

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
( Н И У « Б е л Г У » )

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Кафедра дошкольного и специального (дефектологического)  
образования**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ  
ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ИГРАМ  
С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТА**

**Выпускная квалификационная работа**  
обучающегося по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое  
образование, профиль Дошкольное образование  
заочной формы обучения 02021352 группы  
Мажаров Виктории Викторовны

Научный руководитель  
старший преподаватель  
Галимская О.Г.

**БЕЛГОРОД 2018**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИГРАМ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТА .....	7
1.1. Сущность проблемы индивидуализации процесса обучения в психолого-педагогических исследованиях .....	7
1.2. Анатомо-физиологические и психические особенности детей старшего дошкольного возраста .....	14
1.3. Педагогические условия индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта .....	18
Глава II. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИГРАМ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТА .....	28
2.1. Изучение уровня физической развития детей старшего дошкольного возраста .....	28
2.2. Методические рекомендации для педагогов индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта .....	34
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	40
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	42
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	50

## ВВЕДЕНИЕ

Анализ показателей здоровья, физического и двигательного развития детей старшего дошкольного возраста свидетельствует о тревожных тенденциях, которые продолжают усугубляться в настоящее время. По данным Е.Н. Вавиловой, Н.А. Ноткиной, М.А. Правдова, Ю.К. Чернышенко, В.И. Усакова, от 30 % до 40 % детей старшего дошкольного возраста имеют низкий уровень двигательного развития. Причины этого кроются в современном образе жизни.

Психологи, педагоги, медики отмечают общую для детских дошкольных учреждений - снижение двигательной активности детей (Ю.Ф. Змановский, М.А. Рунова, СБ. Шарманова, А.И. Федоров), а для ребенка-дошкольника потеря в движениях - это потеря в здоровье, развитии, знаниях.

По определению отечественных психологов Л.С. Выготского, А.В. Запорожца, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, игра есть ведущая деятельность в дошкольном возрасте, благодаря которой в психике ребенка происходят значительные изменения. Подвижные игры и игры с элементами спорта, в частности, представляют собой доступную для дошкольников форму деятельности.

Одним из резервов оптимизации образовательного процесса в дошкольных учреждениях является осуществление индивидуализации, позволяющее обеспечить максимальное развитие каждого ребенка, мобилизацию его активности, самостоятельности.

Основой личностно-ориентированного образования является, по мнению ряда ученых (Д.А. Белухин, А.Н. Давидчук, С.В. Кульневич и др.), индивидуализация, представляющая собой поддержку и развитие личностного своеобразия ребенка и его индивидуальности в целом, аспекты исследований проблемы индивидуализации образовательного процесса (Д.А.

Белухин, А.Н. Давидчук, А.А. Кирсанов, Л.П. Князева, С.В. Кульневич, И.М. Осмоловская, И.В. Сегал, Л.В. Трубайчук, И.Э. Унт, И.М. Чередов и др.).

Известно, что дошкольники имеют разные физические способности, психофизические особенности организма, условия воспитания и др. Все это оказывает влияние на характер формирования любой деятельности, сформированность личностных качеств, что обеспечивает разницу в объеме, глубине, прочности усвоения любого рода материала. Поэтому основным условием успешного воспитания и обучения является изучение индивидуальных различий детей и осуществление на этой основе индивидуализации процесса обучения.

Суть индивидуализации заключается в целенаправленном и активном руководстве воспитания отдельной личности, формирования ее творческой индивидуальности в условиях коллективного обучения при сочетании фронтальных, групповых и индивидуальных форм работы и методов педагогического воздействия.

В плане совершенствования физического воспитания дошкольников вопрос индивидуального подхода к организации процесса обучения выступает как актуальный и наименее разработанный. В то же время в области физического воспитания индивидуальное варьирование нагрузок имеет особое значение, так как дефицит движения и перегрузка одинаково отрицательно отражаются на здоровье детей и их общем развитии.

Хочется отметить, что пути использования комплекса действий с учетом уровня подготовленности и развития способностей детей, их физического состояния, здоровья, исключение факторов риска в развитии психоэмоциональной сферы ребенка достаточно многоплановы и вызывают затруднения у многих специалистов по дошкольному образованию. Это позволило обозначить **проблему** исследования: каковы педагогические условия индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта.

**Цель исследования:** выявить и обосновать педагогические условия индивидуализация процесса обучения играм с элементами спорта.

Все выше изложенное позволило сформулировать **тему исследования:** «Педагогические условия индивидуализации процесса обучения старших дошкольников играм с элементами спорта».

**Объект исследования:** процесс индивидуализации обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта.

**Предмет исследования:** педагогические условия индивидуализации обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта.

**Гипотеза:** исследование строится на предположении о том, что индивидуализация процесса обучения элементам спортивных игр окажет положительное воздействие на повышение уровня физической развития детей старшего дошкольного возраста при соблюдении следующих условий:

- с учетом уровня развития двигательных способностей и индивидуальных особенностей детей;
- разработке и реализации в режимных моментах системы индивидуальных заданий, способствующей овладению элементами спортивных игр.

