

Мэн ЦЗЕ,

аспирант кафедры теории и методики физической культуры
и менеджмента в туризме

Белорусского государственного педагогического университета
имени Максима Танка

МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕМЕНТОВ СПОРТИВНЫХ ИГР

METHODOLOGY FOR THE FORMATION OF MOTOR SKILLS IN CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE BASED ON THE USE OF ELEMENTS OF SPORTS GAMES

Аннотация. В статье представлена методика формирования двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста на основе использования элементов спортивных игр:

баскетбола, футбола, городков, тенниса, бадминтона, хоккея. Рассматриваются методические основы, раскрывающиеся в закономерностях и соответствующих им рекомендациях по реализации направлений (оздоровительного, образовательного, воспитательного), принципов (конструктивного взаимодействия, фасцинации, синкретичности, творческой направленности), условий, а также по использованию средств, методов, способов, приёмов и форм организации.

Ключевые слова: двигательные умения, элементы спортивных игр, направления, принципы, условия.

Annotation. Presents a methodology for the formation of motor skills in senior preschool children based on the use of elements of sports games: basketball, football, towns, tennis, badminton, hockey. It discusses the methodological foundations that are revealed in the laws and relevant recommendations for the implementation of directions (health, educational, educational), principles (constructive interaction, fascination, syncretism), conditions, as well as on the use of means, methods, methods, techniques and forms of organization.

Keywords: motor skills, elements of sports games, directions, principles, conditions.

Формирование двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста — одна из важнейших социальных и педагогических задач, связанных с качеством жизни будущих поколений. Исследования гигиенистов, физиологов, психологов, педагогов показывают, что движения являются естественной биологической потребностью детей. Ограничение мышечной деятельности не только задерживает разностороннее формирование организма, но и ухудшает здоровье, а также может привести к тому, что на последующих возрастных этапах ребёнок с трудом будет осваивать те или иные двигательные умения и навыки (Н.Э. Власенко (2004), Л.Д. Глазырина (1992), Е.М. Каранец (2017), Е.П. Ильин (2003), Т.Ю. Логвина (1991), Л.П. Матвеев (1991), В.И. Оляха (2009), Т.Д. Ратанова (1990), Э.Я. Степаненкова (2005), А.А. Реан (2007) и др.).

Содержательной основой в решении данной задачи является методика формирования двигательных умений и научно-методическое обеспечение.

Актуальность методики формирования двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста на основе использования элементов спортивных игр определена следующими позициями:

- накоплением детьми старшего дошкольного возраста комплекса знаний о видах спорта;

- ознакомлением с образами видов спорта на занятиях по физической культуре;

- развитием и демонстрацией исполнительских умений в каждом из видов спорта, совершенствование которых формирует двигательные умения.

Методика формирования двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста на основе использования элементов спортивных игр представлена комплексом двигательных действий, по характеру которых делается вывод о сформированности двигательных умений. В статье приводятся и комментируются направления (оздоровительное, образовательное и воспитательное) [3]; принципы (конструктивного взаимодействия [2], фасцинации, синкретичности, творческой направленности) [1]; методы (наглядный, словесный, практический); педагогические условия [4], применяемые в образовательном процессе по физическому воспитанию.

Особенности организации процесса формирования двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста на основе использования элементов спортивных игр на занятиях физической культурой с внедрением данной методики выражаются в следующем:

- включение в вводную часть занятий не только строевых упражнений и различных перестроений, общеразвивающих упражнений, но и элементов спортивных игр (баскетбола, футбола, городков, тенниса, бадминтона, хоккея);

- в основной части занятий во время выполнения движений и двигательных действий особое внимание при обучении основным видам (ходьбе, бегу, прыжкам, метанию, лазанью и др.) важно акцентировать на развитии пространственных и временных представлений, которые являются основой в любых игровых действиях, как в подвижных играх, так и в играх спортивной направленности;

- в основной части занятий также особая роль отводится подвижным играм, которые направлены на умение преодолевать препятствия, самостоятельно подбирать способ действия в зависимости от тех конкретных условий, которые сложились в данный момент;

- недопустимость стандартизации элементов спортивных игр на занятиях физической культурой во всех её структурных частях (вводной, основной, заключительной).

Реализация методики представлена тремя этапами: начальным, обучающим, завершающим, которые выстроены с учётом возмож-

ностей освоения детьми двигательных умений и навыков, усложнением игровых видов деятельности, принципами формирования, педагогическими условиями, направлениями работы, способствующими формированию двигательных умений на основе использования элементов спортивных игр: баскетбола, футбола, тенниса, городков, бадминтона, хоккея.

