортивную жизнь. Однако, как указывают исследователи и опыт практической деятельности, заниматься спортом в прямом смысле, когда осуществляется подготовка и участие детей в спортивных соревнованиях с целью достижения высоких спортивных результатов, детям дошкольного возраста не рекомендуется. Так как это является непосильной психологической и физической нагрузкой для детей дошкольного возраста. Поэтому форсирование и привлечение дошкольников к соревнованиям в полном объеме не рекомендуется. При этом, как указывают специалисты элементарные действия в спортивных играх,

отдельные элементы соревнования не только возможны, но и целесообразны. Освоение ребенком элементов спортивных игр составляет основу для дальнейших занятий спортом.

В научно-методической литературе указывается на значительное влияние спортивных игр на организм занимающихся. Применение в практике физического воспитания спортивных игр способствуют развитию функциональных систем организма детей. По мнению ряда авторов, спортивные игры оказывают разностороннее воздействие на развитие ребенка: психическое, физическое, умственное и функциональное. В игре развивается проявление второй сигнальной системы – речь и мышление. Получая задание, дети в игре выполняют его с помощью жестов, движений и слова, что особенно проявляется в спортивной игре, где действия всех игроков должны быть согласованы.

Особенности использования средств футбола с детьми дошкольного возраста обусловлены, прежде всего, возрастом детей, уровнем созревания и развития всех систем и органов, уровнем физической подготовленности, физического и психического развития. Игра в футбол проводится со старшими дошкольниками в упрощенной форме. Согласно рекомендациям, обучение элементам игры в футбол и самой игре разными программами отводится различный период времени. В основном это занятия, проводимые на открытом воздухе в достаточно теплое время года. А иногда данный раздел вынесен за рамки обязательной программы и представлен в вариативной части или отсутствует совсем.

В этом возрасте не рекомендуется применять трудные и недоступные детям элементы, угловой удар, удар головой, остановка мяча грудью и др. Это напрямую связано с физиологическим развитием организма.

В литературных источниках указаны различные рекомендации и правила, по которым осуществляется игра. Э.И. Адашкявичене указывает на команды, состоящие из 5-8 детей и нескольких запасных, длительность игры составляет 30 минут поделенное на две равные половины по 15 минут с

пятиминутным перерывом. Размеры площадки 18 x 24 м, размеры ворот 2 x 3 м. В.Г. Фролов предлагает проведение игры на площадке от 5 x 10 до 20 x 40 м в зависимости от количества играющих в командах, а время проведения – два тайма по 3-5 мин с перерывом, во время которого играет другая команда.

В конце игры проводится малоподвижная игра (продолжительностью 3-5 минут) с целью восстановить дыхание, привести организм ребенка в более спокойное состояние.

Не смотря на неоднозначность рекомендуемых размеров площадок, времени игры, количестве игроков в команде, правила, по которым осуществляется игра, более согласованы. Игроки имеют право вести мяч только ногой, передавать его товарищу по игре, забивать мяч в ворота. Во время игры нельзя толкаться, ударять по ногам, брать мяч в руки, нападать на вратаря, стараясь отобрать у него мяч, ставить подножки. К нарушившим правило игрокам применяются какие-либо штрафные санкции, оговоренные до начала игры.

Во время игры со стороны руководителя необходим строгий контроль не только за действием детей, но и их самочувствием. Поскольку чрезмерные нагрузки могут оказать негативное воздействие на организм ребенка.

К основным приемам техники игры, рекомендуемым к изучению с дошкольниками, являются передвижения, удары по мячу, остановки мяча, ведение, отбор мяча и действия вратаря. При этом техника передвижения включает в себя следующую группу приемов: бег, прыжки, остановки, повороты. В процессе игровой деятельности приемы техники передвижения используются в самых разнообразных сочетаниях.

Дети перемещаются ходьбой или бегом в разных направлениях: по прямой, по дуге, зигзагом приставным шагом, вперед спиной и т.д. Особенностью передвижения детей в игре футбол является сочетание различных способов бега с прыжками, остановками, поворотами, что способствует развитию координационных способностей. В данном виде деятельности задействованы практически все группы мышц.

Характерной особенностью игры в футбол является быстрая смена игровых ситуаций. Перед играющими в футбол детьми возникают новые, самые разнообразные задачи, требующие своевременного и правильного разрешения. Для этого необходимо в кратчайшие промежутки времени увидеть создавшуюся обстановку (расположение партнеров и противника, положение мяча), оценить ее, выбрать наиболее правильные действия и применить их. Все это требует развития определенных умений и навыков. Вот почему упрощенные футбол и другие спортивные игры, являясь более сложной формой деятельности, по мнению ряда авторов, так же являются одним из ведущих средств физического воспитания старших дошкольников.

В отличие от детей более старшего возраста, дошкольникам 5-7 лет необходимо более длительное время для того чтобы научиться владеть мячом. Закрепление и совершенствование разученных приемов осуществляется в основном в подвижных играх, игровых упражнениях, эстафетах. Как указывают специалисты, освоив необходимые технические приемы, дошкольники могут играть в футбол.

Поскольку основным специфическим действием для игры в футбол является удар, то на разных этапах его выполнения в этом движении участвуют проприорецепторы мышц и рецепторы осязания. Сначала он ощущается проприорецепторами мышц как замах (баллистическая работа мышц), затем как преодоление массы ноги, в момент соприкосновения с мячом, включаются рецепторы осязания, и вследствие их упругих свойств как преодоление инерции их массы.

В футболе происходит тесное взаимодействие с противником. Отсюда и больше тактильно-осязательных ощущений. Специфические раздражения вестибулярного анализатора ощущаются при контакте с игроками. Слуховой анализатор воспринимает такт шагов собственных, партнеров, противников и местоположение последних на поле (особенно сзади и с боков), звук удара по мячу.

Наиболее сложные восприятия, координируемые с работой проприорецепторов мышц, приходится в играх на долю зрительного анализатора, как в области центрального, так и в области периферического зрения.

В играх при ударах по мячу, приемах мяча возникают восприятия, свойственные «прицельным видам» – попадание в цель, ловля, прием мяча.

Наряду с этим ведется наблюдение за противниками, партнерами, их местоположением на поле, передвижениями, собственными передвижениями, которые воспринимаются чаще всего периферическим зрением.

Центральное зрение в основном фиксирует мяч и его передвижения по полю. Игрок сопровождает зрением посланный ему мяч, подготавливаясь и подстраиваясь так, чтобы погасить движения мяча или изменить его направление. Все это так же предъявляет очень высокие требования к пространственному видению занимающегося.

По мнению ряда авторов, применение некоторых спортивных игр, в том числе и футбола, по упрощенным правилам уже в дошкольном возрасте значительно облегчит детям начальный период обучения в школе, предполагающий высокий уровень зрительных нагрузок в связи с интенсивным овладением чтением, письмом, счетом. Поэтому при работе с дошкольниками вводить спортивные игры с упрощенными правилами целесообразно в старших и подготовительных к школе группах детского сада.

О связи умственного и физического развития известно с древних времен. Исследования ученых показали, что в 72% случаев низкого уровня познавательной активности дошкольников имели низкий уровень и в развитии физической подготовленности. А среди детей с высоким уровнем физической подготовленности с низкого уровня познавательной активности выявлено не было. Необходимость использования спортивных игр и упражнений в физическом воспитании дошкольников отмечают многие

специалисты. По мнению Т.В. Лаврентьевой этой цели могут служить и спортивные игры, так как выполнение детьми заданий, требующих ориентировки в пространстве способствуют развитию наглядно-образного мышления [31]. Ученые отмечают, что дети 5-6 лет могут входить в группы общей физической подготовки спортивных школ. Для них рекомендуются виды спорта на развитие координации и техники движений. Только при этом следует придерживаться рекомендуемого времени занятий: для детей 5-6 лет – 25-30 минут, для детей 6-7 лет- 30-35 минут.

В настоящее время во многих странах мира при различных федерациях созданы комиссии по видам спорта (мини-гандболу, мини-футболу и др.), которые организуют соревнования для детей 5-10-летнего возраста.

Двигательная координация – это наиболее существенный элемент двигательной подготовки человека, включающий основные координационные способности (быстрота двигательной реакции, ритмизация движений, сохранение равновесия, пространственная ориентировка, кинетическая дифференцировка движений) а также ряд других психомоторных способностей (прыгучесть, точность и гармония движений, скорость, «чувство времени», способность сосредоточения внимания).

В связи с тем, что развитие координационных способностей в дошкольный период считается одним из самых главных направлений физического воспитания, можно с уверенностью сказать, что особое место принадлежит использованию разнообразных форм, средств и методов их развития. В качестве конкретных методических рекомендаций нами были выделены результаты исследований Зациорского В.М., Матвеева Л.П., которые предлагают наряду с другими видами применять упражнения с изменением пространственных границ их выполнения, а также усложнение упражнений дополнительными движениями. В данном случае, развитие координационных способностей стимулируется «повышением координационной сложности, с которой должен справиться занимающийся во время выполнения двигательного задания» [15].

Опираясь на данные определения можно считать, что к наиболее важным специфическим координационным способностям в футболе относятся: способности к точности воспроизведения, дифференцирования, отмеривания и оценки пространственных, временных и силовых параметров движений; к динамическому и статическому равновесию, ритму, быстрому реагированию, ориентированию в пространстве, быстрой перестройке двигательной деятельности, а также к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости, связи или соединению.

Важными в аспекте определения координационных способностей и использования средств футбола в физическом воспитании детей выделяются такие: как полноценность восприятия и анализа собственных движений во времени и пространстве, способность к согласованию определенных двигательных действий и объединению операций в единое целое с учетом поставленной цели и взаимодействия с другими уровнями координационной деятельности человека.

Двигательная деятельность при игре в футбол отличается от таковой в других видах спорта. В сфере футбола осуществляется деятельность, направленная на совершенствование, преобразование природных данных человека, как в отношении его физических качеств, двигательных навыков, так и в развитии познавательных процессов.

Отличительной особенностью игры в футбол являются постоянные изменения ситуаций на игровом поле, что напрямую оказывает влияние на развитие координационных способностей. Футбол относится к группе нестандартных, ситуационных упражнений, где ход событий не известен заранее, и действовать приходится в зависимости от ситуации.

Известно, что занятия футболом способствуют развитию всего спектра физических качеств. При этом к системе движений, совершаемых игроками в игре футбол, предъявляются высокие требования в плане координации движений, их взаимосогласования и взаимодействия для решения различных двигательных задач.

Идеи и доказательность методик, внедренных в практику физического воспитания детей старшего дошкольного возраста на основе использования упражнений на равновесие, движений различными частями опорно-двигательного аппарата в соответствии пространственными ориентирами и тренировочных устройств для развития целевой точности в условиях интеграции двигательной и познавательной деятельности позволяют предположить, что использование упражнений из арсенала футбола, а также различные упрощенные игры окажут благотворное влияние на развитие координационных способностей и повышения уровня физической подготовленности детей 6-7 лет.

Выводы по первой главе

Анализ научно-методической литературы позволил установить:

1. В системе дошкольного образования используется широкий спектр программ, предусматривающих различные подходы к организации педагогического процесса в ДОО. Базовые программы в основном носят оздоровительный характер и направлены на разностороннее развитие ребенка.

2. Исследование содержания программ физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях позволило выявить, что средства, формы и методы физического воспитания в основном направлены на развитие таких видов движений как ходьба, бег, прыжки, лазание, метания. В качестве средств также используются подвижные игры. В образовательных программах рекомендуется использование упражнений из арсенала спортивных игр. В основном это отражено в парциальных программах, которые характеризуются узконаправленным использованием средств физической культуры. Подобная картина характерна не только для системы физического воспитания дошкольных учреждений России, но и для зарубежных стран. В системе физического воспитания дошкольных учреждений различных стран используются в основном одни и те же виды двигательной активности. При этом приоритет отдан игре как средству, форме и методу физического воспитания детей. При этом элементы спортивных игр в системе физического воспитания дошкольников используются недостаточно.

3. Анализ литературных источников свидетельствует о том, что у детей в возрасте 6-7 лет большинство функциональных систем достигает достаточной степени зрелости, заканчивается созревание нервных клеток головного мозга, увеличивается количество и качество выполнения двигательных действий, что бесспорно оказывает влияние на развитие психических процессов.