С учетом определения цели и формулировки гипотезы в исследовании были поставлены следующие **задачи:**

1. Раскрыть сущность проблемы индивидуализации процесса обучения в психолого-педагогических исследованиях.
2. Охарактеризовать анатомофизиологические и психологические особенности детей старшего дошкольного возраста.
3. Обосновать педагогические условия индивидуализация процесса обучения старших дошкольников элементам спортивных игр.
4. Исследовать уровень физического развития детей старшего дошкольного возраста.

5. Разработать методические рекомендации для педагогов, индивидуализация процесса обучения старших дошкольников элементам спортивных игр.

**Методы исследования.** Для решения поставленных задач использовался комплекс методов исследования: теоретические: анализ состояния проблемы по данным научно-методической литературы; эмпирические: наблюдение, педагогический эксперимент (констатирующий этап); тестирование; методы математической статистики.

**База исследования.** Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Жемчужинка» г. Короча Белгородской области.

**Структура выпускной квалификационной работы** состоит из: введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы и приложений.

# **Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИГРАМ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТА**

## **1.1. Сущность проблемы индивидуализации процесса обучения в психолого-педагогических исследованиях**

В настоящее время индивидуализация рассматривается в качестве одного из основных принципов дошкольного образования. Необходимость учета в процессе воспитания и обучения индивидуальных особенностей детей отмечалась еще в работах Я.А. Коменского, К.Д. Ушинского, А.С. Макаренко, В.А. Сухомлинского и др. педагогов. Ключевое значение индивидуализации образования придавали представители педоцентрической парадигмы (М. Монтессори, Дж. Дьюи, Р. Штейнер и др.) (5,25). Отечественные психологи А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, А.А. Люблинская, Д.Б. Эльконин и другие занимались проблемой изучения и учета индивидуальных особенностей в связи с решением задач формирования личности (27,37,72)

Несмотря на то, что проблема индивидуализации образования активно разрабатывается на протяжении многих десятилетий, понятие «индивидуализация» и в современный период не имеет общепринятой трактовки.

В «Энциклопедическом словаре» Ф.А. Брокгауза и И.А. Ефрона индивидуализация трактуется как «выделение индивидуальных особенностей из первоначального безразличия» (72).

В отечественной педагогике наряду с понятием «индивидуализация обучения» применяются также понятия «индивидуальный подход», «дифференцированный подход», «дифференциация обучения» (53).

Под индивидуализацией обучения обычно понимается особая организация педагогического процесса, направленного на осуществление требований индивидуального подхода (5, 51).

Анализ педагогической литературы показывает, что содержание индивидуализации зависит от целей и средств, которые имеются в виду.

Также вызывает затруднение смешение содержания понятий «индивидуализация» и «дифференциация». Если одни авторы понятие дифференциации подчиняют понятию индивидуализации, то другие полагают, что индивидуализация частный случай дифференциации.

Ряд ученых рассматривают дифференциацию как одну из форм индивидуализации. И.М. Осмоловская отмечает, «индивидуализация – это предельный вариант дифференциации, когда образовательный процесс строится с учетом особенностей не групп, а каждого отдельно взятого ребенка (34). Сходной позиции придерживается И.А. Андриади. Она определяет дифференциацию как форму организации образовательной деятельности, при которой дети распределяются по группам в соответствии с их интересами и способностями, а индивидуализацию как предельный вариант дифференциации, когда учитываются личностные особенности каждого ребенка (42).

А.А. Кирсанов предлагает рассматривать индивидуализацию образовательной работы как систему воспитательных и дидактических средств, соответствующих целям деятельности и реальным познавательным возможностям всей как всей группы, так и отдельных детей, позволяющих обеспечить образовательную деятельность ребенка на уровне его потенциальных возможностей с учетом целей обучения и воспитания (42).

В этом же смысле индивидуализация рассматривается в «Педагогическом энциклопедическом словаре»: как организация образовательного процесса, при которой выбор способов, приемов, темпа обучения учитывает индивидуальные различия обучающихся, уровень развития их способностей к учению» (35).

Определение И.Э. Унт обобщает и частично расширяет вышеизложенные толкования. По ее мнению, «индивидуализация – это учет в процессе обучения индивидуальных особенностей детей во всех его формах и методах, независимо от того, какие особенности и в какой мере учитываются» [65].

Между тем, с точки зрения Д.А. Белухина, индивидуализация представляет собой не «какой-либо принцип, подход, методический прием», а «сущность и содержание всей педагогической деятельности» (42). Сходного мнения придерживается С.В. Кульневич, который определяет индивидуализацию как «деятельность педагога и обучаемого по поддержке и развитию того единичного, особого, своеобразного, что заложено в нем от природы или что он приобрел в индивидуальном опыте» (42).

Вместе с тем более прочную позицию в отечественной педагогике занимает понимание индивидуализации как принципа, требующего выстраивать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей, что называется также «индивидуальным подходом» или «принципом индивидуального подхода» (А.А. Бударный, А.А. Кирсанов, Л.П. Князева, Я.И. Ковальчук, И.Э. Унт, И.М. Чередов и др.) (65).