На начальном этапе методики особое внимание придаётся общеразвивающим упражнениям (специально разработанным движениям для рук, ног, туловища, других частей тела, которые могут выполняться в разном мышечном напряжении, с разной скоростью, амплитудой, в разном темпе и ритме) и гимнастическим (физическим упражнениям, позволяющим с большой точностью осуществлять регулирование мышечной нагрузки, избирательно влиять на отдельные мышечные группы и суставы), которые являются базой к выполнению элементов спортивных игр.

Данные виды упражнений связаны с реализацией оздоровительного (сохранение и улучшение физического развития и гармонизации психофизического состояния ребёнка) и образовательного (развитие интенций в различных видах двигательной деятельности, отражающих содержание образовательной области «Физическая культура» учебной программы дошкольного образования: обучать детей видеть и понимать красоту движений и двигательных действий; развивать умения действовать по собственному плану в различных ситуациях, подчинять своё поведение интересам коллектива в играх и групповых заданиях) направлений в формировании двигательных умений.

Данный процесс осуществляется следующим образом. При освоении элементов тенниса, бадминтона и городков важно обращать внимание на развитие и укрепление мышц плечевого пояса и рук. Оздоровительное направление в этом случае реализуется посредством укрепления мышц грудной клетки и её расширения, тренировки дыхательной, сердечной мускулатуры. Общеразвивающие упражнения для рук и плечевого пояса позволяют сформировать у детей лучшее освоение таких элементов бадминтона, как подбрасывание и ловля волана, хват ракетки, вращение ракетки в руке; городков — хват биты, вращение биты в разные стороны.

Упражнения для туловища, развития и укрепления мышц спины влияют на формирование правильной осанки, способствуют

развитию гибкости позвоночника (наклоны вперёд, в стороны, повороты, вращение туловища), что в нашем случае способствует развитию ловкости детей при передвижениях, освоению стойки баскетболиста, а также лучшей ориентировке в пространстве в процессе игровых ситуаций. При освоении технических движений в футболе (остановка, передача мяча) в комплекс общеразвивающих упражнений включаются упражнения для укрепления мышц ног.

Для реализации оздоровительного и образовательного направлений в формировании двигательных умений необходимо включать в занятия комплексы общеразвивающих упражнений с теми предметами, которые непосредственно используются при освоении элементов спортивных игр и позволяют имитировать игровые движения (ракетка теннисная, ракетка для бадминтона, мяч, гимнастическая палка и др.).

Имитационные движения по видам спорта широко используются на первом этапе освоения элементов спортивных игр, что позволяет избежать стандартизации при обучении движениям, имитирующим действия футболиста, баскетболиста, теннисиста, хоккеиста. Данные упражнения должны быть включены не только в основную, но и в вводную часть занятия, когда в процессе ходьбы, бега, построений и перестроений дети уже погружены в тематику спортивных игр. Одновременно происходит подготовка организма ребёнка к освоению конкретных элементов спортивных игр.

Под эффективностью организации образовательного процесса нами понимается прежде всего организация окружающей среды, которая создаёт у ребёнка стремление к приобретению знаний и умений в двигательной деятельности на основе использования элементов спортивных игр, мотивирует его к личностно-поведенческому развитию в области предлагаемых педагогическим работником движений и действий.

Для этого педагогическому работнику (руководителю физического воспитания) необходимо планировать свою деятельность с учётом: предоставляемых возможностей учреждения дошкольного образования (спортивный инвентарь, его качество и количество); соответствия спортивных площадок и сооружений требуемым стандартным нормам; уровня физического состояния детей и их готовности к выработке у себя ценных положительных качеств, непосредственно ка-

сающихся формирования двигательных умений на основе элементов спортивных игр.

На первом этапе методики одной из важнейших задач выступала регуляция педагогическим работником с помощью вербального воздействия правильности выполнения движений каждым ребёнком, стимулируя его действия позитивным образом, добиваясь того, чтобы каждый ребёнок мог наслаждаться собственными действиями и действиями сверстников (*принцип фасцинации*).

В целом гимнастические и общеразвивающие упражнения должны соответствовать глубокому пониманию движений и осознанному их выполнению. Например, при выполнении детьми различных видов прыжков, ходьбы, бега, метания педагогическому работнику в процессе взаимодействия с воспитанниками необходимо обращать внимание на то, в каком виде спорта это движение выполняется. Так, педагогический работник сообщает (осуществляет показ изображений и рассказ) детям, что в баскетболе и футболе важно уметь быстро и ловко бегать, останавливаться по сигналу, точно передавать мяч; в теннисе — передвигаться не только вперёд, но и в стороны; в хоккее — не просто бежать, но и выполнять действия с клюшкой.