4. Одним из эффективных средств физического воспитания и отвечающего возрастным особенностям старших дошкольников являются упражнения, включающие элементы спортивных игр. Использование элементов спортивных игр оказывает положительное влияние на развитие физических качеств, двигательных навыков, интеллектуальных способностей, способствуют повышению уровня защитных функций организма и формированию интереса к физической культуре и спорту.

Установлено, что в основном в дошкольных учреждениях используются игры с мячом руками (баскетбол, волейбол, гандбол), а элементам игры в футбол отводится, как правило, ознакомительная роль. Прежде всего, как показал анализ специальной литературы, это объясняется недостаточной методической обеспеченностью занятий, что затрудняет их использование в практике физического воспитания детей дошкольного возраста.

Таким образом, представляется необходимой разработка методики организации и проведения физкультурных занятий с детьми 6-7 лет в условиях ДОО на основе применения элементов игры в футбол.

Глава 2. Методы и организация исследования

2.1. Методы исследования

В работе использованы следующие методы исследования:

1. Теоретический анализ научно-методической и специальной литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Тестирование.
4. Педагогический эксперимент.
5. Методы математической статистики.

Теоретический анализ научно-методической и специальной литературы.

Теоретический анализ и обобщение. Изучение литературных данных проводилась для оценки состояния проблемы, определение задач исследования и соответствие имеющейся информации с результатами экспериментальное исследований. Список изученных источников представлен в списке литературы, изложенной в дипломной работе.

Анкета, беседа, опрос. Данный метод применялся для изучения режима учебно-тренировочной деятельности футболистов, особенностей организации подготовки, динамики работоспособности, структуры управления учебно-тренировочным процессом по развитию ловкости у юных футболистов.

Анкетирование и беседы во время исследования проводились как с юными футболистами, так и с футбольными тренерами. Беседы с спортсмены дали ценную информацию о субъективном отношении занимался различными специальными упражнениями, помогал анализируя конкретные причины травм, футболисты способствовали найти реальные способы индивидуализировать самостоятельность тренировки. Во время бесед с футбольными экспертами и их опроса, конкретизировались различные

организационные вопросы, а также элементы комплексного обеспечения учебно-тренировочных занятий.

Изучение динамики физического состояния. Физическое состояние и работоспособность юных футболистов изучались методом специальных контрольных упражнений, наблюдения, хронометража. Испытание уровня физической подготовленности проводилось с целью оценки степени развития физических, а также для анализа эффективности воздействия средств и методов тренировки в целях роста спортивных результатов футболистов.

Педагогическое наблюдение. Представляет собой планомерный анализ и оценку индивидуального метода организации учебно-воспитательного процесса без вмешательства исследователя в ходе этого процесса. Оно отличается от бытового наблюдения, во-первых, планомерностью и конкретностью объекта наблюдения, во-вторых, наличием специфических приемов регистрации наблюдаемых явлений и фактов (специальных протоколов, условных обозначений при записях и пр.) и, в-третьих, последующей проверкой результатов наблюдения.

К достоинствам наблюдения по сравнению с некоторыми другими методами исследования можно отнести следующее:

- только наблюдение представляет возможность судить о многих деталях живого педагогического процесса в их динамике; оно позволяет фиксировать педагогические события непосредственно в момент их протекания;
- наблюдением можно успешно пользоваться для оценки отдаленных последствий физического воспитания;
- в результате наблюдения исследователь получает фактические сведения о событиях, а не мнения других лиц об этих событиях как, например, при анкетировании);
- наблюдающий независим от умения исследуемых оценивать свои действия, высказывать свое мнение (по сравнению, например, со всеми видами опроса).

Контрольные испытания (тестирования). Проводятся с помощью контрольных упражнений, или тестов.

Контрольные испытания помогают: выявить уровень технической подготовленности игроков, сравнить подготовленность как отдельных занимающихся, так и целых групп, выявить преимущества и недостатки применяемых средств и методов обучения и форм организации занятия.

В эксперименте были использованы контрольные упражнения:

1. Бег восьмеркой: квадрат 3м в середине ставим стойку. На середине каждой из сторон ставим стойку. Расстояния между стойкой в середине и стойками, стоящими на каждой из сторон 3 м. Испытуемый по сигналу начинает бег от середины в форме восьмеркой, и так обегая каждую стойку всегда возвращаться к месту старта.

2. Скоростное ведение мяча по прямой: Исходное положения – высокий старт, ускорение делается на максимальной скорости. Ведение мяча выполняется так, чтобы при каждом беговом шаге нога касается мяча. Продвигаясь с мячом, голову держать так, чтобы видеть и мяч и поле. Ведение мяча выполняется серединой подъема.

3. Змейка на время: стойки выставляются по линии диаметра центрального круга, расстояние между стойками 1м, упражнение выполняется заданным способом, по часовой стрелке и против, со сменой направления через 1 круг.

Педагогический эксперимент – является фундаментом для любого исследования, проводимого в области педагогики. Он характеризуется тем, что является запланированным вмешательством человека в изучаемое явление.

Для **математико-статистической обработки данных** использовался t-критерий Стьюдента.

Критерий Стьюдента применяется в том случае, когда требуется дать ответ: отличаются ли достоверно, т.е. надежно, результаты одной группы от результатов другой группы.

Суть данного критерия заключается в том, что оценивается степень расхождения средних арифметических показателей двух групп данных относительно дисперсии σ^2 , т.е. разброса индивидуальных данных, рассчитанной применительно к этим двум группам, где количество членов соответствует N_1 и N_2 .

1. Средние арифметические величины рассчитывались для каждой группы в отдельности по следующей формуле:

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n},$$

где X_i – значение отдельного измерения; n – общее число измерений в группе.

2. Стандартное отклонение (δ) по следующей формуле:

$$\delta = \frac{X_{i \max} - X_{i \min}}{K}$$

где $X_{i \max}$ – наибольший показатель; $X_{i \min}$ – наименьший показатель; K – табличный коэффициент.

3. Стандартная ошибка среднего арифметического значения (m) по формуле:

$$m = \frac{\delta}{\sqrt{n-1}}, \text{ когда } n < 30$$

$$m = \frac{\delta}{\sqrt{n}}, \text{ когда } n \geq 30$$

4. Для сравнения средних величин t -критерий Стьюдента рассчитывается по следующей формуле:

$$t = \frac{\bar{X}_a - \bar{X}_k}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2}},$$

где \bar{X}_a – средняя арифметическая первой сравниваемой совокупности (группы), \bar{X}_k – средняя арифметическая второй сравниваемой совокупности (группы), m_1 – средняя ошибка первой средней арифметической, m_2 – средняя ошибка второй средней арифметической.

По таблице критических значений для данного числа степеней свободы находим $t_{кр}$. Определяется, между какими значениями попало полученное эмпирическое значение.

Если $P(t) > 0,05$, то различия в группах эксперимента не являются достоверными.

Если $P(t) < 0,05$, то различия в группах достоверные.

Кроме того, для характеристики динамики изучаемых показателей по отдельным этапам исследования определялась, так называемая, относительная интенсивность прироста. Относительная интенсивность прироста изучаемых показателей вычислялась, как отношение прироста показателя к среднему арифметическому начального и конечного значений, выраженное в процентах:

$$W = \frac{(X_1 - X_2)100\%}{0,5(X_1 + X_2)},$$

где W – интенсивность прироста изучаемого показателя (%); X_1 – начальное значение изучаемого показателя; X_2 – конечное значение изучаемого показателя.

2.2. Организация исследования

Исследование проводилось на базе МБДОУ № 182 города Красноярск.

Предметом исследования явился поиск новых путей развития ловкости детей старшего дошкольного возраста на занятиях физической культурой в группе ДОУ.

Исследование проводилось в 4 этапа:

1 этап (сентябрь – ноябрь 2021 года) – изучение научно-методической литературы по теме исследования.

2 этап (ноябрь 2021 – май 2022 года) – разработка комплекса средств и методов с элементами футбола для развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста на занятиях физической культурой в группе ДОУ.

3 этап (сентябрь 2022 – май 2023 года) – проведение педагогического

эксперимента. В контрольную группу вошли 22 мальчика и 21 девочка (43 дошкольника), в экспериментальную – 22 мальчика и 22 девочки (44 дошкольника). Контрольная группа занималась по общепринятой программе физической культуры в дошкольном учреждении. Занятия в экспериментальной группе проводились по разработанному комплексу упражнений, направленный на развитие ловкости у детей 6-7 лет посредством занятий футболом. Занятия проводились трижды в неделю (длительность не менее 25-30 минут). Элементы игры в футбол включались в каждое занятие в процентном соотношении 25%, 50%, 100% от общего времени занятий.

Для определения динамики развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста был использован сравнительный метод, который позволяет сравнить показатели контрольной и экспериментальной групп на констатирующем и контрольном этапах исследования.

4 этап (май 2023 года) – обработка полученных результатов их систематизация, анализ и оформление выпускной работы.

Выводы по второй главе

Анализ научно-методической литературы позволил выяснить состояние проблемы исследования, ее актуальность. Анализ проводился на основе изучения работ, посвященных: организации физкультурно-оздоровительной работы в системе дошкольного образования; использованию современных методик, направленных на умственное и физическое развитие дошкольников; уровню физической подготовленности и особенностей психического развития детей дошкольного возраста; использованию обучения элементам спортивных игр в процессе занятий физической культуры в ДОУ.

Педагогические наблюдения проводились с целью изучения организации двигательной деятельности детей в дошкольных учреждениях, особенностей построения занятий по физической культуре, технологии применения новых систем физического воспитания, использования на занятиях по физической культуре упражнений с элементами спортивных игр, а также организации воспитательно-образовательного процесса. Педагогические наблюдения были как непосредственные (исследователь выступал в роли свидетеля и является нейтральным лицом по отношению к педагогическому процессу), так и опосредованные (исследователь являлся участником, руководителем педагогического процесса). По форме наблюдения были открытыми (занимающиеся и педагоги знают о ведущемся наблюдении) и закрытыми. По времени: непрерывные и дискретные. Анализ педагогических наблюдений осуществлялся по видеозаписям и протоколам наблюдений, позволив при этом конкретизировать направление экспериментальной работы, а также более точно определить средства и методы необходимые для психофизического развития и способы педагогического контроля.

Педагогический эксперимент позволил осуществить апробацию разработанной методики физкультурных занятий с применением элементов

игры в футбол с детьми старшего дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Тестирование уровня физической подготовленности проводилось с использованием контрольных упражнений наиболее часто употребляемых в практике работы с детьми старшего дошкольного возраста.

Глава 3. Разработка, апробация и оценка эффективности комплекса упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей 6-7 лет

3.1. Обоснование, разработка и апробация комплекса упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей 6-7 лет

С целью обоснования экспериментальной методики, на предварительных этапах исследования, осуществлялись наблюдения и видеозаписи выполнения детьми 6-7 лет элементов игры в футбол. В частности это касалось изучения особенностей выполнения ударов и ведения мяча. В протоколах наблюдений фиксировались способы выполнения удара по мячу (носком, подъемом стопы, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы) и способы ведения (носком, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, подъемом, подошвой), а так же варианты ведения мяча (только одной ногой, поочередное использование как правой, так и левой ноги). Это позволило определить средства и методы обучения владения мячом, методику проведения занятий на основе применения элементов игры в футбол с детьми 6-7 лет.

Особенности выполнения ведения мяча различными способами. Детям предлагалось выполнить ведение мяча: без определенного направления, по прямой и по окружности, а так же удары по мячу. Это было сделано с целью выявления «удобной», доминантной ноги, при выполнении которой ребенок наиболее эффективно решал двигательную задачу. Фиксировались способы и приемы ведения мяча.

На основе анализа проведенных наблюдений за действиями детей с мячом было выявлено, что большинство мальчиков (57,1%) и девочек (46,2%) 6-7 лет выполняют ведение мяча по прямой только правой ногой. Ведение мяча только левой ногой осуществляют в среднем от 14 до 23% детей. Поочередное ведение мяча (правой и левой ногой) использует лишь треть 28,6% мальчиков и 30,6% девочек 6-7 летнего возраста (табл. 1).