Как отмечает в своей работе И.П. Подласый, «педагогика индивидуального подхода имеет в виду не приспособление целей и основного содержания обучения и воспитания к отдельному ребенку, а приспособление форм и методов педагогического воздействия к индивидуальным особенностям с тем, чтобы обеспечить запроюктированный уровень развития личности» (34). При этом одни авторы предпринимают попытки разведения понятий «индивидуальный подход» и «индивидуализация». В первом случае это принцип обучения, во втором же – это процесс осуществления данного принципа, который имеет свои формы и методы (65). В этом же значении представляет себе соотношение принципа индивидуального подхода и индивидуализации обучения Е.С. Рубанский (55).

Некоторые исследователи противопоставляют индивидуальный подход дифференцированному. Между тем Л.П. Князева предлагает рассматривать индивидуальный подход как более общее понятие, выделяя «дифференцированный подход, предполагающий организацию педагогической работы с подгруппами детей» в качестве одного из путей реализации индивидуального (55).

Я. И. Ковальчук видит сущность индивидуального подхода в том, что общие задачи, которые ставятся в процессе воспитания по отношению ко всей группе детей, осуществляются посредством педагогического воздействия на каждого ребенка, исходя из знания его психологических особенностей и условий жизни (55).

Понятие «индивидуализация» по отношению к процессу физического воспитания Ж.К. Холодов определил как «требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся», при реализации которого должна быть учтена готовность воспитанников к обучению, выполнению той или иной нагрузки, и определена степень доступность задания, что в свою очередь зависит от уровня физического и интеллектуального развития воспитанников (65, 57).

Ж.К. Холодов выделяет группы факторов, которые определяют доступность задач, средств и методов физического воспитания. К первой группе относятся факторы, характеризующие общие особенности данной группы воспитанников. Ко второй – индивидуальные особенности каждого ребенка. Третья группа факторов возникает в связи с динамикой общих и индивидуальных изменений в процессе физического воспитания. К четвертой группе следует отнести особенности самих задач, средств и методов физического воспитания (65).

Общие и индивидуальные особенности воспитанников постоянно изменяются как на протяжении одного конкретного занятия, так и по ходу всего процесса физического воспитания (45). В связи с этим должны

приниматься во внимание особенности педагогических задач, которые ставятся перед ребенком. Педагог должен объективно обосновывать выбор средств, методов и др.

Индивидуализация в процессе физического воспитания понимается так же как «использование частных средств и методов физического воспитания и такое построение системы занятий, при которых учитываются индивидуальные различия занимающихся», осуществляется индивидуальный подход к ним и тем самым создаются благоприятные условия для развития индивидуальных особенностей (26, 95).

Многие исследователи (Л.В. Карманова, Н.Т. Терехова, В.Н. Шебеко и др.) выдвигают разные критерии: особенности нервной системы, физическое развитие, физическая подготовленность, лежащие в основе индивидуализации процесса обучения основным движениям и двигательным качествам (32, 29, 69). Нами в основу был положен уровень физического развития.

Пониманию сущности индивидуализации способствует выделение ее видового разнообразия. По мнению И.Э. Унт, к видам индивидуализации относятся:

- дифференциация обучения, т.е. группировка детей на основе их отдельных особенностей или комплексов этих особенностей для обучения по несколько различным планам и (или) программам;
- внутригрупповая индивидуализация воспитательной работы (это те приемы и способы индивидуальной работы, которые использует воспитатель в обычной группе ДОУ);
- обучение в индивидуально различном темпе (или убыстренно, или замедленно).

В дополнении к этим основным вариантам встречаются и различные их комбинации (65).

Необходимость во внутригрупповой индивидуализации тем настоятельнее, чем более разнородная группа служит объектом такой

индивидуализации. В такой группе индивидуализация может происходить в разных формах работы: фронтальной, групповой, индивидуальной. Осуществление индивидуальной работы с детьми в условиях их пребывания в образовательном учреждении ограничивает фактор времени. Поэтому чаще педагоги отдают предпочтение групповой работе. В малой группе ребенок находится в более благоприятных, чем при фронтальной работе всей группой, условиях в отношении возможности действовать в соответствии со своими индивидуальными особенностями, интересами и способностями (29).

Особенно благоприятные возможности для индивидуализации представляют группы, которые структурированы определенным образом. Это, прежде всего, группы, которые сформированы педагогом на основании уровня развития детей (обычно уровня знаний и/или умственных способностей). В таких случаях более сильной группе предоставляются более сложные задания, а более слабой – задания полегче.

Широкие возможности для индивидуализации обучения представляет индивидуальная самостоятельная работа, представляющая собой такой способ работы, который проводится без непосредственного участия педагога, но под его руководством и осуществляется в индивидуальном темпе. В ходе самостоятельной работы каждый ребенок получает конкретное задание, которое предполагает выполнение определенной работы, варьируемой в зависимости от индивидуальных особенностей детей (29).

Говоря о необходимости учета индивидуальных особенностей детей в процессе обучения, исследователи фиксируют внимание на различных психологических и физических качествах и состояниях личности (особенности всех познавательных процессов, свойств нервной системы, темперамента, характера, воли, мотивации, способностей), а также состояние здоровья ребенка, темпа и общего уровня его развития, склонности и интересы, условия жизни.