Одним из основополагающих умений во всех элементах спортивных игр является умение бегать различными способами, в различном темпе, с различной скоростью. В этой связи большое внимание уделяется отработке следующих умений на занятиях по физической культуре: бегать в колонне по одному, по два; в медленном и среднем темпе, в чередовании с ходьбой; широким прыжковым шагом, приставным шагом, подскоками с ноги на ногу, перекатом с пятки на носок; в чередовании с другими движениями (бег с ведением мяча позволяет практиковать элементы баскетбола, футбола; бег в чередовании с метанием — формировать навыки игры в теннис, бадминтон, городки).

Следует отметить, что при недостаточной сформированности техники элементов спортивных игр и представлений детей о видах спорта важно использовать на физкультурных занятиях приёмы повышения познавательной активности (постановка проблемных вопросов, введение сюрпризных моментов, имитационных движений и др.), что влияет на положительное отношение детей к процессу познания и выполнения элементов спортивных игр.

На втором и третьем этапах методики в содержание занятий необходимо включать специальные упражнения по каждому виду спорта и игры, формирующие и закрепляющие технику элементов спортивных игр, а также направленные на развитие физических качеств: быстроты, силы, выносливости и др.

Установлению благоприятной эмоциональной ситуации при формировании двигательных умений способствует руководство педагогическим работником *принципом конструктивного взаимодействия*, который характеризуется согласованностью целей и координацией совместных умений руководителя физического воспитания и детей, соответствием возможностей, средств и способов взаимодействия в конкретных педагогических ситуациях, достижением взаимопонимания, взаимоподдержки и продуктивным решением воспитательных и образовательных задач.

В работе с детьми должны использоваться заранее продуманные, сконструированные и подготовленные конспекты занятий, в которых дети могут побывать в роли спортсмена. Занятия следует начинать с живого и красочного словесного введения детей в образ, в предстоящие на занятиях действия и только затем по ходу занятий через эмоциональную сферу вводить средства физического воспитания. В конце занятия педагогический работник обязательно подводит итог — анализирует вместе с детьми их взаимоподдержку, умения быстро реагировать на возникновение конфликтных моментов в процессе выполнения элементов спортивных игр, обращает внимание на проявление вариативности в движениях детей (использование разных вариантов, без повторения движений).

В занятие также должны быть включены упражнения на развитие физических качеств, прежде всего ловкости, быстроты, координации движений. Неоднократное включение в игровую деятельность упражнений, направленных на развитие ловкости, варьирование способов выполнения упражнений, содействует развитию умения быстро реагировать на изменение игровой ситуации: в баскетболе — как действовать в случае, если соперник долго удерживает мяч; в хоккее — как действовать в случае быстрого перемещения шайбы по площадке и др.

Использование *принципа синкретичности* способствует совершенствованию двигательных качеств при разумной педагогической направленности, где в общении между руково-

дителем физического воспитания и ребёнком возникают сложные формы взаимодействия и большое значение имеет направленность на достижение коллективного результата игры. Способы достижения ребёнком индивидуальных целей в различных видах общей и специфической двигательной деятельности являются образующими точками интеграции, когда достижение индивидуальных целей осуществляется через выдвигание и достижение общих.

Включение элементов спортивных игр в образовательный процесс должно осуществляться с учётом специфики каждого из видов спорта. Обучая элементам спортивных игр на занятиях физической культурой, в частности элементам баскетбола, педагогический работник должен руководствоваться следующими правилами: использовать приёмы передвижений с мячом и без мяча по принципу вариативности и адекватности их структурным особенностям игры; применять общеразвивающие упражнения комплексной направленности с акцентом на нестандартные движения, выполняемые в динамическом режиме мышечной деятельности; широко внедрять игровой метод для создания эмоционального фона, моделирующего условия соревновательной деятельности и формирующего устойчивый интерес к занятиям баскетболом.

Необходимо обратить внимание, что в развитии двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста на основе использования элементов игры в футбол следует применять такие подвижные игры и спортивные упражнения, которые создают предпосылки для выполнения тактических и технических задач. Для этого необходимо использовать игровые упражнения, позволяющие выполнять отдельные приёмы и элементы футбола в различных изменяющихся условиях, приближенных к игровым ситуациям. Предлагается две группы игр. Первая группа направлена на перемещения и ведение мяча. Во вторую группу входят игры, направленные на овладение приёмами и передачей мяча.

