

К. б. н, доцент Власенко Р. П., студент 6-го курсу Бадрак С. О.
Житомирський державний університет імені Івана Франка

ІГРОВЕ СПРЯМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Зростаючий обсяг інформації, постійна модернізація навчальних програм, широке використання транспорту, інших технічних засобів негативно впливають на рухову діяльність учнів. У сучасному суспільстві існує протиріччя між вимогами фізичної підготовленості дітей і способом життя.

Слід підкреслити, що в сучасних умовах в профілактиці хвороб, зміцненні здоров'я і підвищенні працездатності учнів першочергову роль відіграє широке використання засобів і методів фізичної підготовки.

Гра – вид діяльності дитини, який представляє свідому, ініціативну діяльність, спрямовану на досягнення умовної мети, добровільно встановленої граючим.

Аналіз доступної літератури з фізичної підготовленості учнів показав, що це питання досить висвітлене, проте потребує подальшого вдосконалення і розробки. Тому зважаючи на викладене ми поставили за мету – дослідити значення рухливих ігор для підвищення рівня фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку.

Досягнення поставленої мети зумовило вирішення таких завдань: з'ясувати стан дослідження проблеми ігрового спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку в педагогічній теорії та практиці фізичного виховання; визначити вплив рухливих ігор на рівень фізичної підготовленості; обґрунтувати методику розвитку фізичних якостей дітей молодшого шкільного віку засобами рухливих ігор та експериментально перевірити її ефективність.

Потреба в рухах, підвищення рухової активності є найбільш важливою біологічною особливістю дитячого організму у віці 7-10 років. Вивчення та аналіз найважливіших здобутків психолого-педагогічної літератури свідчать, що саме цей період є найсприятливішим для формування здорового способу життя, фундаментом для гармонійного розвитку особистості, а молодший шкільний вік – це одна з основних ланок його будівництва.

Результати наукових досліджень та публікацій [5-6] про виховні можливості гри свідчать, що у дитячому віці – це праця, в якій діти зростають, набуваючи необхідних умінь, та навичок. Через гру можна виховати у дитини ті властивості характеру і поведінки, які потрібні дорослій людині.

У дослідженнях багатьох учених відзначається, що рухливі ігри – це природна біологічна необхідність, ступінь задоволення якої багато в чому визначає структурний та функціональний розвиток організму дітей. Адже

правильно організована рухова активність в дитинстві створює передумови для нормальної життєдіяльності організму людини в дорослому віці. Вона виконує роль регулятора росту молодого організму, є необхідною умовою для становлення та удосконалення дитини як біологічної істоти і соціального суб'єкта [1-4].

Аналіз класифікації ігор за допомогою численних літературних джерел, з точки зору історичного розвитку, дає нам можливість виділити кілька напрямків: класифікація, яка залежить від завдань, що вирішуються в процесі проведення ігор; ігри з особливостями взаємозв'язку учасників; групи ігор з особливостями організації і змісту. Ігри, які мають спільну думку і хід, в окремих групах йдуть паралельно.

Оздоровчі, виховні та освітні завдання треба вирішувати в комплексі, тільки в такому випадку кожна рухлива гра буде ефективним засобом всебічного фізичного виховання дітей та підлітків.

У зміст комплексної програми дослідження ввійшли такі методи: теоретичний аналіз та узагальнення досвіду педагогічної практики; педагогічний експеримент; педагогічне тестування; педагогічні спостереження; методи математичної статистики (t – критерій Стюдента).

Дослідження проводилося на базі Полонської гімназії. У ньому взяли участь учні молодшого шкільного віку (4-ті класи).

Організація експерименту проходила за наступною схемою: попереднє тестування – проведення експериментальних уроків і позаурочних занять – контрольне тестування.

На першому етапі дослідження проводився аналіз науково-методичної літератури, визначалася актуальність майбутнього експерименту, ставилася мета роботи і висувалася робоча гіпотеза.

На другому етапі дослідження – проводився педагогічний експеримент. Були сформовані 2 групи: 1 експериментальна (ЕГ) та 1 контрольна (КГ) групи.

Проводилося тестування рівня фізичної підготовленості по контрольним випробуванням, передбаченим програмою фізичного виховання в школі для учнів 4-х класів. На підставі вивчення особливостей розвитку учнів і визначення їх рівня фізичної підготовленості для учнів була розроблена експериментальна програма занять рухливими іграми різної спрямованості на уроках фізичної культури в учнів 4-х класів.

Розроблена експериментальна методика занять рухливими іграми різної спрямованості була застосована в процесі уроків фізичної культури учнів експериментальної групи. В кінці педагогічного експерименту учням експериментальної і контрольної групи були запропоновані контрольні випробування, що визначають рівень фізичної підготовленості.

Дослідження динаміки результатів в експериментальній групі дали підстави вважати, що використання рухливих ігор на уроках ефективно вплинуло на рівень фізичної підготовленості учасників експерименту. Таким чином, отримані в кінці дослідження результати дають підставу зробити висновок, що запропонована нами експериментальна програма з фізичної

культури в учнівпочаткової школи на основі рухливих ігор, сприяла підвищенню рівня фізичної підготовленості, зміцненню та збереженню здоров'я учнів, а значить тим самим і підвищенню ефективності навчально-виховного процесу.

Отже, теорія і практика переконливо доводять, що молодший шкільний вік – відповідальний етап у забезпеченні здорового способу життя, всебічного розвитку особистості.

Проведений педагогічний експеримент свідчить про ефективність використання вправ ігрової спрямованості та позитивний вплив їх на рівень розвитку фізичних здібностей та фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку.

В результаті аналізу показників фізичної підготовленості дітей 4-их класів відмічено за всіма напрямками підвищення в експериментальних групах у порівнянні з контрольними. Однією з особливостей проведених досліджень у експериментальних класах є той факт, що розроблені засоби, методи та форми організації фізичної підготовки не порушують закономірностей розвитку фізичних здібностей, а їх підвищують, що позитивно впливає на весь стан зростаючого організму