Таблица 1

Результаты регистрации способов ведения мяча по прямой детьми 6-7 лет (%)

Способ ведения	6-7 лет	
	М (44чел.)	Д (43чел)
Правой ногой	57,1	46,2
Левой ногой	14,3	23,1
Поочередно обе ноги	28,6	30,7

Распределение результатов наблюдений за тем, какой прием ведения мяча используют дети при выполнении двигательного задания по окружности (в левую сторону) представлен в таблице 2.

Таблица 2

Результаты регистрации приемов ведения мяча по окружности (против часовой стрелки) (%)

Прием ведения	6-7 лет	
	М (44чел.)	Д(43чел)
Правой ногой	57,1	46,2
Левой ногой	7,8	15,4
Поочередно обе ноги	35,7	38,4

Изменение траектории ведения мяча не оказало существенного влияния на характер двигательного действия. Способ ведения у детей 6-7 лет остался таким же, как и при ведении мяча по прямой. Было отмечено, что дети, использовавшие при ведении мяча по прямой только левую ногу, с изменением траектории выполнения задания стали использовать обе ноги поочередно.

Детальный анализ результатов наблюдений, позволил определить, что дети используют различные приемы ведения и их сочетания. В таблице 3 представлены результаты наблюдений, фиксированных на видео (с письменного разрешения родителей). Установлено, что от 23,1 % до 30,7% детей 6-7 лет используют при выполнении ведения мяча ногой внутреннюю

сторону стопы, а также сочетание ведения внутренней стороной стопы и носком (от 20% до 28,6%). Внешней стороной стопы ведение зафиксировано только у девочек 6-7 лет в 7,7% случаев. Ведение носком мальчики 6-7 лет (14,3%) используют реже, чем девочки этой же возрастной группы – 23,1% случаев.

Таблица 3

Результаты регистрации способов ведения мяча детьми 6-7 лет (%)

Способы ведения	6-7 лет	
	М (44чел.)	Д(43чел)
Внутренней стороной стопы	28,6	23,1
Носком	14,3	23,1
Внешней стороной стопы	0	7,7
Внутренней и внешней стороной стопы	7,1	7,7
Внутренней стороной стопы и носком	28,6	23,1
Внутренней, внешней стороной стопы и носком	14,3	7,7
Внешней стороной стопы и носком	7,1	7,6

Сочетание внешней стороной и носком стопы при ведении мяча используют 14,3% мальчиков 6-7 лет. В два раза реже такой прием используют девочки 6-7 лет (7,7%).

Для незначительной части детей характерно осуществление ведения мяча внутренней и внешней стороной стопы (от 6,7% до 15%). Девочки и мальчики 6-7 лет такое сочетание ударов при ведении мяча используют в равном соотношении – 7,7% и 7,1% соответственно.

Аналогичная картина распределения результатов характерна при анализе выполнения ведения мяча внешней стороной и носком стопы. Подобным способом ведения мяча пользуются мальчики 6-7 лет (7,1%) и девочки 6-7 лет (7,6%).

Сочетание внутренней стороной и носком стопы характерно для детей 6-7 лет в 28,6% и 23,1% случаев у мальчиков и девочек соответственно.

Таким образом, анализ результатов наблюдений позволяет

констатировать, что в основном дети 6-7 лет при ведении мяча используют либо только внутреннюю сторону стопы, либо сочетание носком и внутренней стороной стопы, что не является рациональным с точки зрения скорости продвижения вперед. Очевидно, что наибольшую степень контроля над мячом дети достигают, когда он расположен между ног. В этом случае удары внутренней стороной стопы и носком вполне оправданы.

В ходе наблюдений и анализа видеозаписей установлено, что для всех детей данной возрастной группы наиболее удобным способом выполнения удара ногой по мячу является удар носком стопы.

Наименее применяемым способом является удар внутренней частью подъема стопы. Неправильное выполнение ударов внешней и внутренней частью подъема на наш взгляд связано пониманием детьми данного задания. Дети, как правило, выполняют задание только теми частями стопы, о которых они знают. Носок, пятка, внешняя сторона стопы, используются в общеразвивающих упражнениях: ходьба на пятках, на носках, на внешней стороне стопы. Для выполнения данных упражнений инструктором или воспитателем осуществляется показ с рассказом. Ходьба на внутренней стороне стопы у детей дошкольного возраста не используется. У детей отсутствуют понятия о таких частях стопы как внешний или внутренний подъем. В связи с этим данные упражнения вызвали у них трудность выполнения, и вместе с тем нежелание выполнять данные упражнения

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о неоднозначности развития двигательных умений у мальчиков и девочек при выполнении ударов и ведении мяча. Особенности выполнения ударов является прямолинейность выполнения движений по отношению к направлению выполнения удара. Дети стремятся создать для себя удобные условия для выполнения движений ногами. Они разворачиваются перпендикулярно к направлению движения мяча, когда необходимо выполнить удар внешней стороной стопы, используя при этом отведение ноги и приведение, когда удар осуществляется внутренней стороной стопы.

При выполнении ведения мяча управление движениями у детей затруднено из-за большого количества лишних степеней свободы. В структуре двигательных действий нет слитности, присутствует рассогласованность движений различными звеньями опорно-двигательного аппарата. Дети не учитывают силу ударов по мячу при ведении, вследствие этого наблюдается рассогласованность скорости их перемещения и мяча в пространстве.

Выявленные особенности выполнения элементов «школы футбола» у детей дошкольного возраста позволяют определить основные направления по разработке специальной программы занятий на основе расширения диапазона движений за счет неиспользуемых потенциальных возможностей анатомического строения различных суставов.

Учитывая выявленные особенности выполнения детьми 6-7 лет двигательных действий с мячом ногами, а также опираясь на данные проведенного анализа средств, форм и методов, используемых в процессе обучения детей двигательным действиям, нами была разработана экспериментальная программа физкультурных занятий в ДОУ.

Экспериментальная программа базировалась на общих методических положениях для организации физкультурных занятий с детьми и создания условий для интеграции двигательной и познавательной деятельности на основе использования элементов игры в футбол, что обеспечивало интерес и мотивацию к решению двигательной задачи у дошкольников.

Экспериментальная программа занятий на основе использования средств футбола базируется на следующих положениях:

- подготовке мест и инвентаря для занятий футболом;
- подбор адекватных возрастным особенностям способов и приемов выполнения детьми ударов и введений мяча;
- создание условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах;
- обеспечение условий выполнения движений отдельными

звеньями опорно-двигательного аппарата во все возможных направлениях, обусловленных анатомическим строением суставов всего тела;

- использование упражнений, обеспечивающих согласование движений отдельных звеньев опорно-двигательного аппарата для выполнения двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения и др.);

- распределение, изучаемых упражнений по сложности их выполнения и освоения детьми в течение учебного года;

- составление блоков специальных упражнений по направленности освоения двигательных действий футболиста и игр.

Занятия по экспериментальной методике проводились 3 раза в неделю, длительностью по 25-30 минут. Элементы игры в футбол включались в каждое занятие в процентном соотношении 25%, 50%, 100% от общего времени занятий (таблица 5).

Таблица 5

Объем футбольных упражнений, используемых на занятиях (%)

Месяцы	№ занятия	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
сентябрь	1	25	25	25	25
	2	25	25	50	50
	3	25	50	50	50
октябрь	1	25	25	25	25
	2	50	50	50	50
	3	100	100	100	100
ноябрь	1	25	25	25	25
	2	50	50	50	50
	3	100	100	100	100
декабрь	1	25	25	25	25
	2	50	50	50	50
	3	100	100	100	100
январь	1			25	25
	2			50	50
	3			50	50
февраль	1	25	25	25	25
	2	50	50	50	50
	3	100	100	100	100
март	1	25	25	25	25

	2	50	50	50	50
	3	100	100	100	100
апрель	1	25	25	25	25
	2	50	50	50	50
	3	100	100	100	100
май	1	50	50	50	50
	2	50	50	50	50
	3	50	50	50	50

Объем занятий по разработанной методике составил 33,3% (34 занятия в год) при 25%, 43,2% (44 занятия в год) при 50% и 23,5% (24 занятия) при 100% включении в содержание занятий элементов игры в футбол.

Для обучения элементам игры в футбол были выбраны двигательные действия, рекомендованные ведущими специалистами для данной возрастной группы. Это удары по мячу, ведение мяча, остановки и передачи мяча. Двигательная деятельность детей в рамках физкультурных занятий представлена блоками специально подобранных упражнений, которые последовательно осваивались детьми в течение учебного года.

Упражнения были разделены на пять блоков и направлены:

1. на развитие «чувства мяча»;
2. на обучение ударам;
3. на обучение остановок и передач;
4. на обучение ведения;
5. комбинированные упражнения, направленные на закрепление и совершенствование игры в футбол.

Упражнения внутри блоков и сами блоки были взаимосвязаны друг с другом и обеспечивали преемственность и последовательность в решении задач обучения. Содержание каждого отдельного блока соответствовало стадиям формирования определенного двигательного умения.

В течение года дети постепенно осваивают основные элементы игры в футбол (таблица 6). Для закрепления и совершенствования освоенных навыков к каждому блоку разработан комплекс игр направленных и на

умственное развитие детей.

Таблица 7

Распределение блоков футбольных упражнений в течение учебного года

Месяцы	Блоки упражнений				
	1	2	3	4	5
Сентябрь	X				
Октябрь	X	X			
Ноябрь	X	X	X		
Декабрь	X	X	X	X	
Январь	X	X	X	X	
Февраль	X	X	X	X	X
Март	X	X	X	X	X
Апрель	X	X	X	X	X
Май					X

Физкультурные занятия с использованием элементов игры в футбол были различного типа:

2. обучающие, для ознакомления с новым материалом;
3. смешенного типа, направленные на закрепление изучаемого материала;
4. вариативные, с использованием более сложных вариантов уже освоенных двигательных действий;
5. тренировочные, включающие большое количество соревновательных упражнений и игр с мячом, направленные на развитие функциональных и двигательных качеств
6. интегрированные, включающие в себя использование элементов игры в футбол для решения познавательных задач и закрепление материала из разделов образовательной программы.

Основным средством, формой и методом являлась игра. Использовались различные подвижные игры и игровые ситуации, адаптированные для освоения футбольных упражнений и в целом элементов игры между командами. Кроме того, для закрепления двигательных действий упражнения из предложенных блоков включаются в эстафеты.

Для развития «чувства мяча», формирования двигательных умений и навыков владения мячом использовалась специальная разметка на полу зала.

Детям предлагается прокатывать мяч по разметке («восьмерка», «круг», «квадрат», «треугольник» и др.) как правой, так и левой ногой. Постепенно величина фигур на полу увеличивалась, и дети осуществляли ведение мяча по линии, относящейся к той или иной фигуре, называя ее. Для нанесения разметки использовался цветной скотч.

В процессе занятий детей обучали ударам по мячу. Выполняют их ногой различными способами: внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, носком ноги. Выполнение ведения и при приемах мяча детей учили останавливать мяч. Цель остановки мяча – погасить скорость катящегося или летящего мяча для осуществления дальнейших действий.

Обучая остановкам мяча, учитывали то обстоятельство, что ребенок, в начале, старается полностью остановить мяч. Для него еще, является достаточно сложным выполнение двигательного действия, обеспечивающего не полную остановку, а перевод его для выполнения последующих действий. Остановки мяча происходят подошвой, внутренней и внешней стороной стопы, внутренней частью подъема.

Учет особенностей владения мячом детьми дошкольного возраста обеспечивает выбор и последовательность изучения элементов ведения мяча. С помощью ведения осуществляются всевозможные перемещения игроков. При этом мяч должен находиться под их постоянным контролем. На начальном этапе обучения ведению мяча детям рекомендуется использовать ходьбу, затем по мере освоения двигательного действия постепенно переходить на бег, в дальнейшем сочетать ходьбу и бег (бег и ходьбу). Выполнять ведение мяча в различной последовательности и разным темпе. Вести мяч по площадке дети учатся носком ноги, внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема.

Обучение элементам игры вратаря предполагает освоение таких

элементов как ловля мяча, отбивание его ногами и руками, броски пойманного мяча в поле (в том числе на точность).

Физкультурные занятия в разработанной нами программе состояло из подготовительной, основной и заключительной частей. В зависимости от задач, в содержание различных частей занятия включались упражнения на освоение, закрепление и совершенствование изучаемых двигательных действий футболиста.

