

**«ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ  
УЧЕНИКОВ ПУТЕМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР С  
МУЗЫКАЛЬНЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ НА УРОКАХ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ДЕТЬМИ 9-10 ЛЕТ»**

*Гонта Анастасия Геннадьевна,  
руководитель физического воспитания  
Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Шахтерский педагогический колледж»  
Донецкая Народная Республика  
[shahtersk-pedkolledj@mail.ru](mailto:shahtersk-pedkolledj@mail.ru)*

В статье предлагается способ повышения мотивации к занятиям физической культурой у детей 3-4 классов: использование подвижных игр и музыки. Определенно положительное влияние подвижных игр с музыкальным сопровождением на развитие физических качеств, а также путем анализа современных исследований, основные физические качества, которые необходимо развивать у детей данного возраста. И с помощью эксперимента доказали эффективность предложенного метода.

*Ключевые слова:* физические качества, подвижные игры, уроки физической культуры.

Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами. В течение последнего десятилетия в отечественном подходе к физическому воспитанию детей и молодежи произошли значительные изменения. Категорически изменилась парадигма уроков физической культуры в общеобразовательной школе, результаты учеников, достигнутые ими на уроках физической культуры при определении их резервных возможностей, не оцениваются. Такой подход отбирает у учителей физической культуры основу их педагогического воздействия на учащихся, этим снимает у школьников значительную часть мотивации к занятиям физической культурой. И если беседы на логическом уровне о необходимости занятий физическим воспитанием для здоровья еще может повлиять на старшеклассников, то на младших школьников, у которых мышления еще не достигло достаточного уровня абстракции и самосознания, подобные методы почти не влияют. Итак, современное состояние физического воспитания в нашей республики требует разработки особого подхода, системы методов для стимулирования мотивации младших школьников к занятиям физической культурой.

Я считаю, что подобным стимулом может стать применение игровых методов обучения, хотя игра уже не является ведущим видом деятельности

для младших школьников, она еще остается одним из самых мощных механизмов для усвоения мира для учащихся младших классов.

Педагоги всех времен отмечали, что подвижная игра хорошо влияет на формирование детской души, развитие физических сил и духовных способностей. Детям интересен сам процесс действий, мгновенные изменения игровых ситуаций. Приходится самостоятельно находить выход из непредвиденных ситуаций, намечать цели, устанавливать взаимодействия с товарищами, проявлять ловкость, выносливость, координацию и силу. Уже само напоминание о следующей игре вызывает у ребенка положительные эмоции, приятное волнение. Поэтому во всестороннем развитии ребенка игра занимает далеко не последнее место.

В младшем школьном возрасте происходит закладка фундамента для развития всех способностей, а также приобретение знаний, умений и навыков при выполнении упражнений на координацию. Следовательно, необходимо исследовать, влияют ли игровые методы на развитие основных физических качеств у младших школьников. Я выяснила, какие качества нужно исследовать при планировании эксперимента. Следующим шагом был выбор игр для развития соответствующих качеств. Музыкальное сопровождение добавляет ученикам эмоциональности при выполнении правил игры задает ритм; следовательно, музыкальное сопровождение использовался как необходимый компонент нашей методики.

Научные исследования проводились в течение 2017-2018 учебного года и осуществлялись в три этапа. На первом этапе определялся общее направление исследования, изучалась и обобщалась научно-методическая литература по исследуемой проблеме, формировалась рабочая гипотеза. На другом этапе исследования подбирались адекватные методы исследования, накапливались первичные материалы для дальнейшего анализа и обобщения, разрабатывалась оптимальная программа физического воспитания детей младшего школьного возраста в летнем оздоровительном лагере. Третий этап исследования был посвящен уточнению методических положений, аналитическому обобщению экспериментальных данных.

Исследования проводились на базе МООУ Шахтерская гимназия. В эксперименте принимали участие 33 школьника, 9-10 лет. Я разделила класс на две группы экспериментальная и контрольная. Разработанная мною экспериментальная программа включала, наряду с традиционными средствами физического воспитания младших школьников, большое количество подвижных игр, направленных на развитие силы, гибкости, скорости. Для экспериментальной группы подобрала подвижные игры для развития силы: «Кто дальше», «Толкание ядра», «Перетягивание», «Кто сильнее», «Крепкое круг», для скорости: «Вызов номеров», «Эстафета», «Черные и белые», «Волки и овцы», «Пятнашки». Для гибкости: «Кто быстрее передаст», «Лавка над головой». Для прыгучести: «Кто дальше на одной ноге», «Лодка», «Волк во рву», «Удочка». После эксперимента провела тестирование школьников и увидела, что в группе, которая

занималась по экспериментальной методике, физическая подготовленность улучшилась на много больше, чем в контрольной группе.

Эффективность предложенной методики применения игровых методов на уроках физической культуры в 3-4 классах оценивалась путем сравнения показателей физической подготовленности детей экспериментальной и контрольной групп к началу и в конце эксперимента. И хотя прирост в конце исследования наблюдается, как в экспериментальной, так и в контрольной группе, показатели физического развития и их изменения у детей экспериментальной группы, в которой велась целеустремленная работа над развитием физических качеств с использованием подвижных игр под музыку, в сравнении с контрольной, оказались значительно более выражены. Незначительное улучшение результатов детей контрольной группы можно объяснить банальному росту детей, который от природы за год стал сильнее, потому что повзрослели. По результатам исследования можно сделать вывод, что подвижная игра с музыкальным сопровождением содействует развитию у младших школьников возрастом 9-10 лет основных физических качеств, таких как силы, гибкости, прыгучести и скорости. Следовательно, нужно внедрять игровые методы учебы в уроки физической культуры для младших школьников.

#### **Список использованной литературы:**

1. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте /Юрий Дмитриевич Железняк, Павел Карпович Петров. – Москва: Академия, 2005. - 272с. - (Высшее профессиональное образование).
2. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности /Бейниш Хаймович Ланда. – Москва: Сов. спорт, 2004. - 192с.
3. Макеева Вера Степановна Методы Педагогического Контроля На Уроках Физической Культуры; Огни - Москва, 2002. - 737 с.
4. Мозговой В. М. Уроки физической культуры в начальных классах; Просвещение - Москва, 2009. - 272 с.

© А.Г. Гопта, 2019