На основании того, какие особенности личности учитываются, можно выделить два подхода: 1) учет комплекса различных особенностей ребенка;

2) учет какой-то отдельной особенности. В большинстве работ по этой проблеме авторы исходят из комплекса особенностей, в котором доминирует уровень знаний, умений, навыков и познавательных способностей (34, 42). Как справедливо замечает И.Э. Унт, при использовании разных форм и методов обучения нельзя учесть все индивидуальные особенности детей. Поэтому во внимание принимаются лишь те отличия, которые так или иначе проявляются и оказываются важными в образовательном процессе (65). Кроме того, как указывает Е.С. Рубанский (42), обычно учитываются индивидуальные особенности не каждого отдельного ребенка, а групп детей, которые обладают сходными чертами. То есть на практике индивидуализация приобретает относительный характер.

Проблема индивидуализации в обучении и воспитании детей дошкольного возраста исследовалась, прежде всего, с позиции поиска эффективных способов содействия развития детей (Л.П. Князева, Я.И. Ковальчук, И.В. Сегал и др.) (34, 55).

Так, система индивидуального подхода, представленная в работах Л.П. Князевой, включала варьирование заданий, вопросов, указаний, установок с учетом отдельных качеств личности ребенка, таких как характер деятельности, особенности поведения, развитие интеллекта, эмоционально-волевой сферы (55).

Таким образом, проведенный анализ педагогических источников, раскрывающих проблему индивидуализации воспитания и обучения детей на разных ступенях системы образования, позволяет заключить, что большинство исследователей рассматривают индивидуализацию как особую форму организации педагогического процесса, обеспечивающую учет индивидуальных особенностей детей, реализацию индивидуального подхода, рассматриваемого в качестве ведущего принципа воспитания и обучения. Использование индивидуализированного подхода необходимо при решении различных педагогических задач, направленных на развитие физических

способностей, формирование знаний, умений и навыков или совершенствование личностных качеств ребенка.

## **1.2. Анатомо-физиологические и психические особенности детей старшего дошкольного возраста**

В старшем дошкольном возрасте у детей наблюдается ускорение темпа физического развития (72, 88). Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда ребенок за один год может вырасти на 7-10 см. Прибавка в весе и росте за год может достигать 9-10 см, а в весе 3,5-4 кг. Средний рост дошкольника 5 лет составляет около 106,0-107,0 см, а масса тела – 17-18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц составляет 200,0 г, а роста – 0,5 см (34).

Исследования А.А. Маркосяна (38, 73), И.А. Аршавского (4, 51), показали, что в этот период происходит не только количественный рост, но и существенная перестройка функций организма. Как отмечается в работах С.И. Гальперина, в этот период происходит качественное и функциональное совершенствование головного мозга, всех органов и систем организма (19, 143).

Изменяется форма грудной клетки, завершается процесс ее формирования и окостенения, устанавливается грудной тип дыхания. Изменяется соотношение размеров головы и туловища – они приближаются к соотношению этих показателей у взрослых.

Существенно увеличивается длина верхних и нижних конечностей; начинается сращение тазовых костей; появляются точки окостенения в позвонках, формируется осанка – у детей к семи годам четко выражены изгибы в шейном и грудном отделе позвоночника. Отмечается интенсивный рост трубчатых костей рук и ног. Это связано, в частности, с усилением

функционирования некоторых эндокринных желез. В этом возрасте изменяется строение костей скелета за счет усиленного замещения хрящевой ткани костной.

Развитие опорно-двигательной системы ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития не одинаковы. Сращивание частей решетчатой кости черепа, и окостенение слухового прохода заканчивается к шести годам, сращивание же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной кости черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см).

Позвоночный столб ребенка 5-7 лет, по мнению многих авторов С.И.Гальперина, Л.И. Пензулаевой и др. чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, связок. Наблюдается незавершенность строения стопы.

В развитии мышц Л.И. Пензулаева выделяет несколько этапов (48, 51). Один из них – это возраст 6 лет. Мышцы увеличиваются в объеме, становятся более плотными за счет утолщения мышечных волокон; возрастает мышечная сила. Особенно активно развиваются мышцы груди, спины, таза, рук, плеча, предплечья, ног (бедро, голень). При соблюдении правильного режима двигательной активности у ребенка укрепляется его мышечно-связочный аппарат: хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы стопы и кисти, которые еще находятся в процессе развития. Поэтому дошкольники относительно легко выполняют задания в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков (48, 63). Поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры

головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга: дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В старшем дошкольном возрасте значительно утолщается мышца сердца, развиваются нервы, регулирующие ритм сердечных сокращений. В этом возрасте у ребенка постепенно исчезает неравномерность сердцебиений. Кровообращение ускорено за счет учащенного сокращения сердца – ЧСС 90-95 в 1 минуту (37, 39). В течение периода дошкольного детства продолжается совершенствование строения и деятельности всех отделов нервной системы. К концу дошкольного периода вес мозга и его строение почти соответствуют мозгу взрослого человека, значительно совершенствуется и высшая нервная деятельность.