Блок 1. Упражнения на развитие «чувства мяча»

1. ходьба с подбиванием мяча, находящегося в руках бедром ноги, коленом;

2. сидя на стуле прокатывать мяч одной ногой:

- вперед, до постановки стопы на пятку;
- в правую и левую стороны, с постановкой ноги на внешнюю, внутреннюю сторону стопы;

3. постановка правой и левой ноги к мячу внутренней и внешней стороной стопы, носком, пяткой;

4. стоя на одной (правой, левой) ноге, другой ногой на мяче прокатывание мяча:

- вперед, до постановки стопы на пятку;
- назад, до постановки стопы на носок;
- в правую и левую стороны, с постановкой ноги на внутреннюю, внешнюю сторону стопы;

5. стоя на одной (правой, левой) ноге, другой ногой на мяче прокатывать мяч вперед, назад и в стороны по наклонной поверхности;

6. стоя на одной (правой, левой) ноге, другой ногой на мяче прокатывать мяч вперед внешней стороной стопы;

7. стоя на одной (правой, левой) ноге, другой ногой на мяче выполнять:

- круговые движения мячом внутрь и наружу;
- движения, описывая квадрат;

- движения, описывая треугольник;
- движения по восьмерке в левую и правую стороны;
- 8. сидя на стуле поочередно ставить на мяч одну (правую, левую) ногу;
- 9. то же стоя;
- 10. стоя одной ногой на мяче прыжком выполнять смену ног;
- 11. стоя одной (правой, левой) ногой на мяче выполнять прыжки

вокруг мяча:

- вперед;
- назад.

При выполнении упражнений:

- использовать мячи различных размеров и цветов;
- называть стороны и фигуры, по которым осуществляется прокатывание мяча;

- называть части стопы;
- для большей четкости в организации рекомендуется обозначить правую или левую ноги цветовым ориентиром;
- использовать в проведении эстафет упражнения 10, 11.

Подвижные игры:

1. «Кто быстрее»

На площадке обозначаются две линии. По сигналу дети, перекатывая мяч подошвой одной ноги, двигаются от одной линии к другой.

Варианты игры: варьировать расстояние между линиями (от меньшего к большему), размер мяча, чередовать правую и левую ноги, выполнять передвижение прыжками, вперед спиной. Предлагать детям запоминать различные дидактические пособия, расставленные вдоль линий.

Методические указания: побеждает тот, кто всех быстрее и точно выполнит задание и запомнит как можно больше методического материала.

2. «Не ошибись!»

Водящий предлагает выполнить заданное движение мячом (стоя одной ногой на мяче) по зрительному или слуховому ориентиру.

Варианты: дети могут играть сидя или стоя; предлагается выполнять различные прокатывания (вперед, назад, вправо, влево, круг, квадрат, треугольник, восьмерка) мяча; контуры, по которым осуществляется прокатывание мяча, могут быть нарисованы мелом на полу перед ребенком; варьируется размер мяча. Детям можно предлагать прокатывание мячом одной фигуры начерченной на полу разными цветами, по зрительному или слуховому ориентиру который должен совпадать с заданными цветами.

Методические указания: побеждает тот, кто правильно выполнит задание, назовет фигуру и цвет.

Блок 2. Упражнения, направленные на обучение ударов различными способами:

1. замахи как при ударе с касанием мяча:
 - носком;
 - серединой подъема стопы;
 - внутренней частью подъема;
 - внешней частью подъема;
2. удары по неподвижному мячу правой и левой ногой:
 - носком;
 - средней частью подъема;
3. удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с опорой:
 - внутренней частью подъема;
 - внешней частью подъема;
4. удары пяткой правой и левой ногой назад, вправо, влево;
5. удары по неподвижному мячу правой и левой ногой различными способами с 1-3 шагов;
6. удары по неподвижному мячу правой и левой ногой различными способами с разбега;
7. удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся навстречу мячу;
8. в висе отбивание летящего навстречу мяча;

9. удары правой и левой ногой различными способами с разбега по катящемуся (навстречу, от себя) мячу;

10. несколько последующих ударов в стенку правой и левой ногой различными способами;

11. удары в цель, в том числе имеющую дидактическую направленность (подвижную, неподвижную, закрепленную):

- стоя правой и левой ногой различными способами неподвижным мячом;

- правой и левой ногой различными способами с 1-3 шагов неподвижным мячом;

- правой и левой ногой различными способами с разбега неподвижным мячом;

- правой и левой ногой различными способами с разбега по подвижному мячу.

12. бросать мяч из-за головы двумя руками:

- в парах, с ловлей мяча;

- в парах, один ребенок бросает, другой отбивает мяч руками;

- по различным дидактическим целям, на точность попадания.

При выполнении упражнений:

- использовать мячи различных размеров и цветов;

- называть стороны, в которые наносится удар и фигуры, по которым наносится удар мячом;

- называть части стопы;

- для большей четкости в организации рекомендуется обозначить правую или левую ноги цветовым ориентиром;

при обучении удару носком стопы:

- бьющая и опорная нога находятся сзади мяча на одинаковом расстоянии, бьющая – напротив мяча, опорная – немного в стороне;

- носок опорной ноги должен быть обращен вперед;

- когда бьющая нога движется к мячу мимо опорной, опорная нога

выпрямляется;

- носок бьющей ноги должен попадать в середину мяча;
 - в момент касания мяча носком бьющая нога остается чуть согнутой;
- при обучении удару серединой подъема стопы:*

• опорная нога ставится рядом с мячом так, чтобы ее носок был чуть впереди мяча;

- бьющая нога находится сзади, напротив мяча;
- в момент удара опорная нога ставится на носок;
- середина подъема бьющей ноги должна попадать в середину мяча;
- в момент касания подъемом бьющая нога должна быть еще согнута и

выпрямляется как бы «провожая» мяч;

• в момент удара разноименная бьющей ноге рука выносится вперед-вверх;

- при нанесении удара опорная нога поднимается на носок;
- в момент нанесения удара носок бьющей ноги не должен быть

повернут внутрь или наружу

- туловище в момент удара должно быть наклонено вперед;
- при обучении удару внутренней стороной стопы:*

• удар выполняется так же, как удар подъемом, но перед ударом носок разворачивается наружу;

• опорная нога не должна ставиться близко к мячу - это мешает нанесению удара;

• чтобы мяч летел высоко, бьющая нога выпрямляется в момент удара, а удар наносится в нижнюю часть мяча;

- чтобы мяч летел низко колени бьющей ноги нужно выносить вперед;
- движение рук как при ударе подъемом;

при обучении удару внешней частью подъема стопы:

• опорная нога ставится сбоку и сзади от мяча, а бьющая повернута носком вперед;

- после замаха бьющая нога соприкасается с нижней частью мяча, а

туловище немного наклонено вперед;

- чем ближе стоит опорная нога к мячу и чем больше повернута стопа, тем ниже полетит мяч.

Подвижные игры:

1. «Попробуй, попади»

Перед ребенком устанавливается мяч. После чего ему предлагается ударить по мячу вслепую.

Варианты: способы нанесения ударов, варьировать расстояние между ребенком и мячом, размеры мяча, попасть в цель.

Методические указания: если ребенок вслепую не может попасть по мячу предложить сначала нанести удар с открытыми глазами; побеждает тот, кто попадет наибольшее количество раз.

2. «Самый меткий»

На площадке в очерченном мелом круге (квадрате, треугольнике и т.д.) устанавливается какой-либо предмет (кегля, куб, мяч, дидактическая цель и т.д.). Ребенок, находясь на расстоянии от круга должен сбить данный предмет или выбить за границы круга.

Варианты: варьировать расстояние (от меньшего к большему), размеры мяча, способы нанесения ударов, количество сбиваемых предметов. Увеличивать количество кругов с предметами и место их расположения. Проводить игру командами. Определять выбиваемую цель по зрительному или слуховому ориентиру или указанию. Назвать подряд несколько целей и предложить нанести по ним удар в той последовательности, в которой оно были названы.

Методические указания: в игре побеждает ребенок или команда сбившая предмет или выбившая его за меньшее количество попыток, а также дети сумевшие нанести удары в правильной очередности.

3. «У кого меньше?»

Дети делятся на две команды. На каждой половине площадки поделенной линией на две равные половины устанавливается 3-6 мячей. По

сигналу, каждая команда, нанося удар ногой по мячу должна выбить его на чужую половину

Варианты: варьируется количество и размер мячей, размер площадки, количество игроков в команде, способы нанесения ударов, нанесение ударов только правой или левой ногой.

Методические указания: побеждает команда, правильно выполнившая задание и быстрее выбившая все мячи на чужую площадку, или команда у которой остается меньше мячей на площадке.

4. «Мышеловка»

Дети становятся в круг, образуя «мышеловку». В центре круга – водящий с мячами. Его задача выбить ногами мячи из круга. Дети, стоящие по кругу не должны выпустить мячи-«мыши» за круг.

Варианты: варьировать размер круга, способы нанесения ударов, чередовать правую и левую ноги, фиксировать положение детей начерченными на площадке фигурами по кругу, количество и размеры мячей, количество водящих. Предлагать водящему наносить удары только по заданным (цвет, размер, с определенной символикой) мячам.

Методические указания: не разрешается брать мяч в руки, пропустивший мяч становится водящим.

Блок 3. Упражнения, направленные на обучение передач и остановок мяча различными способами:

1. передача неподвижного мяча правой и левой ногой носком стопы:
 - сидя на полу одной и двумя ногами;
 - сидя на стуле одной и двумя ногами;
 - стоя;
2. передача неподвижного мяча носком с остановкой подошвой стопы:
 - сидя на полу одной и двумя ногами;
 - сидя на стуле одной и двумя ногами;
 - стоя правой и левой ногой поочередно;
3. один ребенок бросает мяч, другой принимает его на подошву;

4. передача неподвижного мяча правой и левой ногой внутренней стороной стопы:

- с опорой;
- без опоры;

5. передача неподвижного мяча правой и левой ногой внутренней стороной стопы с последующей остановкой внутренней стороной стопы;

6. передача неподвижного мяча правой и левой ногой внешней стороной стопы:

- с опорой;
- без опоры;

7. передача неподвижного мяча правой и левой ногой внешней стороной стопы с последующей остановкой подошвой и внутренней стороной стопы;

8. передачи вперед различными способами правой и левой ногой:

- мяча катящегося навстречу;
- мяча катящегося справа, слева;

9. передачи вправо, влево различными способами правой и левой ногой:

- неподвижного мяча;
- мяча катящегося навстречу;
- мяча катящегося справа, слева после остановки;

10. передачи мяча различными способами в различных направлениях правой и левой ногой:

- по кругу;
- по квадрату;
- по треугольнику;

11. передачи мяча в движении различными способами в различных направлениях правой и левой ногой.

При выполнении упражнений:

- использовать мячи различных размеров и цветов;

- называть стороны, в которые производится передача;
- называть части стопы;
- для большей четкости в организации рекомендуется обозначить правую или левую ноги цветовым ориентиром;
- передачи по кругу (квадрату, треугольнику) выполнять вправо и влево поочередно, для смены направления можно использовать слуховой и зрительный ориентиры;
- для четкости в организации место нахождения детей при передачах можно фиксировать обозначенными на полу различными фигурами;
- изменять расстояния при совершении передач, и при выполнении передач в движении от меньшего к большему;
- использовать упражнение 10 в качестве эстафеты
при обучении передачам внутренней и внешней стороной стопы используются правила как при обучении аналогичных ударов;
при обучении остановки мяча подошвой стопы:
- необходимо немного согнутую в коленном суставе ногу выставить навстречу мячу так, чтобы мяч коснулся подошвы;
- ступня ноги в момент соприкосновения с мячом обращена носком вверх;
- чтобы мяч не отскакивал, в момент сближения мяча с подошвой нога слегка отводится назад;
- туловище в момент остановки мяча должно быть наклонено немного вперед;
- при обучении остановки мяча внутренней стороной стопы:
- ступня согнутой опорной ноги должна быть параллельна линии, по которой катится мяч;
- нога, которой совершается остановка мяча в момент касания отводится назад, за опорную;
- если стопа останавливающей ноги становится под прямым углом к линии, по которой катится мяч, то он, коснувшись ноги, откатится назад

перед игроком;

- если стопа встретит мяч под каким-либо другим углом, то он может откатиться чуть вправо или влево;

- для наименьшего отскока, в момент остановки нога встречающая мяч должна быть максимально расслаблена в коленном и голеностопном суставах;

Подвижные игры:

1. «Пойманные мыши»

Организация игры, как при игре «Мышеловка». Водящий, находящийся в центре выполняет удары по мячам, а дети не должны выпустить мячи, останавливая их ногами.

