

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»
Институт повышения квалификации и переподготовки
Факультет повышения квалификации специалистов образования**

**ШЛЮПСКИЙ
ЮРИЙ ВЛАДИМИРОВИЧ**

**ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ
КАЧЕСТВ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ**

Квалификационная работа

Минск, 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1.ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ УЧАЩИХСЯ	4
1.1 Сущность, средства, способы развития силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости учащихся средней школы	
1.2 Особенности развития силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости, учащихся первой ступени общего среднего образования.....	
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО РАЗВИТИЮ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ УЧАЩИХСЯ.....	
2.1 Методика развития двигательных качеств младших школьников посредствами подвижных игр	
2.2 Апробация методики развития двигательных качеств младших школьников средствами подвижных игр.....	
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	19
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	20
ПРИЛОЖЕНИЯ	21

ВВЕДЕНИЕ

Физическая культура и здоровье – уникальный учебный предмет. Его уникальность состоит в том, что он обеспечивает овладение учащимися важными знаниями о человеке, о его развитии, сведениями по анатомии, физиологии, гигиене, педагогике. Она решает задачи воспитания у учащихся необходимых ему двигательных умений и навыков.

Сегодняшний день физической культуры – не погоня за результатами, а кропотливая работа учителя, родителей над укреплением здоровья детей. Здоровье – важнейшее условие гармонического развития ребенка, важнейший фактор его работоспособности, от которого в конечном итоге зависит эффективность его воспитания и обучения.

Нормально развивающийся ребенок с рождения стремится к движениям. Огромную потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для них – это, прежде всего, двигаться, действовать.

О подвижной игре очень много написано. Существует обширная отечественная литература, как теоретического, так и методического характера, в которой рассматриваются роль игры, ее распространение, сходство и различие игрового фольклора у разных народов, методические особенности и т.д. Крупнейшие педагоги, ученые считали игру весьма полезной для народного воспитания. На основе их работ и учета зарубежных публикаций подвижная игра рассматривается как осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Так, по утверждению педагогов Е.Н.Водовозовой, П.Ф.Каптерева, П.Ф.Лесгафта, Е.А.Покровского, К.Д.Ушинского и др., подвижные игры являются наиболее эффективным средством физического воспитания. В ней проявляется творческая инициатива играющего, выражающаяся в разнообразии действий, согласованная с коллективными действиями.

Актуальность моей работы заключается в том, что научно - технический прогресс, механизация и автоматизация производства, расширение транспортного обслуживания населения, с одной стороны, резко снизили мышечную активность человека, а с другой - существенно повысили нервно - психические нагрузки. Занятия физическими упражнениями и подвижными играми успокаивают и укрепляют нервную систему, снимают напряжение, создают бодрое, жизнерадостное настроение, что содействует повышению работоспособности и успеваемости.

Тема квалификационной работы – «Подвижные игры как средство развития двигательных качеств младших школьников на уроках физической культуры и здоровья»

Проблема исследования – какими средствами развивать двигательные качества (силу, ловкость, быстроту, выносливость, гибкость) учащимся первой ступени общего среднего образования.

Цель исследования

Теоретически обосновать, методически обеспечить и экспериментально проверить процесс развития двигательных качеств младших школьников средствами подвижных игр.

Задачи исследования

1. Раскрыть сущность, средства, способы развития силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости учащихся младших классов.
2. Определить особенности развития силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости учащихся первой ступени общего среднего образования.
3. Разработать методику развития двигательных качеств младших школьников средствами подвижных игр.
4. Экспериментально проверить методику развития двигательных качеств младших школьников средствами подвижных игр в условиях государственного учреждения образования «Богатырская средняя школа Полоцкого района.

Объект исследования – процесс развития двигательных качеств учащихся средней школы.

Предмет исследования – методика развития двигательных качеств младших школьников средствами подвижных игр.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Барков, В.А. Педагогические исследования в физическом воспитании: Учебное пособие по курсу «Основы НИР» / Физическая культура - Гродно, 1995. - 68 с.
2. Коджаспиров, Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры – Москва: Дрофа, 2003. – 170 с.
3. Лебедева, Е. И. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время» – Минск, 2008 – С.35-69
4. Лэндрет, Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений: Международная педагогическая академия, 1994. – 368 с.
5. Семикоп, А.Ф. Основы теории и методики спортивной тренировки: Учебн. метод. пособие для студ. факульт. физ. культ. пединститут. и университет., училищ олимп. Резерва, Гомель, 1992. - 149 с.
6. Гужаловский, А.А. Развитие двигательных качеств у школьников. – Минск, 2008. - 88 с.
7. Новицкий, П.И. Физическая культура и здоровья – Минск, 2012 - С. 46-50.
8. Лапицкая, Л.А. Физическая культура и здоровья – Минск, 2009 – С. 36-39.
9. Страховская, В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 до 14 лет – Минск, 1994
10. Смирнова, Л.А. Физическая культура и здоровья – Минск, 2005 - С.32-33