Показателем совершенствования деятельности мышечной и нервной системы является тот факт, что мышцы у детей старшего дошкольного возраста приобретают способность относительно быстро переходить из состояния покоя в состояние рабочего возбуждения (3, 57).

У ребенка-дошкольника все еще недостаточно развиты верхние дыхательные пути (носовые ходы, гортань, трахея, бронхи), недостаточно развита легочная вентиляция. К 6-7 годам у ребенка увеличивается подвижность грудной клетки, что дает возможность ему делать более глубокий вдох и выдох. У ребенка возрастает потребность в кислороде, повышенном газообмене (9, 44). Компенсируется она за счет увеличивающейся подвижности грудной клетки и более частых дыхательных движений. Дыхание ребенка – дошкольника неравномерно и легко учащается при физических нагрузках, эмоциональных реакциях.

Кожа к 6-7 годам заметно грубеет. Потовые железы функционируют еще недостаточно, а сальные – активно. Кожное сало, выделенное через поры, легко соединяется на коже с пылью. Кожа быстро грязнится, что нарушает ее функции.

У ребенка дошкольного возраста совершенствуется работа анализаторов (зрение, слух и др.) Это объясняется, с одной стороны, улучшением работы мозговых центров, с другой – постоянными упражнениями органов чувств, в процессе воздействия на них явлений и предметов окружающей среды (51, 63). Ребенок начинает тонко осязать, хорошо дифференцировать вкус, запах, цвет, звук, а также воспринимать эти ощущения комплексно, обозначая воспринимаемое словами. В дошкольном возрасте продолжают развиваться такие органы чувств, как глаз и ухо.

Условиями успешного выполнения деятельности, по мнению В.А. Сальникова, являются не только закономерности возрастного развития личности, но индивидуально – психологические особенности (биологический возраст, психическая зрелость) (55, 11).

Степени зрелости к обучению детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта соответствует и определенный уровень развития внимания, памяти. Это, в совокупности с накоплением двигательного опыта, создает условия для совершенствования функции сличения результатов реального действия с уже запечатленными двигательными программами, выделения ошибки и внесение соответствующих коррекций в команду управления. Слабо развиты у детей такие свойства внимания, как распределение и переключение. Развитию этих свойств, а также произвольной памяти способствуют игры с элементами спорта, которые ставят ребенка в условие принять или самостоятельно поставить перед собой мнемическую задачу, проанализировать ее выполнение, то есть осуществить самоконтроль (8, 59).

«Мышление в действии» занимает значительное место в развитии высшей нервной деятельности детей старшего дошкольного возраста (27, 114). Дети могут представить себе определенную последовательность преобразования ситуаций, познавать и отражать в форме представлений существенные связи и зависимости той или иной действительности, что

позволяет им, хоть и незначительно, но понять приемы тактики командной игры (11, 67). Дифференцировки вырабатываются легче, быстрее и прочнее.

У старших дошкольников появляются задатки произвольного, активного внимания, связанного сознательно поставленной целью, волевым усилием. В 5-7 лет дети могут подчинить свою деятельность сознательно поставленной цели, удерживать программу действий из ряда движений и предвидеть результат действия, что создает основу для формирования у старших дошкольников сложных двигательных действий, к которым мы относим и подвижные игры с элементами спорта, способствует более прочному их освоению, повышению качества и точности двигательных действий (4, 38). Это положение подтверждают труды П.К. Анохина, И.А. Аршавского и др.

Таким образом, старший дошкольный возраст является сензитивным для развития ряда физических качеств: ловкости, быстроты, координационных способностей, что позволяет при рациональной методике обучения овладевать разнообразными двигательными навыками.

### **1.3. Педагогические условия индивидуализации обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта**

В современных программах («Детство» (2014), «Истоки» (2014), «От рождения до школы» (2014)) учитывается важность проблемы физического развития ребенка, отражается поиск новых подходов и по содержанию занятия, и по методам физического воспитания определяются задачи, формы обучения физическим упражнениям в ДОУ (24, 29, 47). Однако раздел «Спортивные игры» определен достаточно схематично, что затрудняет его реализацию на практике. Тогда как Э.Й. Адашкявичене указывает, что особый интерес у дошкольников вызывают спортивные игры (баскетбол,

хоккей, теннис и др.) а так же спортивные упражнения (плавание, катание на санках и т.д.) (1, 36).

По определению отечественных психологов А.В. Запорожца, Д.Б. Эльконина игра есть ведущая деятельность в дошкольном возрасте, благодаря которой в психике ребенка происходят значительные изменения (73, 43). Неоспоримо ее значение, в том числе и игр с элементами спорта, в плане развития ребенка дошкольного возраста.

С.Я. Эйгорн считал, что «для детского возраста не существует гимнастики, которая могла бы по своей ценности превосходить игру; последняя соответствует физической организации ребенка и его умственным потребностям, так как она в одно и то же время приятна и полезна» (72).

Основу спортивных игр составляют естественные виды движений и их сочетание. Игры с элементами спорта, по мнению ряда авторов, доступны детям в старшем дошкольном возрасте и являются одним из ведущих средств и методов физического воспитания детей 5-7 лет (9, 11).