Варианты: варьировать размер круга, способы нанесения ударов и остановок, чередовать правую и левую ноги, фиксировать положение детей начерченными на площадке фигурами по кругу, количество и размеры мячей, количество водящих. В игре можно использовать мячи различных цветов, соответствующих цветам маек детей, мячи различных размеров и с дидактическими символами при этом указывать какие именно мячи должны останавливать дети (все или определенная группа).

Методические указания: не разрешается останавливать мяч руками; при использовании варианта игры с цветовыми гаммами, ребенок должен останавливать только мячи соответствующие цвету его жилета, а мячи других цветов он старается передать ребенку с таким же цветом жилета или по другому полученному заданию; после остановки мяч убирается из игры; побеждает ребенок, остановивший как можно больше мячей, или быстрее остановивший именно «свой» мяч.

2. «А ну-ка отними!»

Дети становятся в круг, в центре – водящий. По сигналу дети осуществляют передачи мяча по кругу, а водящий должен отобрать мяч.

Варианты: варьировать расположение детей на площадке (круг, квадрат, треугольник, две линии) и расстояние между детьми; количество и

размеры мячей, количество водящих, способы выполнения передач и остановок; смена направления передач осуществляется по звуковому или зрительному ориентиру.

Методические указания: тот, у кого остановили мяч, становится водящим.

3. «Ты мне я тебе»

Дети в движении осуществляют передачи друг другу.

Варианты: варьировать расстояние между детьми, осуществлять передачу в указанное место (расставленные ориентиры и др.), выполнять движение по различным траекториям, выполнять передачи различными способами, после прохождения дистанции можно наносить удары в ворота или по какой-либо цели (используются различные дидактические цели), закрепленной или не закрепленной. Предлагать называть цель, в которую был нанесен удар.

Методические указания: следить за правильностью выполнения задания, чередовать правую и левую ноги. Поощрять детей, которые не только правильно выполнили передачи и удары, но тех, кто правильно назвал цель, по которой наносился удар.

4. «Один, два, три»

Дети делятся на пары. У каждого ребенка три мяча. По слуховому или зрительному сигналу один ребенок осуществляет другому указанное количество передач.

Варианты: варьируется расстояние между детьми в парах, способы выполнения передач и остановок, цвета мячей могут соответствовать цветовым карточкам и их количеству (размеру и тд.) при зрительном и слуховом ориентире.

Методические указания: выигрывает пара успешнее всех справившаяся с заданием.

Блок 4. Упражнения, направленные на обучение ведения мяча различными способами:

1. передвигаясь по прямой легкими ударами перекатывать мяч от одной стопы к другой, стараясь не отпускать мяч далеко от себя;
2. ведение мяча только правой или левой ногой:
 - внутренней частью подъема;
 - внешней частью подъема;
3. то же правой и левой ногой поочередно;
4. ведение мяча разными способами по различным траекториям;
5. ведение мяча змейкой, огибая ориентиры;
6. ведения мяча разными способами огибая ориентиры;
7. ведения мяча разными способами с изменением скорости;
8. ведения мяча разными способами с изменением направления движения;
9. ведение мяча разными способами с остановкой по сигналу;
10. при ведении отрывать взгляд от мяча и называть показанный зрительный ориентир от 3 раз и более;

При выполнении упражнений:

- четко указывать какой частью стопы осуществлять ведение;
- чередовать способы выполнения ведения;
- чередовать выполнение упражнений правой и левой ногой;
- использовать мячи различных размеров и цветов;
- использовать упражнения в различных эстафетах.

Подвижные игры:

1. «Ручеек»

На площадке обозначаются две линии. Ребенок осуществляет ведение мяча так, чтобы не задеть линии и не выйти за их пределы.

Варианты: варьировать расстояние между линиями, способы выполнения ведения, размеры мяча. Предлагать детям запоминать различные дидактические пособия, расставленные вдоль линий.

Методические указания: побеждает ребенок, который точно выполнит задание и назовет как можно больше дидактического пособия.

2. «Кошки-мышки»

Дети – «мыши» осуществляют ведение мяча по обозначенной площадке. Водящий – «кошка» так же осуществляя ведение мяча, должен своим мячом коснуться любого другого мяча. Ребенок, чей мяч был осален, покидает площадку.

Варианты: варьируются размеры мяча, количество водящих, способы ведения, варианты ведения (только по кругу, квадрату, треугольнику, хаотично), менять по сигналу направление, способы и варианты ведения мяча. Водящих может быть несколько и каждый старается поймать только тех детей, которые были указаны до начала игры (по определенному цвету мяча, или детей с определенными прикрепленными дидактическими символиками). Дети могут быть поделены на две команды, одна — «кошки», другая – «мышки» кошки ловят мышек, по определенному сигналу происходит смена.

Методические указания: не разрешается выходить за пределы площадки, побеждают дети, у которых не смогли осалить мяч.

3. «Выручай-ка»

Все дети осуществляют ведение мяча по площадке. Водящий должен своим мячом дотронуться до возможно большего числа мячей. Ребенок, чей мяч был пойман, встает в широкую стойку, поднимая руки с мячом вверх. Другие дети могут «выручить» пойманного, прокатив свой мяч между ногами пойманного, после чего он снова выполняет ведение мяча.

Варианты: те же что и в игре «Лиса и мыши». У детей могут быть какие-то отличительные признаки (цветные жилеты, мячи определенных цветов, повязки, прикрепленные цифры, фигуры, буквы и т.д.) по которым можно дать определенное задание для водящего и нескольких водящих. Так же и «выручать» можно только по определенным правилам.

Например: первый водящий может ловить детей только с красными мяча, а второй только в синих жилетах; выручать детей с красными мячами должны дети в синих жилетах, а детей в синих жилетах дети с красными

мячами.

Методические указания: нельзя выходить за пределы площадки, устанавливать определенное время, за которое водящие должны поймать как можно большее количество детей, после чего водящие меняются. Побеждает водящий, поймавший наибольшее количество детей.

4. «Угадай что?»

На площадке расположены ворота или стойки, к которым прикреплены карточки с различными изображениями. Ребенку показывается карточка, содержащая какой-то элемент целостного изображения или рисунка. После чего, ребенку, предлагается определить к какому из данных изображений или рисунку может принадлежать этот элемент и осуществить ведение к тем воротам, на которых, по его мнению, находится целостное изображение после чего дается новое задание.

Варианты: варьируется количество стоек или ворот с карточками и их расположение на площадке, количество детей принимающих участие в игре (от 1 и более), сложность предлагаемых элементов изображений, после ведения выполнять удар в ворота, выполнять удар в ворота без ведения, карточки с изображениями могут быть прикреплены к жилетам детей и предлагать осуществить передачу ребенку с «правильной» карточкой.

Методические указания: выигрывает ребенок, точно выполнивший задание.

Блок 5. Упражнения и игры, направленные на закрепление и совершенствование элементов игры в футбол

1. ведение мяча по различным траекториям с последующим нанесением удара по воротам или какую-либо цель (подвижную, неподвижную, с дидактической символикой);

2. одновременное ведение мяча навстречу друг другу, не сталкиваясь;

3. ведение мяча до указанного места с последующей передачей другому;

4. то же с возвращением на свое место;

5. при ведении мяча ребенку предлагается карточка с каким-либо ориентиром, по которому он сможет определить створ ворот, в которые наносится удар;

6. то же, с определением наиболее короткого маршрута;

7. выполнять несколько передач по сигналу или ориентиру в паре при ведении мяча;

8. то же с нанесением удара в ворота или по цели, которые расположены на дистанции;

9. один ребенок наносит не сильный удар в сторону ворот, а другой догоняет и наносит удар по катящемуся мячу в створ ворот;

10. Сведение мяча вперед спиной подошвой стопы, после сигнала оттолкнуть мяч вперед подъемом стопы другой ноги и остановить подошвой стопы этой же ноги поменяв, таким образом, направление движения.

При выполнении упражнений:

- четко указывать какой частью стопы осуществлять ведение;
- чередовать способы выполнения ведения;
- чередовать выполнение упражнений правой и левой ногой;
- использовать мячи различных размеров и цветов;
- следить за правильным выполнением данного задания;
- использовать упражнения в проведении различных эстафет.

Подвижные игры:

1. «Попробуй забей»

На площадке расположены ворота, в которых находится вратарь. Дети осуществляют ведение и наносят удар в ворота. Вратарь старается задержать или поймать мяч. Каждый ребенок поочередно становится в ворота.

Варианты: варьируется ширина ворот, ведение мяча осуществляется разными способами, ведение мяча осуществляется в парах с передачами, ведение по различным траекториям с обводкой ориентиров, игра может проводиться командами, удары в ворота наносятся разными способами. Предлагать детям обходить только определенные ориентиры (с

прикрепленными карточками различной дидактической направленности). Предлагать детям наносить мяч в определенную часть ворот (обозначенную или не обозначенную) по слуховому или зрительному ориентиру. Можно варьировать количество ворот.

Например: показать ребенку схематичное изображение ворот и указанное каким-либо знаком место в воротах, куда он должен нанести удар. На схеме может быть изображено несколько знаков, после названия которого ребенок должен сам определить куда нужно нанести удар. Схема может содержать план комнаты и по зрительному или слуховому указанию, ребенок определяет ворота и цель нанесения удара.

Методические указания: выигрывает ребенок, пара или команда, забившая больше мячей и правильно справившаяся с комплексным заданием, а так же вратарь, пропустивший наименьшее количество мячей.

2. «Точная передача»

Дети одеты в разноцветные жилеты или с какими-либо отличительными знаками и двигаются по площадке. Выбирается водящий, который по сигналу должен осуществить точную передачу ребенку только в жилете определенного цвета или с определенным отличительным знаком. После точной передачи игрок должен остановить мяч.

Варианты: варьируется скорость и направление движения детей по площадке, количество передач совершаемых водящим после сигнала (синий мяч – игроку с буквой «А», желтый мяч – с буквой «Б» и т.д.), водящий так же осуществляет движение, варьируется количество водящих, у которых свое определенное задание.

Методические указания: водящим становится ребенок, которому точно была сделана передача или выигрывает водящий сделавший большее количество точных передач.

3. «Выполни точно задание»

На площадке расположены ворота, которые защищает вратарь. Дети в парах должны, двигаясь к воротам осуществить определенное количество

передач до нанесения удара.

Варианты: варьируется расстояние до ворот и количество передач, количество детей выполняющих передачи (3-4 ребенка). На площадке могут устанавливаться ориентиры, ворота, тоннели различного цвета и формы с дидактической символикой, которые необходимо проходить до ворот. Игра может проводиться командами. Во время игры детям предлагается запомнить фигуры, какого цвета, буквы, цифры и т.д. они видели.

Методические указания: По окончании игры воспитатель спрашивает, что они запомнили. Выигрывают дети, точно выполнившие задание и вратарь, пропустивший наименьшее количество мячей, кроме того итогом игры является количество запомненных ребенком фигур, забитых в ворота мячей и т.д.

Примерная структура и содержание физкультурного занятия с элементами игры в футбол выглядит следующим образом:

Подготовительная часть представлена в виде упражнений динамического характера и направлены на повышение эмоционального тонуса, активизацию внимания, подготовку функциональных систем организма к физической нагрузке.

Содержание: различные виды ходьбы (на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием бедра; различные виды бега в с изменением направления движений, подскоки, прыжки. Упражнения могут выполняться с различными положениями рук и с предметами. На занятиях II и III типов могут включаться упражнения с элементами футбола (ведение, передачи).

Основная часть занятий I типа включает выполнения различных комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, направленных на тренировку разных мышечных групп Обучение основным видов движений. Подвижная игра или игровые упражнения.

Упражнения с элементами футбола могут быть включены в комплекс ОРУ – 2-3 упражнения из 1 блока, в комплекс ОВД – 2-3 упражнения,

подвижная игра или игровые упражнения с элементами футбола.

В основную часть занятий II типа элементы игры в футбол включают в комплекс ОРУ 2-3 упражнения (1 блок), поочередное обучение основным видам движений с обучением элементам игры в футбол. Подвижная игра может проходить в 2 этапа, один из которых основан на использовании элементов игры в футбол.

