

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет
імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра теорії і методики фізичного виховання

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми «ОСОБЛИВОСТІ ІГРОВИХ ЗАНЯТЬ З УЧНЯМИ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ»

Виконала: студентка 2 курсу, групи ФК1-М18
спеціальності 014 Середня освіта (Фізична
культура)
Оржеховська Єва
Керівник: Заїкін А.В., кандидат педагогічних
наук, доцент
Рецензент: Мазур Валерій Анатолійович,
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
старший викладач

Кам'янець-Подільський - 2019

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	6
1.1 Основи організації фізичної підготовки.....	6
1.2 Комплексне планування вдосконалення фізичних здібностей.....	10
1.3 Засоби та методи удосконалення фізичних якостей дітей молодшого шкільного віку.....	12
1.4 Спортивно-ігрова форма організації занять з фізичної підготовки...15	15
1.5 Контроль ефективності організація занять з фізичної підготовки та оцінка її основних показників.....	21
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	38
2.1 Методи дослідження.....	38
2.2 Організація дослідження.....	40
РОЗДІЛ 3. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ТА ЇЇ ЕФЕКТИВНІСТЬ.....	42
3.1 Організація і комплексне планування педагогічних дій у процесі фізичної підготовки дітей 6 – 7-річного віку.....	42
3.2 Планування засобів ігрової спрямованості фізичної підготовки та їх зміст.....	47
3.3 Контроль та оцінка ефективності організації процесу фізичної підготовки.....	57
ВИСНОВКИ.....	72
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	74
ДОДАТКИ.....	76

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

ЧСС	– частота серцевих скорочень
ЗПРД	– оцінка здібностей перебудови рухливої діяльності
ЕК	– експериментальний клас
КК	– контрольний клас
Н	– низький
НС	– нижчий середнього
С	– середній
ВС	– вище середнього
В	– високий

ВСТУП

Актуальність. У системі фізичного виховання дітей шкільного віку особливе місце посідає фізична підготовка. Значну увагу в дослідженнях різних авторів приділено змісту і структурі фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку, її спрямованості та організації (О.Д.Дубогай, 1991; В.М.Качашкин, 1978; О.С.Куц, 2001; Г.В.Петровська, 1989 та інші).

Багато авторів стверджує, що у фізичній підготовці дітей на сучасному етапі не враховуються нові наукові положення, а розроблена і рекомендована для впровадження в практику система оцінки розвитку фізичних здібностей не сприяє їх корекції та реалізації виховних і оздоровчих завдань у процесі занять фізичною культурою.

Проте питання, пов'язані з комплексним вихованням фізичних здібностей, які є основою підвищення рівня фізичного та психологічного здоров'я дітей молодшого шкільного віку, не знайшли свого наукового обґрунтування, що значною мірою гальмує підвищення ефективності фізичного виховання молодших школярів.

Отже, актуальність дослідження зумовлена, з одного боку, потребою спрямувати фізичне виховання молоді на досягнення оздоровчих цілей, а з іншого – недосконалістю методики комплексного розвитку фізичних здібностей, який є передумовою міцного здоров'я дітей молодшого шкільного віку.

Об'єкт дослідження – діти молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження. Ігрові заняття.

Зважаючи на викладене ми поставили за мету – розробити програму підвищення рівня фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку спортивно-ігровими засобами

Завдання дослідження:

1. З'ясувати стан дослідження проблеми ігрового спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку в педагогічній теорії та практиці фізичного виховання.

2. Розробити програму комплексної ігрової організації фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку.

3. Експериментально перевірити ефективність програми комплексної ігрової організації фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку.

Методи дослідження. У проведених дослідженнях були використані такі методи: теоретичний аналіз та узагальнення даних передової педагогічної практики; педагогічний експеримент; педагогічне тестування та педагогічне спостереження; методи математичної статистики.

Практичне значення одержаних результатів. Найефективнішим способом розподілу на команди є розподіл за вибором капітанів з правом вчителя внести незначні корективи у залежності від рівня фізичної підготовленості членів команди, склад яких радикально не змінюється протягом навчального року.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 25 квітня 2019 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи. Роботу викладено на 86 сторінка, з яких 69 сторінок основного тексту. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, чотирьох розділів, висновків, списку 12 використаних джерел та 8 додатків.

ВИСНОВКИ

Аналіз науково-методичної літератури виявив, що рівень фізичної підготовленості, основними компонентами якої є сила, швидкість, витривалість, спритність і гнучкість, значною мірою визначає стан фізичного і психічного здоров'я дітей.

Розглядаючи зміст фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку наука та практика свідчать, що у цьому процесі значна увага повинна приділятися фізичній підготовці, яка спрямована на розвиток сили, витривалості, швидкості, спритності, гнучкості.