Использование игр с элементами спорта как формы организации физического воспитания обеспечивает гармоничное личностное, физическое и психическое развитие дошкольника, а также создает условия для гуманизации педагогического процесса, превращая ребенка из объекта социально-педагогического воздействия в субъект активной творческой деятельности (12, 44). Это происходит на основе развития внутренних мотивов к самосовершенствованию. Обучение таким играм обеспечивает всем детям равные возможности в овладении физической культурой и дает каждому ребенку право выбора.

Но достичь положительных результатов можно лишь при условии ненасильственного стимулирования моторного развития. Утрата спортом массового характера, уход в небытие так называемого дворового спорта, отсутствие у многих семей возможности пользоваться платными услугами в сфере физического воспитания вызывают необходимость активизации и

систематизации процесса обучения играм с элементами спорта в дошкольных учреждениях (14, 47).

Игра представляет главную для дошкольников форму деятельности. Игра же с элементами спорта предлагает сознательное воздействие и усовершенствование движений. Вот почему моторное развитие, совершаемое дошкольником в игре, по мнению А.В. Запорожца, является «настоящим прологом к сознательным физическим упражнениям школьника» (27, 102). Значение двигательных действий в общем развитии ребенка велико. Е.А. Аркин подчеркивал, что «ребенок в целом, как личность, находит впервые в движениях, в действиях путь к самоутверждению, к признанию себя и своих сил» (3, 112).

Игры с элементами спорта требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентировки в пространстве. В классификационной иерархии игр для детей дошкольного возраста спортивные игры занимают самую высокую позицию (42, 33). Ребенок в кратчайшие промежутки времени должен увидеть создавшуюся обстановку (расположение партнеров и противника, положение мяча, шайбы), оценить, выбрать наиболее правильные действия и применить их. Все это требует от играющих развития определенных умений и навыков.

По мнению Л.Н. Волошиной и др. подвижным играм с элементами спорта, как виду деятельности, характерны такие признаки, как изменяющиеся условия тех или иных действий; поэтому большинство этих игр связаны с проявлением двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, на выносливость, силу, гибкость. В играх с элементами спорта совершенствуется «чувство мышечных усилий», «чувство пространства», «чувство времени», функции различных анализаторов (10, 97). Кроме того, подвижные игры с элементами спорта позволяют ребенку овладеть разнообразными, достаточно сложными видами действий, проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Для игр с элементами спорта характерна определенная специфика и точность действий, определенный состав участников, распределение функций, четкая организация игровых условий (разметка площадки, подбор инвентаря). Некоторые из них, например городки, по признаку преобладающего движения можно отнести к играм с метанием. Однако такие игры, как баскетбол, футбол, хоккей, бадминтон, настольный теннис построены на многообразных двигательных действиях (10, 101). В различных комбинациях здесь используются ходьба, бег, прыжки, метание. Эти действия требуют сохранения устойчивого положения в заданной позе после приседаний, поворотов, наклонов. При этом двигательные действия, включающие в себя игры с элементами спорта, затрагивают и мелкие мышцы рук (баскетбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон, городки), тем самым, стимулируя их развития (11, 98).

Разнообразные способы достижения цели, относительная самостоятельность действий, отсутствие жесткой регламентации допускают возможность широкого выбора самостоятельной деятельности; развитие творческих двигательных способностей благоприятно сказывается на проявлении самостоятельности, инициативности, находчивости. По сравнению с подвижными играми, игры с элементами спорта – более сложная форма деятельности (13, 18). Следовательно, и влияние их на организм занимающихся шире и глубже.

Кроме того, в игре проявляются изобретательность и демонстрируются физические усилия, она служит делу подготовки детей к социальной жизни. Это способствует формированию умственных и нравственных понятий, создает потребность в правилах. И игры и жизнь нуждаются в движении, в планировании направления и предвосхищении возможных действий соперника. Игры помогают учить этим приемам.

Существует ряд парциальных программ физического воспитания дошкольников, построенных на материале спортивных игр: «Выходи играть во двор» (Л.Н. Волошина) (14), «Играйте на здоровье!» (Л.Н. Волошина,

Т.В. Курилова) (16), программа «Физическая культура – дошкольникам» (Л.Д. Глазырина) (20).

Программа «Играйте на здоровье!» Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой построена на модульной основе, обучение элементам спортивных игр происходит в определенной последовательности. В программе выделено шесть модулей (футбол, настольный теннис, хоккей, городки, баскетбол, бадминтон) (9, 34). В каждом модуле определены задачи обучения, элементарные тесты для оценки полученных результатов. Дана характеристика педагогических условий реализации индивидуально-дифференцированного подхода.

Комбинируется необходимый объем двигательных действий на материале спортивных игр и игровых упражнений. Занятия разработаны таким образом, чтобы развивать у детей дошкольного возраста стремление проявлять самостоятельность, умения быстро и самостоятельно, без помощи взрослого решать проблемную ситуацию, ориентироваться в обстановке, анализировать и сравнивать, оценивать происходящее (9, 31). Данный материал разработан для детей с разным уровнем физической подготовленности. В процессе собственной активной деятельности дети осваивают элементарные технико-тактические действия в спортивных играх (9, 56).