Основную часть занятий III типа составляют упражнения и подвижные игры с элементами футбола.

Заключительная часть представлена упражнениями на восстановление всех функций организма к исходному уровню. В занятиях I и II типа включаются дыхательные упражнения и игры малой интенсивности, так же может быть включена игра 1 блока «Не ошибись!». В занятиях III типа заключительная часть состоит из игр и упражнений с элементами футбола малой интенсивности.

Конспект физкультурного занятия I типа.

Подготовительная часть (4-5 мин.). Ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы. Ходьба с высоким подниманием бедра. Бег по кругу, с изменением направления движения по сигналу, бег змейкой.

Основная часть (20-22 мин.).

1. Комплекс ОРУ с мячом в руках (3-4 упр.).
2. Стоя на одной ноге (правой, левой), другой на мяче:
 - прокатывание мяча подошвой стопы вперед, до постановки ее на пятку;
 - то же назад, с постановкой стопы на носок;
 - то же в правую и левую стороны, с постановкой на внутреннюю, внешнюю сторону стопы.
3. Лазание по гимнастической стенке; ходьба с перешагиванием через предметы; прыжки на двух ногах из обруча в обруч.

Заключительная часть (3-4 мин.).

Игра с элементами футбола малой подвижности «Не ошибись!».

Конспект физкультурного занятия II типа.

Подготовительная часть (4-5 мин.)

Ходьба в колонне по одному между мячами (предметами); бег в равномерном темпе и с ускорением по сигналу; бег приставными шагами правым и левом боком.

Основная часть (20-22 мин.)

1. ОРУ в ходьбе.

Перебрасывание мячей двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах по 5 раз чередуя с передачами мяча внешней частью подъема стопы 5 раз.

2. Подвижная игра «Переброска мячей» в чередовании с игрой «У кого меньше».

Заключительная часть (3-4 мин.)

Игра малой подвижности с мячом «Попробуй, попади».

Конспект физкультурного занятия III типа.

Подготовительная часть (4-5 мин.)

Ходьба на носках – мяч вверх, на пятках – мяч за спину, на внешней стороне стопы – мяч перед собой, с подбиванием мяча бедром; бег змейкой; ходьба с ведением мяча змейкой. Упражнения выполняются поточным способом, двумя (тремя) колоннами в зависимости от количества детей в группе.

Основная часть (20-22 мин.)

1. Стоя на одной (правой или левой) ноге, другой на мяче прокатывать мяч вперед, назад и в стороны, в том числе по наклонной поверхности; стоя на одной (правой, левой), другой ногой на мяче выполнять: круговые движения мячом внутрь и наружу; движения по восьмерке в левую и правую стороны; стоя одной ногой на мяче прыжком выполнять смену ног.

2. Ведение мяча змейкой, огибая ориентиры; то же с нанесением удара в ворота, по дидактической цели, которые расположены на различном расстоянии от детей.

3. Игра «Угадай что?»

Заключительная часть (3-4 мин.)

Ходьба с восстановлением дыхания, игра малой подвижности «Попробуй попади».

В связи с тем, у детей 6-7 лет в основном освоены навыки ходьбы, бега, прыжков они вполне могут быть модифицированы видами движений, которые обеспечивают поддержание интереса к занятиям и обеспечивают вариативность выполнения данных движений. В экспериментальной группе в отличие от контрольной основные виды движений: ходьба, бег, прыжки, были дополнены упражнениями с элементами игры в футбол, в которые включены данные движения.

Сама игра проводится малыми командами по упрощенным правилам на площадке малых размеров. В нашем исследовании дети экспериментальной группы занимались на площадке 10x5 м. Использовались ворота высотой 150 см и шириной 190 см. Длительность игры составляла два тайма по 3-5 мин., в перерыве игру осуществляли две другие команды. Игры командами проводились в весенний период.

Перед игрой детей знакомили с правилами футбола, которые необходимо было обязательно соблюдать во время игры. Ознакомление с правилами проходило постепенно в каждой игре предполагалось включение одного или двух правил. Детям, которые не принимали участие в игре, предлагалось следить за соблюдением правил, передвигаясь вдоль площадки в зависимости от движений игроков.

В процессе занятий использовались поощрения при удачных действиях детей. Домашние задания. На повторение упражнений с мячом.

Таким образом, методика физкультурных занятий с детьми 6-7 лет на основе использования элементов игры в футбол направлена не только на двигательную подготовку, физическое развитие, но и на развитие познавательных процессов.

3.2. Оценка эффективности использования комплекса упражнений с элементами футбола для развития ловкости у детей 6-7 лет

По результатам, показанным в начале проведения эксперимента, время прохождения контрольного отрезка мальчиками обеих групп достоверно превысило время девочек (таблица 6). После завершения исследования результаты контрольной группы остались без изменений, тогда как в экспериментальной группе время выполнения задания у мальчиков улучшилось на 45,7%, а у девочек на 50,5% (рис. 1 и 2). Причем между результатами, зафиксированными при повторном тестировании, у мальчиков и девочек отсутствовали достоверно значимые различия, что свидетельствует о равных возможностях в освоении специальных двигательных действий футболиста и развития координационных способностей.

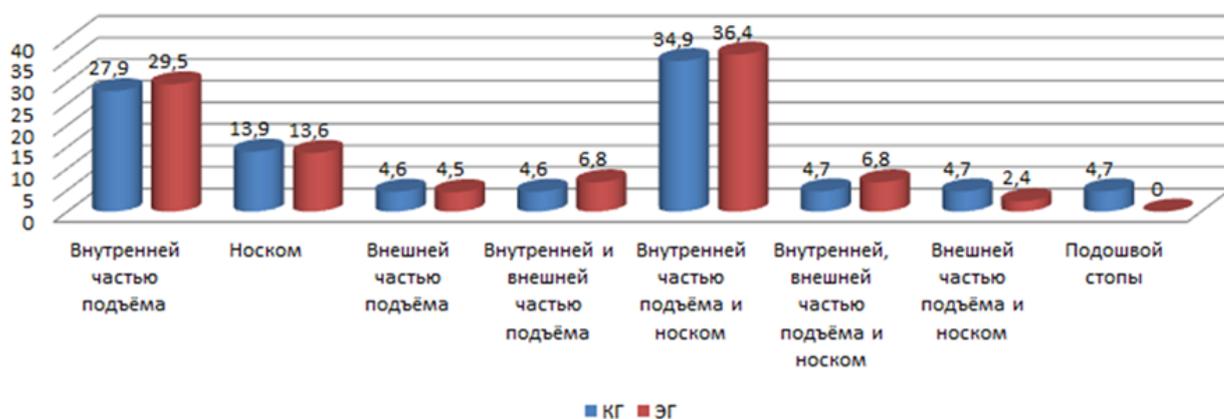


Рис. 1. Результаты наблюдений за изменениями в способах ведения мяча у детей КГ и ЭГ на начало опытно-экспериментальной работы (в %)

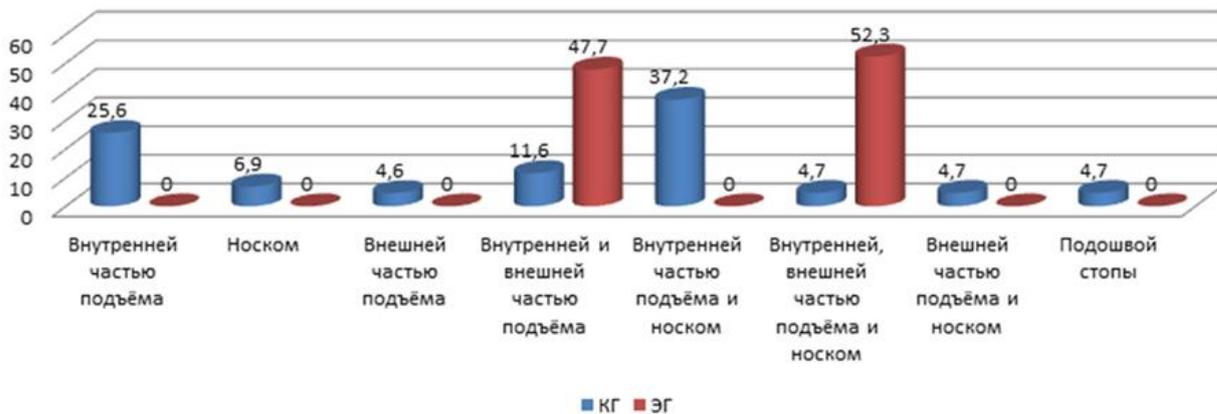


Рис. 2. Результаты наблюдений за изменениями в способах ведения мяча у детей КГ и ЭГ на конец опытно-экспериментальной работы (в %)

Таблица 6

Средние значения результатов у детей 5-6 лет при выполнении теста
«Ведение мяча 10 м с обводкой стоек» (сек.) ($X \pm t$)

Сроки проведения	пол	группы		P
		КГ	ЭГ	
Начало	М	33,9±1,6	36,3±1,8	>0,05
	Д	42,4±2,1	44,2±2,2	>0,05
Окончание	М	34,1±1,7	19,7±1	<0,05
	Д	42±2,1	21,9±0,9	<0,05

Как видно из таблицы 7 до начала эксперимента 50% детей обеих групп выполняли ведение мяча только правой ногой, около 40% поочередно двумя ногами. Значимых отличий при выполнении ведения мяча у мальчиков и девочек внутри групп не выявлено. Способы выполнения ведения мяча детьми контрольной и экспериментальной групп свидетельствуют о небольших навыках выполнения двигательных действий с мячом ногами.

Таблица 7

Способы ведения мяча, используемые детьми при выполнении теста
«Обводка стоек на дистанции 10 м» (%)

Способ	Сроки проведения	Контрольная группа		Экспериментальная	
		М(22 чел)	Д(21 чел)	М(22 чел.)	Д(22 чел)
Правой ногой	Начало	45,5	52,4	54,5	50
	Окончание	36,4	47,6	9	9,5
Левой ногой	Начало	13,6	9,5	4,5	13,6
	Окончание	9,1	9,5	0	4,8
Поочередно обе ноги	Начало	40,9	38,1	41	36,4
	Окончание	54,5	42,9	91	85,7

После проведения опытно-экспериментальной работы в экспериментальной группе, где на занятиях использовались элементы игры в футбол, детей, осуществляющих поочередное ведение мяча двумя ногами,

увеличилось вдвое. Тогда как в контрольной группе у мальчиков данный показатель составил 13,6%, а у девочек – 4,8%.

При выполнении ведения на основе наблюдений и видеозаписей нами так же фиксировалось, то какой частью стопы осуществляется ведение (таблица 8).

Таблица 8

Результаты наблюдений за изменениями в способах ведения мяча у детей экспериментальной и контрольной групп в начале и по окончанию опытно-экспериментальной работы (%)

Способ ведения мяча	Сроки проведения тестирования во время педагогического эксперимента	Контрольная группа n=43	Экспериментальная группа n=44
Внутренней частью подъема	Начало	27,9	29,5
	Окончание	25,6	-
Носком	Начало	13,9	13,6
	Окончание	6,9	-
Внешней частью подъема	Начало	4,6	4,5
	Окончание	4,6	-
Внутренней и внешней частью подъема	Начало	4,6	6,8
	Окончание	11,6	47,7
Внутренней частью подъема и носком	Начало	34,9	36,4
	Окончание	37,2	-
Внутренней, внешней частью подъема и носком	Начало	4,7	6,8
	Окончание	4,7	52,3

Внешней частью подъема и носком	Начало	4,7	2,4
	Окончание	4,7	-
Подоймой стопы	Начало	4,7	-
	Окончание	4,7	-

Данные анализа наблюдений показали, что детьми использовались 8 различных вариантов ведения мяча, которые указаны в таблице и не имели значительных отличий. Чаще всего, около 30% детей контрольной и экспериментальной групп осуществляли ведение внутренней частью подъема, 35% – внутренней частью подъема и носком и примерно 14% – носком.