При формировании двигательных умений на основе элементов игры в хоккей важно использовать упражнения и игры с клюшкой и шайбой, с клюшкой и мячом. Прежде всего, детям необходимо объяснить, из чего состоит техника игры в хоккей, и показать её элементы: держание клюшки, владение клюшкой, шайбой или мячом, удары клюшкой по мячу или шайбе, передача клюшкой мяча или

шайбы партнёру, приёмы передачи мяча или шайбы, удары по мячу или шайбе, броски мяча или шайбы в ворота. При выполнении движений и действий в играх и упражнениях, касающихся хоккея, особое внимание следует обращать на технику и на то, как держать клюшку.

В процессе использования элементов бадминтона для формирования двигательных умений у детей на занятиях физической культурой педагогический работник учитывает следующие рекомендации: с первых занятий бадминтоном нужно научить детей старшего дошкольного возраста правильному и быстрому передвижению по площадке вперёд-назад, от сетки и до задней линии, влево-вправо от одной боковой линии к другой, а также по диагонали; рассказать о линиях площадки, показать их.

Перед освоением основных технических элементов игры в городки проводится ознакомление детей со спецификой игровых действий. С помощью рассказа о правилах игры, объяснения действий с битой и городками — фигурами, дети расширяют свои представления и могут в процессе обучения действовать более осознанно. На занятиях ставится задача обучить детей правильной стойке городошника, действиям с битой (прицел, замах, бросок, отработка навыка броска биты в цель, на дальность), способам броска на дальность, в цель, умению строить фигуры (забор, звезда, колодец, вилка, пулемётное гнездо, тир, письмо).

Использование элементов тенниса позволяет расширить двигательные способности детей, развивать такие физические качества, как ловкость, быстрота, умения быстро реагировать на сигнал и изменять действие в зависимости от действий сверстника. Технические элементы тенниса достаточно сложны для детей старшего дошкольного возраста, что требует от педагогического работника использования в обучении дополнительных методических приёмов. Особое место должен занимать показ движений с соблюдением всех основных требований техники.

После того как дети по каждому виду спорта освоили двигательные умения в достаточной степени, важно руководствоваться *принципом творческой направленности*, который выражается в самостоятельном создании ребёнком новых движений, основанных на уже имеющемся двигательном опыте. Педагогический работник старается мотивировать их са-

мостоятельную деятельность, побуждающую к выполнению элементов спортивных игр на основе своих индивидуальных ощущений и интересов.

Таким образом, в рамках представленной методики нами решается главная задача — формирование двигательных умений детей старшего дошкольного возраста в процессе использования элементов спортивных игр (баскетбола, футбола, хоккея, тенниса, бадминтона, городков). Эффективность данного процесса возможна в случае изменения характера деятельности педагогического работника (руководителя физического воспитания, воспитателя дошкольного образования) в условиях образовательной среды учреждения дошкольного образования с учётом специфики двигательных действий, отличающихся высокой степенью динамизма, необходимого для получения элементарного опыта по реализации разноаспектных задач в игровых ситуациях, что в свою очередь положительно влияет на эффективность формирования двигательных умений, расширяя их диапазон во всех направлениях.

Статья поступила в редакцию 07.06.2023 г.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Глазырина, Л.Д. Компетентностный подход в повышении квалификации современного специалиста дошкольного образования в ситуации неопределённости / Л. Д. Глазырина // *Философские, социально-психологические и социально-педагогические аспекты функционирования личности в ситуациях неопределённости: коллектив. моногр. / под науч. ред. А. Г. Иценко, Т. Е. Яценко, Н. Г. Дубешко; М-во образования Респ. Беларусь, Баранович. гос. ун-т. — Барановичи: БарГУ, 2022. — Гл. 3.1. — С. 106–112.*
2. Глазырина, Л. Д. Научно-методические основы реализации оздоровительного, воспитательного и образовательного направлений программы физического воспитания дошкольников: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Л. Д. Глазырина. — Минск, 1992. — 41 с.
3. Мэн Цзе. Развитие конструктивного взаимодействия детей старшего дошкольного возраста в условиях занятий физической культурой / Цзе Мэн // *Пралеска. — 2023. — № 2. — С. 18–21.*
4. Мэн Цзе. Формирование двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста в условиях дозирования физической нагрузки / Цзе Мэн, Е. М. Каранец // *Дошкольное образование: стратегии развития в современных условиях: сб. науч. ст. / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол. О. Н. Анцыпирович [и др.]; под общ. ред. О. Н. Анцыпирович. — Минск: БГПУ, 2023. — С. 260–264.*