Каждое такое занятие проводится с учетом возрастных особенностей, физических возможностей и имеющихся двигательных навыков у детей. Оно должно быть эмоциональным, привлекательным и содействовать всестороннему развитию личности ребенка. Занятия по обучению элементам спортивных игр направлены на укрепление здоровья, улучшение общей физической подготовленности детей, удовлетворение потребностей в движениях, развитие игрового взаимодействия; их необходимо приближать по форме к спортивным развлечениям, играм.

По программе Л.Н. Волошиной занятия строятся с учетом постепенного нарастания, а затем снижения физической нагрузки, чем и

обусловлены содержанием упражнений и игр с мячом, последовательность их распределения, а также методика проведения. Все действия с мячом, выполняемые на месте, например, передача мяча, ведение его на месте, бросок мяча в корзину с места, даже при длительном выполнении (7-8 мин) увеличивают нагрузку не значительно, на 20-40% от исходного уровня. Выполнение этих действий в движении, в сочетании с бегом при такой же продолжительности повышает нагрузку от 50 до 90%. Большую нагрузку дают и подвижные игры, где часто используются бег, подскоки, ведение мяча (9, с. 51).

Особо благоприятные условия для проведения занятий, построенных на играх, создаются в старшей группе, когда дети знают много игр с мячом и имеют определенные навыки действий с ним, имеют определенный уровень развития игрового взаимодействия.

Для детей более привлекательны те игры с мячом, которые им хорошо известны. При повторении игр действия детей становятся более свободными, значительно меньше наблюдаются нарушения правил игры. На одном занятии необходимо предусмотреть от одного до трех видов основных действий с мячом и игры – одну большой интенсивности, другую малоподвижную. Количество упражнений и игр зависит от степени новизны и уровня их усвоения, а также от способов организации детей, уровня развития межличностных взаимоотношений. В игровом взаимодействии есть хорошие условия для реализации дифференцированного подхода к обучению элементам спортивных игр, считает Л. Н. Волошина (10).

По мнению ряда авторов система и правила организации спортивных игр в дошкольный период детства носят упрощенный характер, учитываются возрастные возможности детей.

Э.И. Адашквичене предлагает определенную систему и последовательность использования спортивных игр и упражнений, дает примерное содержание программы и распределение часов на разные виды упражнений (1, 31). Автор обращает также внимание педагогов, что при

обучении элементам баскетбола требуется тщательный подбор действий с мячом, соответствующих индивидуальным возможностям детей. Непосильный, преждевременный материал для более слабых детей, не требующий некоторых психических усилий для более сильных детей, одинаково не обеспечивает оптимального развивающего влияния на формирование действий с мячом. Э.И. Адашкявичене показаны конкретные пути реализации дифференцированного подхода (деление на подгруппы) при проведении физкультурных занятий с мячом (1, 78).

А.В. Карманова, В.Н. Шебеко рекомендуют в занятиях на свежем воздухе и в зале включать элементы спортивных игр, организовывать индивидуальные игры с мячами или скакалками; ракетками для бадминтона, создавать условия и побуждать детей к организации самостоятельной деятельности с использованием элементов спортивных игр (32, 20). Авторы предлагают единое планирование всех форм работы по физической культуре на основе реализации принципов последовательности, систематичности, повторяемости. Задачи развития физических качеств и формирования нравственных черт личности, по мнению авторов, должны определяться воспитателем самостоятельно, исходя из уровня развития детей.

Л.Д. Глазырина включает элементы спортивных игр как часть занятия, а также предлагает серии занятий, направленные на ознакомление с одной спортивной игрой: «Мы – юные футболисты»); «Играем в городки»; «Играем в баскетбол»); «У нас опять хоккей на траве» и др., но при этом в течение месяца используются элементы 4-х спортивных игр (футбол, бадминтон, баскетбол, городки) (20, 61). Занятия включают в себя как упражнения в элементах спортивных игр, так и подводящие игры, содержат конкретные методические рекомендации, в том числе и указания по развитию двигательных способностей. Отдельные занятия планируются на материале подвижных игр, подводящих к овладению техникой спортивных игр (20, 78).

При формировании действий в подвижных играх с элементами спорта Э.И. Адашкявичене, Т.И. Осокина рекомендуют последовательный переход

от разучивания элементов в упражнениях к совершенствованию в ходе самой игры (1, 79). Рациональность такой направленности обучения может быть подкреплена известным положением о том, что в подвижной игре движение и средства достижения результатов превращаются в самостоятельную цель активности ребенка, становясь тем самым предметом его сознания (46, 59).

Изучение спортивно-игровой деятельности базируется на принципе опережающего изучения тактики (смысловой структуры действия) по отношению к технике (способа его моторной реализации). Только в этом случае приобретает способность рационального выбора техники и ее приспособления к конкретным условиям деятельности.