Было так же отмечено, что мальчики при ведении использовали более различные варианты в отличие от девочек. В контрольной группе вариативность способов ведения по окончании педагогического эксперимента не имела значительных изменений. А в экспериментальной группе было зафиксированы лишь два варианта способов выполнения ведения мяча: внутренней и внешней частью подъема; внутренней, внешней частью подъема и носком – являющиеся наиболее рациональными при решении данной двигательной задачи

На основе анализа проведенных наблюдений в тесте «Удары по мячу в створ 4 ворот» за действиями детей с мячом было выявлено, что на начальном этапе проведения педагогического эксперимента для всех наиболее удобным в выполнении являлся удар по мячу носком.

Однако после завершения опытно-экспериментальной работы у детей экспериментальной группы при ударах по мячу в створ четырех ворот использовались различные способы выполнения удара, для наиболее точного нанесения удара, и в зависимости от того, как был расположен ребенок по отношению к мячу до нанесения удара. Чаще всего детьми экспериментальной группы использовался удар подъемом стопы,

являющийся наиболее эффективным при поражении ворот.

Время, затраченное на выполнение контрольного упражнения «Удары по мячу в створ 4 ворот» в начале эксперимента не выявило достоверно значимых отличий в результатах контрольной и экспериментальной групп. При повторном тестировании после проведения эксперимента дети экспериментальной группы значительно улучшили результаты, которые по отношению к контрольной группе имели статистически достоверную значимость (таблица 9).

Таблица 9

Средние значения результатов у детей 5-6 лет при выполнении теста «Удары по мячу в створ 4 ворот» ($X \pm t$)

Сроки проведения тестирования во время педагогического эксперимента	Контрольное упражнение			Р
	«Удары по мячу в створ 4 ворот» (с)			
	пол	КГ	ЭГ	
Начало	М	13,4±0,3	13,6±0,6	>0,05
	Д	14,1±0,5	13,9±0,7	>0,05
Окончание	М	13,2±0,4	10,7±0,2	<0,05
	Д	13,8±0,7	11,1±0,6	<0,05

При проведении теста «Удары по мячу в створ 4 ворот» детям предлагалось выполнить задание в удобном для них направлении. Особенностью выполнения задания являлось то, что 30,2% детей контрольной группы и 34,9% – экспериментальной выполняли двигательное задание «по часовой стрелке» (удар по мячу, расположенному перед ребенком, затем справа, далее удар по мячу, стоящему сзади и в конце по мячу, расположенному слева).

И около 26% детей обеих групп выполняли задание «против часовой стрелки», остальные дети наносили удары по мячам хаотично, зачастую не зная по какому лучше мячу ударить, что вызывало большее количество времени на выполнение задания. На наш взгляд это связано с низким уровнем развитием координации в пространстве. По окончании проведения эксперимента количество детей в экспериментальной группе выполняющих

удары по мячу в четкой последовательности значительно увеличилось. Количество, детей выполняющих двигательное действие «по часовой стрелке» составило – 47,7% (27,3% – мальчиков и 20,4% – девочек), «против часовой стрелки» – 38,6% (15,9% и 22,7% мальчиков и девочек соответственно). В контрольной группе значительных изменений выявлено не было.

Анализ результатов точности выполнения ударов показал, что в начале опытно-экспериментальной работы количество точных попаданий в контрольной группе было зарегистрировано: 59% у мальчиков и 54,5% у девочек; в экспериментальной группе: 56,8% у мальчиков и 54,8% у девочек. Отмечено, что мальчики были более точны по сравнению с девочками, однако достоверно значимых отличий выявлено не было.

Занятия по экспериментальной программе позволили повысить результативность детей в экспериментальной группе в среднем на 28%. По окончании опытно-экспериментальной работы она составила 85,2% попаданий от общего числа нанесенных ударов у мальчиков и 80,7% – у девочек. У мальчиков и девочек контрольной группы было отмечено незначительное снижение результативности.

Наблюдения показали, что наибольший процент – 60% попаданий мяча в ворота было, когда дети выполняли двигательное задание «по часовой стрелке» и 56% при выполнении задания «против часовой стрелки» как в контрольной, так и в экспериментальной группах.

Также анализ результатов наблюдений свидетельствует о том, что, как в КГ, так и в ЭГ наиболее точным был первый удар, а наименьшая результативность показана при выполнении последнего удара.

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о неоднозначности развития двигательных умений у мальчиков и девочек при выполнении ударов и ведении мяча.

Изменения, при выполнении специальных тестовых упражнений в экспериментальной группе, характеризующие степень овладения

элементами игры в футбол, свидетельствуют о значительном развитии двигательных действий выполняемых с мячом ногами.

Выводы по третьей главе

Анализ научно-методической литературы и данные собственных исследований позволили разработать экспериментальную программу. Она базировалась на следующих положениях: подготовке мест и инвентаря для занятий футболом; подборе адекватных возрастным особенностям способов и приемов выполнения детьми ударов и введений мяча; создание условий выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах; обеспечение условий выполнения движений отдельными звеньями опорно-двигательного аппарата во всех возможных направлениях, обусловленных анатомическим строением суставов всего тела; использовании упражнений, обеспечивающих согласование движений отдельных звеньев опорно-двигательного аппарата для выполнения двигательного действия футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения и др.); распределении, изучаемых упражнений по сложности их выполнения и освоения детьми в течение учебного года; составлении блоков специальных упражнений по направленности освоения двигательных действий футболиста и игр.

Одним из основополагающих принципов организации занятий был выбран принцип интеграции двигательной и познавательной деятельности детей. Выполнение упражнений осуществлялось в специально созданных для детей условиях, в которых двигательные действия осуществлялись с использованием спортивного инвентаря и оборудования с дидактической символикой.

Данные исследований позволили предположить, что наиболее рациональным распределением времени на освоение элементов игры в футбол может быть следующая сетка занятий. Занятия проводятся 3 раза в неделю, длительность – 25-30 минут. Элементы игры в футбол включаются в каждое занятие в процентном соотношении 25%, 50%, 100% от общего времени занятий. Объем занятий по разработанной методике составляет 33,3% (34 занятия в год) при 25% использовании элементов игры в футбол,

43,2% (44 занятия в год) при 50% и 23,5% (24 занятия) при 100% включении в содержание занятий специальных футбольных упражнений, игр и эстафет.

Все физкультурные занятия на основе экспериментальной программы классифицировались на: обучающие, для ознакомления с новым материалом; смешенного типа, направленные на закрепление; вариативные, с использованием более сложных вариантов уже освоенных двигательных действий; тренировочные, включающие большое количество соревновательных упражнений и игр с мячом, направленные на развитие функциональных и двигательных качеств.

Содержание различных частей занятия определялось задачами по освоению, закреплению и совершенствованию изучаемых двигательных действий. Каждое занятие характеризовалось игровой направленностью и сюжетом. В качестве средств использовались различные подвижные игры, игровые ситуации, эстафеты, адаптированные для освоения футбольных упражнений и в целом элементов игры между малыми по составу командами.

Отличительной особенностью экспериментальной программы физкультурных занятий является использование 5-ти блоков упражнений. Блоки включают в себя упражнения на развитие «чувства мяча», на обучение ударам различными способами, передачам и остановкам мяча, ведению мяча и комбинированные упражнения, направленные на закрепление и совершенствование элементов игры в футбол.

Таким образом, экспериментальная методика была разработана на основе учета особенностей формирования двигательных действий детей 6-7 лет, психических морфофункциональных характеристик развития организма дошкольников, учета мнения специалистов и рекомендаций практиков, принципов обучения, обеспечивающих гармоничное развитие детей.

Заключение

1. Анализ исследований свидетельствует о том, что использование упражнений с элементами спортивных игр в процессе физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях оказывает положительное влияние на повышение уровня физической подготовленности, физическое и психическое развитие детей дошкольного возраста. При этом в теории физического воспитания выявлена проблема использования элементов игры в футбол на физкультурных занятиях с детьми старших и подготовительных групп ДОО, которая является одной из наименее разработанных и экспериментально обоснованных.

2. На основе анализа анкетных данных выявлено, что в системе физического воспитания детей старших и подготовительных групп ДОО доля использования спортивных игр составляет от 10% до 15% от общего числа рекомендованных в программе упражнений. В различных формах занятий физическими упражнениями специалистами используются элементы игры в баскетбол (100%), волейбол (22%) и лишь в 13% упражнения из арсенала футбола. Специалистами отмечается необходимость разработки методики занятий (87%), создания доступных возрастным особенностям детей условий, опирающихся на интеграцию двигательной и познавательной деятельности, обеспечивающих развитие координационных способностей и расширение двигательного опыта детей за счет формирования новых двигательных действий ногами (79%).

3. Выявлены особенности владения мячом детьми 6-7 лет, характеризующие нерациональность совершаемых двигательных действий решения двигательных задач в футболе. Большинство мальчиков (57,1%) и девочек (46,2%) выполняют ведение мяча по прямой только правой ногой, ведение мяча только левой ногой осуществляют в среднем от 14 до 23% детей. Поочередное ведение мяча правой и левой ногой используют лишь 30% мальчиков и девочек. Удары по мячу при ведении его наносят либо внутренней стороной стопы, либо используют сочетание ударов носком и

внутренней стороной стопы, что не является рациональным с точки зрения скорости продвижения вперед. Удар по мячу большинство детей наносят носком стопы (86,3%). Другие способы ударов детьми практически не используются, что свидетельствует о низком уровне управления движениями и ограниченностью использования всего потенциала движений ноги в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.

4. Разработана программа физкультурных занятий на основе использования элементов игры в футбол для детей 6-7 лет, которая основывается: на подборе доступных возрастным особенностям способов и приемов выполнения детьми ударов и введений мяча; подборе упражнений, обеспечивающих координацию движений для выполнения двигательных действий футболиста (удары по мячу, передачи, остановки, ведения и др.); распределении упражнений по сложности выполнения; составлении блоков специальных упражнений по направленности для освоения двигательных действий и игр в условиях интеграции двигательной и познавательной деятельности детей. Программа реализуется в течение года на 3-х занятиях в неделю по 25-30 минут в объеме 25% (на 34 занятиях), 50% (на 44 занятиях) и 100% (на 24 занятиях) применения элементов игры в футбол от общего времени занятий по отношению к другим средствам, традиционно используемым в процессе физкультурных занятий в дошкольном учреждении.

5. Определено, что физкультурные занятия на основе использования элементов игры в футбол оказывают положительное влияние на развитие физических качеств дошкольников 6-7 лет. По окончании педагогического эксперимента дети экспериментальной группы показали результаты достоверно выше, чем сверстники из контрольной группы ($p < 0,05$) в тестах: «Скоростное ведение мяча по прямой 5+5м», «Восьмерка на время 1*2м», «Змейка 2 стоек», «Удары по мячу за 30 сек».

6. В результате апробирования комплекса упражнений с элементами футбола для детей 6-7 лет, направленный на развитие ловкости,

в период формирующего этапа педагогического эксперимента произошло достоверное повышение показателей, характеризующих уровень ловкости у старших дошкольников. Эти изменения определяются спецификой проведения занятий физической культурой в ДОУ.

Можно с высокой степенью достоверности отметить, что проведение занятий физической культурой с использованием элементов игры в футбол будет способствовать развитию ловкости у детей 6-7 лет.

Список использованных источников

1. Абдульманова, Л.В. Проектирование организационно-методических условий развития самоорганизации детей в подвижной игре / Л.В. Абдульманова, С.А. Губина // Тенденции развития науки и образования. – 2019. – № 55-7. – С. 5-8.
2. Абрашина, И.В. Использование современных технологий в футболе / И.В. Абрашина, В.А. Нуждин, М.А. Солдатова, С.В. Титовец // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2020. – № 12. – С. 103-110.
3. Адольф, В.А. Физическая культура и спорт – спорт – здоровье. Социально-воспитательный аспект / В.А. Адольф, К.В. Адольф, Л.К. Сидоров // Актуальные проблемы физической культуры и спорта: материалы VIII международной научно-практической конференции (г. Чебоксары, 26 февраля 2019 г.). – Чебоксары, 2019. – С. 300-306.
4. Адольф, В.А. Исследования технико-тактических действий мужской команды по футболу при выступлениях на соревнованиях среди команд организации высшего образования / В.А. Адольф, С.С. Ситничук // Сибирский педагогический журнал. – 2019. – № 5. – С. 97-102.
5. Андреева, А.Д. Особенности психологического развития дошкольников в современных цивилизационных условиях / А.Д. Андреева [Электронный ресурс] // Вестник Мининского университета. – 2013. – № 2. – URL: <http://vestnik.mininuniver.ru/reader/search/osobennosti-psikhologicheskogo-razvitiya-doshkolni/> (дата обращения 30.10.2021)
6. Баландин, В.А. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста / В.А. Баландин, К.Ю. Чернышенко, Т.А. Эфендиев // Теория и практика физической культуры: Научно-теоретический журнал. – 2019. – № 3. – С. 74-78.
7. Беликов, М.В. Здоровье как национальное достояние России в контексте физического воспитания детей дошкольного возраста / М.В. Беликов // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной

тренировки и адаптивной физической культуры: материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (г. Казань, 21 февраля 2018 г.). – Казань, 2018. – С. 473-477.

