

председателя и члена  
государственной аттестационной  
комиссии !

Представляю вашему вниманию  
выпускную квалификационную  
работу на тему: **Применение  
подвижных игр на уроках  
физической культуры в младшем  
школьном возрасте как средство  
воспитания координационных  
способностей.**

**СРОКИ ПРАКТИКИ: 03.04-30.04.2017**

**УЧЕБНАЯ БАЗА ПРАКТИКИ**

**Лицей № 15 ГОРОД БЕРЁЗОВСКИЙ**

**(Рук. Чарухин Геннадий  
Викторович.)**

## ЦЕЛЬ ПРАКТИКИ:

**Цель нашего исследования** - ИЗУЧИТЬ ВЛИЯНИЕ использования подвижных игр на уровень развития координационных способностей детей младшего школьного возраста занимающихся на уроках физической культуры.

**Объект исследования** - применения подвижных игр на уроках физической культуры в младшем школьном возрасте как средства воспитания координационных способностей.

**Предмет исследования** - особенности применения подвижных игр на уроках физической культуры в

## Задачи практики:

- 1) определить понятие и сущность координационных способностей как физического качества;
- 2) рассмотреть анатомо-физиологические особенности развития детей младшего школьного возраста;
- 3) проанализировать педагогический опыт по проблеме применения подвижных игр на уроках физической культуры в младшем школьном возрасте как средства воспитания координационных способностей;
- 4) выявить объективные критерии оценки применения подвижных игр на уроках физической культуры в младшем школьном возрасте как средства воспитания координационных способностей;

5) провести опытно-экспериментальную работу по

# Методы, значимость и структура.

**Методы исследования:** изучение и анализ научно-методической литературы по проблеме исследования; педагогический эксперимент; тестирование учащихся с целью определения показателей развития координационных способностей.

**Практическая значимость** работы характеризуется тем, что предложенная в ней методика развития координационных способностей может широко использоваться учителями физической культуры в их педагогической деятельности.

**Структура работы:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, 2 глав, заключения, приложения, списка использованных источников, включающего в себя 25 источников и 5 интернет-ресурсов.

# Образовательное значение подвижных игр.

Игра есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности, ребёнок развивается в игре. Игра способствует всестороннему развитию ребёнка, развивает наблюдательность и умение анализировать и обобщать. Образовательное значение имеют игры родственные по двигательной структуре отдельным видам спорта. Они направлены на совершенствование закрепление различных технических и тактических приёмов и навыков.

## Воспитательное значение подвижных игр.

Большое значение в воспитании физических качеств (быстрота, гибкость, сила, выносливость, ловкость.). В подвижных играх физические качества развиваются в комплексе: быстрота, быстро убежать, догнать, обогнать, мгновенно реагировать на звук, зрительные сигналы. Изменяющаяся обстановка в игре требует быстрого перехода от одних действий к другим. Сила игры со скоростно-силовой направленностью. Выносливость: игры частыми повторениями напряженных движений с непрерывной двигательной активностью связанных со значительной затратой сил и энергию. Гибкость игры связаны с частным изменением направлений движений.

## Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа.

1. Цель нашего исследования - изучить влияние использования подвижных игр на занятиях в секции общей физической подготовки на уровень развития координационных способностей детей младшего школьного возраста.

Перед тем, как организовать исследование, мы выдвинули гипотезу о том, что уровень развития координационных способностей учащихся начальных классов можно повысить, применяя подвижные игры.

В процессе исследования решались следующие задачи:

1) выявить объективные критерии оценки применения подвижных игр на уроках физической культуры в младшем



# Педагогический эксперимент.

Тестирование учащихся с целью определения показателей развития координационных способностей. Для этого были проведены следующие контрольные упражнения (тесты, В.И. Лях):

- Челночный бег (3x10м) в исходном положении лицом вперед (для оценки координационных способностей, относящихся к целостным двигательным действиям).

Оборудование: секундомер, ровная дорожка длиной 10 метров, ограниченная двумя

стороны от набивного мяча. Когда он приготовится, следует команда "Марш!". Испытуемый пробегает 10 метров до другой черты, оббегает с любой стороны набивной мяч, лежащий в полукруге, бежит в третий раз 10 метров и финиширует. Тест закончен.

Результат: время с точностью до десятой доли секунды.

- Опускание палки - реакция (Тест для определения способности к комплексной реакции).

Оборудование: пронумерованная в сантиметрах гимнастическая палка.

Процедура тестирования: учитель держит гимнастическую палку вертикально за верхний конец на вытянутой руке. Ученик держит руку прямой, вытянутой вперед, открытую кисть около нижнего конца палки. Через 1-2 секунды учитель отпускает палку а испытуемый должен её как можно быстрее

Повороты на гимнастической скамейке (для оценки динамического равновесия).

Оборудование: гимнастическая скамейка (ширина 10 см), секундомер.)

Процедура тестирования: стоя на узкой поверхности гимнастической скамейки, испытуемый должен за 20 секунд выполнить как можно больше поворотов влево и вправо, не падая со скамейки.

Результат: количество выполненных поворотов за 20 секунд с точностью до пол-оборота.