Прямий зв'язок фізичних здібностей із системами зростаючого організму потребує обґрунтованих методик, які не зашкодять здоров'ю, а сприятимуть удосконаленню морфо-функціональних можливостей дитячого організму.

Педагогічні умови організації фізичної підготовки дітей ґрунтуються на використанні таких взаємопов'язаних положень: планування засобів та методів, форм та методів організації учбових занять, контролю та корекції фізичних навантажень та загального педагогічного впливу, спрямованих на виховання фізичних здібностей, у відповідності до вікових особливостей організму, що росте; у процесі проведення уроків фізичної культури. Забезпечення педагогічних умов, які обумовлюють планування засобів і методів фізичної підготовленості з урахуванням вивчення динаміки формування структури фізичної підготовки дітей 6-7-річного віку.

Організація фізичної підготовки здійснювалась з використанням ігрової форми, яка розглядається як педагогічний процес виховання фізичних здібностей із застосуванням ігрових вправ, що виконуються у процесі змагань між командами класу.

Особливістю методики виконання вправ у процесі ігрового спрямування фізичної підготовки є суворе регламентація величини навантаження та часу відпочинку між виконанням ігрових вправ.

Відповідно до цієї форми організації систематизовано ігрові вправи вибіркового впливу залежно від віку учнів і програмового матеріалу з фізичної культури, що дало можливість використовувати споріднений метод навчання рухів і виховувати фізичні здібності.

Ефективність педагогічних дій оцінювалася на основі тестування педагогічних спостережень, бесід, що дозволило комплексно оцінити ефективність педагогічних умов, спрямованих на підвищення рівня фізичних здібностей і особистісних якостей дітей.

Порівняльний аналіз результатів апробації даних контрольних і експериментальних класів свідчить про збільшення кількості учнів експериментальних класів з вищим за середній і високим рівнем фізичної підготовки до 25-30%. Проведений педагогічний експеримент свідчать про ефективність використання вправ ігрової спрямованості та позитивний вплив на рівень розвитку фізичних здібностей та фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку.

В результаті аналізу показників фізичної підготовленості дітей 6 – 7 років відмічено за всіма здібностям підвищення в експериментальних класах у порівнянні з контрольними. Однією з особливостей проведених досліджень у експериментальних класів 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.

Проведений аналіз та узагальнення результатів дослідження, дозволяють стверджувати, що розроблена система фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку з використанням ігрового методу дозволяє в сучасних умовах уроку фізичної культури значно підвищувати працездатність дітей віком 6 – 7 років.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ареф'єв В.Г., Єднак Г.А. Фізична, культура Б школі: Навчальний посібник для студентів навчальних закладів 2-4 рівень акредитації. - 2-е видання, перероблене і доповнене. - Кам'янець-Подільський: "Абетка - НОВА", 2001.-384с.
2. Бенедь С.П. Рівень фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного віку шкіл нового типу. 4-а Міжнародна науково-практична конференція "Фізична культура, спорт та здоров'я нації", Вінниця, 2001. - с. 339-342.
3. Вільчковський Е.С., Козленке М.П., Цвек С.Ф. Навчальна робота з фізичної культури в 1-3 класах. К.: Рад. школа- 19.. . - 223 с.
4. Вялкин А.Т. В спортивных школах ФРГ. Физическая культура в школе, №6, 2000. - с. 76-77.
5. Гнітецька Т., Чеханюк Л. Сенситивні періоди розвитку силових здібностей дітей шкільного віку. //4-а Міжнародна науково-практична конференція "Фізична культура, спорт та здоров'я нації", Вінниця, 2001. - с. 350-352.
6. Гребенюк О. Народні ігри та забави у зимовій обрядовості українців. //4-а Міжнародна науково-практична конференція "Фізична культура, спорт та здоров'я нації", Вінниця, 2001. - с. 11-14.
7. Круцевич Т.Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания. Автореф. ... докт. наук по ф.в. и спорту, Киев, 2000. - 44 с.
8. Сембрат С.В. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку. – Дисер. канд. н. фіз.вих. – Переяслав-Хмельницький. – 2003. –192с.
9. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. К.: Олимпийская литература, 2001. - 439 с.

10. Тупчій Н.О. Режими рухової активності дітей 5-6 років із різним рівнем фізичного стану. Автореф.- канд- наук з фізичного виховання і спорту. К., 2001. - 17 с.
11. Цьось А.В- Фізичне виховання в календарній обрядовості українців. Луцьк: Надстир'я, 2000. - 374 с.
12. Яковлева О. П. Оновлення виховного процесу в оздоровчих таборах в сучасних умовах. /У 4-а Міжнародна науково-практична конференція "Фізична культура, спорт та здоров'я нації", Вінниця, 2001. -434-436.