8. Бойко, В.В. Дифференцированный подход в системе физического воспитания дошкольников: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.В. Бойко. – Ярославль, 2018. – 23 с.

9. Бочкарникова, Н.В. Повышение двигательной активности как основа здоровья дошкольников Читы / Н.В. Бочкарникова, Е.Г. Фоменко, Н.И. Самойлова // Физическая культура и спорт в условиях глобализации образования: материалы II Международной научно-практической конференции (г. Чита, 6-7 ноября 2016 г.). – Чита, 2016. – С. 68-70.

10. Бусловская, Л.К. Двигательная активность растущего человека: от теории к практике: монография / Л.К. Бусловская, В.Л. Волошина, Г.Е. Воробьева [и др.] / под общ. ред. Л.Н. Волошиной, В.Л. Кондакова, Е.Н. Копейкиной. – Белгород: Литературный караван, 2019. – 176 с.

11. Бутко, М.А. К проблеме дефицита двигательной активности детей младшего школьного возраста / М.А. Бутко // Физическая культура и здоровье. – 2016. – № 2 (53). – С. 60-62.

12. Волошина, Л.Н. Обогащение двигательного опыта дошкольников в детском взрослом взаимодействии в спортивных играх / Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская // Дошкольное воспитание. – 2019. – №1. – С. 45-50.

13. Волошина, Л.Н. Проблемы формирования самостоятельности и активности старших дошкольников в двигательной деятельности / Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская, О.В. Никулина // Научный результат. Педагогика и психология образования. – 2020. – Т. 6. – № 4. – С. 16-27.

14. Волошина, Л.Н. Регулирование двигательной активности дошкольников в условиях семейного воспитания в аспекте социологического анализа / Л.Н. Волошина, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, И.Г. Волошина // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 8. – С. 47-49.

15. Дворкина, Н.И. Система формирования базовой личностной физической культуры ребенка на этапах дошкольного онтогенеза: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Н.И. Дворкина. – Майкоп, 2015. – 46 с.

16. Дмитриев, С.В. Смысловое проектирование решения двигательных задач в контексте онтодидактики / С.В. Дмитриев, А.И. Загrevская // Вестник Томского государственного университета. – 2018. – № 427. – С. 184-190.

17. Евтушенко, И.Н. К вопросу об организации здоровьесберегающей среды в дошкольных образовательных организациях / И.Н. Евтушенко, И.Ю. Иванова, Б.А. Артеменко, М.Н. Терещенко, Н.Е. Пермякова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 7 (185). – С. 108-113.

18. Едакова, И.Б. Формирование гипоаллергенной развивающей предметно-пространственной среды в условиях дошкольной образовательной организации / И.Б. Едакова, Е.Б. Быстрой, Б.А. Артеменко, И.В. Колосова, И.Н. Евтушенко, Е.Н. Бехтерева // Перспективы науки и образования. – 2020. – № 3 (45). – С. 207-225.

19. Ермакова, Ю.Н. Методика физкультурных занятий с детьми 5-7 лет на основе использования элементов игры в футбол: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю.Н. Ермакова. – Шуя, 2010. – 24 с.

20. Жукова, П.А. Особенности физического воспитания современных дошкольников / П.А. Жукова, Е.В. Хомутова // Наука-2020. – 2019. – № 6 (31). – С. 153-157.

21. Засим, В.А. Принципы подготовки футболистов-дошкольников / В.А. Засим, М.Ю. Оганичев // Вызовы современного образования в исследованиях молодых учёных: материалы VII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (г. Красноярск, 21 мая 2021 г.). – Красноярск, 2021. – С. 67-69.

22. Засим, В.А. Особенности подготовки футболистов-дошкольников // В.А. Засим, М.Ю. Оганичев, А.А. Абдиев // Подготовка будущих педагогов к профессиональной деятельности в условиях цифровизации: отечественный и зарубежный опыт: материалы Международной научно-практической

конференции (г. Красноярск, 23-26 ноября 2021 г.). – Красноярск, 2021. – С. 70-73.

23. Иванова, И.Ю. Исследование процесса взаимодействия семьи и дошкольной организации в вопросах развития координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста / И.Ю. Иванова, И.Н. Евтушенко // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 111-115.

24. Ильина, Г.В. Психомоторное развитие детей дошкольного возраста средствами физической культуры в условиях инклюзивного образования / Г.В. Ильина, Г.В. Тугулева, Л.А. Яковлева [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 2. – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26301> (дата обращения 30.10.2021)

25. Ильина, Г.В. Развитие физических качеств дошкольников в непрерывном образовании: учебно-методическое пособие / Г.В. Ильина, М.В. Овчинникова. – Магнитогорск: МаГУ, 2011. – 80 с.

26. Иовва, О.А. Спортивные игры как стимул всестороннего физического развития ребёнка дошкольного возраста / О.А. Иовва, Л.В. Скитская, Ю.И. Щербаков // Мир науки, культуры, образования. – 2019. – № 5 (78). – С. 65-68.

27. Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учебное пособие / Н.Н. Кожухова. – М.: Академия, 2002. – 316 с.

28. Коноплев, В.В. Необходимость включения занятий с элементами футбола в программы дошкольных образовательных учреждений по физическому воспитанию / В.В. Коноплев, Е.В. Харченко, Т.А. Банку // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 5 (171). – С. 167-170.

29. Кривошеина, Н.П. Психофизиологическое и вегетативное обеспечение процесса адаптации к условиям образовательного процесса

детей 6-8 лет с признаками дефицита внимания / Н.П. Кривошеина, А.И. Федоров, Н.Н. Кошко, Э.М. Казин, И.А. Свиридова // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2016. – № 5. – С.34-48.

30. Кузьменко, А.И. Особенности динамики показателей физической подготовленности детей 6-7 лет в годичном цикле процесса физического воспитания в дошкольных образовательных организациях / А.И. Кузьменко // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 4. – С. 8-12.

31. Лысова, А.С. Организация здорового ритма жизни дошкольников за счет повышения двигательной активности / А.С. Лысова, А.С. Стригина [Электронный ресурс] // Вестник Науки и Творчества. – 2019. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-zdorovogo-ritma-zhizni-doshkolnikov-za-schet-povysheniya-dvigatelnoy-aktivnosti> (дата обращения 30.10.2021)

32. Мерабян, В.С. Теоретические основы организации занятий футболом с детьми старшего дошкольного возраста / В.С. Мерабян, В.А. Косьян, Б.И. Бондарь // Вестник Армавирского государственного педагогического университета. – 2021. – № 2. – С. 25-34.

33. Мещерякова, Е.А. Проблемы физического воспитания дошкольников в условиях современного дошкольного образования / Е.А. Мещерякова, Н.М. Воронина // Молодой ученый. – 2016. – №13.3. – С. 60-62.

34. Микерина, А.С. Педагогические условия сенсорного развития детей раннего возраста в группах кратковременного пребывания / А.С. Микерина, И.Н. Евтушенко, И.Ю. Иванова // Мир науки, культуры, образования. – 2019. – № 4 (77). – С. 137-139.

35. Набойченко, А.Г. Особенности развития физических качеств у старших дошкольников на занятиях футболом / А.Г. Набойченко, Г.В. Ильина // Международный журнал экспериментального образования. – 2017. – № 7 (часть 2). – С. 20-24.

36. Ноткина, Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста / Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович. – СПб.: «Детство-пресс», 2018. – 109 с.
37. Парфенов, А.С. Совершенствования точности ударов в футболе / А.С. Парфенов [Электронный ресурс] // Наука-2020. – 2020. – URL: [http://наука-2020.ru/MKN_1\(46\)2021.pdf](http://наука-2020.ru/MKN_1(46)2021.pdf) (дата обращения 01.11.2021)
38. Правдов, Д.М. Комплексный тест для оценки двигательного и психического развития детей дошкольного возраста / Д.М. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 6 (148). – С. 192-196.
39. Рунова, М.А. Движение день за днем. Двигательная активность – источник здоровья детей: пособие для педагогов дошкольных учреждений / М.А. Рунова. – М.: Издательство «Линка-Пресс», 2017. – 234 с.
40. Сосуновский, В.С. Физическое развитие, психомоторная и двигательная подготовленность детей дошкольного возраста / В.С. Сосуновский // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169).
41. Сосуновский, В.С. Взаимосвязь компонентов кинезиологического потенциала дошкольников 5-6 лет / В.С. Сосуновский, К.В. Сухоставская, Е.О. Веревкина // Вестник Томского государственного университета. – 2018. – № 427. – С. 191-194.
42. Стафеева, А.В. Особенности организации занятий футболом с дошкольниками / А.В. Стафеева, О.В. Реутова, А.Е. Замашкина // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2019. – № 5. – С. 48-54.
43. Строгова, Н.Е. Возможности современной семьи в оздоровлении детей / Н.Е. Строгова, О.А. Хитина // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта: материалы XVIII Всероссийской научно-практической конференции (г. Кемерово, 18 ноября 2020 г.). – Кемерово, 2020. – С. 53-55.

44. Строгова, Н.Е. А.С. Макаренко о воспитании и родительском авторитете / Н.Е. Строгова, З.К. Бакшеева // Педагогика А.С. Макаренко: школа жизни, труда, воспитания: материалы VII Всероссийских Макаренковских чтений. – Красноярск-Канск, 2018. – С. 35-40.

45. Тарасова, И.В. Развитие двигательных качеств у детей 6-7 лет с применением элементов игры в футбол / И.В. Тарасова, М.А. Соломченко // Ученые записки Орловского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. – 2019. – № 5. – С. 45-49.

46. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: метод. рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. – М.: ТЦ Сфера, 2017. – 176 с.

47. Таштаев, Ш.Ж. Спортивные игры как основная часть дисциплины физического воспитания / Ш.Ж. Таштаев, З.К. Худайбергенов // Проблемы педагогики. – 2021. – № 1 (52). – С. 77-79.

48. Чернышенко Ю.К. Динамика параметров уровня развития интеллектуального компонента личностной физической культуры дошкольников 4-5 лет / Ю.К. Чернышенко, В.Е. Кузнецова // Материалы научной и научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (г. Краснодар, 21-27 июня 2016 г.). – Краснодар: КГУФКСТ, 2016. – С. 247-249.

49. Чимаров, В.И. О стратегических ориентирах формирования здоровья детей в образовательных учреждениях / В.И. Чимаров // Образование и наука. – 2015. – № 1 (3). – С. 87.

50. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников: учебное пособие / В.Н. Шебеко. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 196 с.

51. Bertolazzi, A. Football for Kids: an Illustrated Guide / A. Bertolazzi, E. de Pieri. – Nui Nui, 2017. – 87 p.

52. Stokes R. Sports Coloring Book For Kids. Football, Baseball, Soccer, Basketball and Many More! / R. Stokes. – Adrian Ghita Ile, 2021. – 64 p.

ЗАКАЗ – ЗАЯВКА

Ректору КГПУ им. В.П. Астафьева от учреждения (организации)
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 182 общеразвивающего вида с приоритетным
осуществлением деятельности по познавательнo-речевому направлению
развития детей» г. Красноярск

На выполнение магистерской диссертации Комолкиной А.В., обучающемуся в
КГПУ им. В.П. Астафьева в 2022-2023 учебном году на тему:

№	Направление подготовки обучающихся, выполняющих магистерскую диссертацию	Тема магистерской диссертации	Подразделение, где планируется выполнение магистерская диссертации (факультет/институт)
1.	44.04.01 Педагогическое образование	Комплексная методика формирования ловкости детей 6-7 лет посредством занятий футболом	ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина

Заведующий МБДОУ № 182



Handwritten signature

Чупрова И.М.