Спортивная игра не возникает самостоятельно как продукт индивидуального творчества ребенка. Это результат социального опыта, приобретаемого в процессе воспитания и в результате влияния среды. Ведущее место в процессе обучения играм с элементами спорта отводится методу имитации, так как подражательность, легкая внушаемость – характерные особенности нервно-психического развития дошкольника. Этот метод является существенным, посредством него ребенок в самом раннем возрасте знакомится со всеми приемами действий (69, 47). Он имитирует то, что видит в окружающей среде. Поэтому одно из условий успешного обучения играм с элементами спорта – многократное, совместное с воспитателями и всеми детьми повторение действий при условии частой смены работы и отдыха. Каждый ребенок выполняет задание рядом и вместе с другими детьми, реализуя при этом свои возможности. Опыт, накапливаемый ребенком в процессе овладения играми с элементами спорта, содержит разнообразные двигательные программы, повышает тем самым возможности ребенка в овладении новыми движениями (67, 88).

Основными направлениями работы педагогов по обучению детей старшего дошкольного возраста является обучение детей элементам спортивных игр хоккей, баскетбол, футбол, городки, бадминтон, настольный теннис, а также ходьба на лыжах (7, 33).

Таким образом, анализ методической литературы показал возможность использования игр с элементами спорта в работе с детьми старшего дошкольного возраста. Система обучения, предложенная в рассматриваемой литературе, предполагает алгоритмизацию процесса обучения играм с элементами спорта каждого ребенка, осуществление процесса обучения с учетом уровня развития двигательных способностей и индивидуальных особенностей детей, разработку и реализацию на физкультурных занятиях системы индивидуальных заданий, способствующих овладению элементами спортивных игр.

### **Выводы по первой главе**

В ходе анализ психолого-педагогических исследований было выявлено, что вопросы индивидуализации процесса обучения в доступной научно-методической литературе представлены не достаточно. При этом анализ современной литературы позволил нам представить теоретические и практические основы индивидуализации процесса обучения, которые нацеливают специалистов по дошкольному образованию на дифференциацию заданий, норм физической нагрузки и способов ее регулирования, форм занятий и приемов педагогического воздействия.

Индивидуализацию процесса обучения мы рассматриваем как создание педагогических условий для построения среды и обучения физического развития с учетом внутренних особенностей ребенка, диапазона индивидуальных различий, так как каждый ребенок имеет свои природные задатки, индивидуальные конституционные особенности, двигательные способности.

Старший дошкольный возраст является сензитивным для развития ряда физических качеств: ловкости, быстроты, координационных способностей,

что позволяет при рациональной методике обучения овладевать разнообразными двигательными навыками.

Индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта будет способствовать реализация педагогических условий.

## **Глава II. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ИГРАМ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТА**

### **2.1. Изучение уровня физического развития детей старшего дошкольного возраста**

Практическая работа проводилась на базе Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №2 «Жемчужинка» г. Короча Белгородской области. В работе приняли участие 11 детей старшего дошкольного возраста.

Задачи констатирующего этапа экспериментальной работы:

- 1) Подобрать диагностический материал для изучения двигательной развития детей старшего дошкольного возраста.
- 2) Изучить двигательное развитие детей старшего дошкольного возраста.
- 3) Разработать методические рекомендации для педагогов по индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта.

Двигательное развитие, М.Н. Дедулевич, Ковалевский, В.А. Шишкина определяют как процесс количественных и качественных изменений в освоении ребенком движений. Показателями двигательного развития ребенка являются:

- оптимальная двигательная активность;
- владение всеми видами физических упражнений с учетом возрастных возможностей;
- средний или высокий уровень физической подготовленности.

На основе анализа индивидуальных медицинских карт (группа здоровья, группа допуска к занятиям по физической культуре), выявлялось наличие хронических заболеваний и функциональных отклонений, определялось гармоничность развития).

Изучение физической подготовленности дошкольников проводилось в процессе использования метода шагометрии (с помощью механического шагомера «Заря») и метода индивидуального хронометража.

Сначала применялся метод шагометрии (оценка двигательной активности детей (по Н.Т. Лебедевой, М.А. Руновой)).

Этот метод направлен на количественную оценку двигательной деятельности дошкольников. Он позволяет измерить объём двигательной деятельности. Шагомеры фиксируют основные движения, в которых принимает участие большинство крупных мышечных групп. Использование шагомеров даёт возможность оценить двигательную активность детей за весь день пребывания в образовательном учреждении. Исследования проводились в течение нескольких дней ежедневно. Все данные мы суммировали, а затем вычислили среднюю величину двигательной деятельности за полный день пребывания в дошкольном учреждении. Полученные результаты мы сравнили с нормативами двигательной активности детей в холодное и тёплое время года, представленные в табл. 2.1.

Таблица 2.1.

Объём двигательной деятельности (количество движений – локомоций по шагомеру)

Возраст	Теплое время года	Холодное время года
4 года	12,5 -13,5 тыс.	10-10,5 тыс.
5 лет	14-15 тыс.	11-12 тыс.
6 лет	15,5-17,5 тыс.	12,5-14,5 тыс.
7 лет	18-20 тыс.	14,5-17,5 тыс.

Данные метода шагометрии и хронометража были отражены на рис. 2.1.



Рис. 2.1. Результаты исследования метода шагометрии и хронометража у старших дошкольников (в %) на констатирующем этапе

Показателями количественного критерия методики выступили следующие параметры: объем (локомоции), продолжительность (минуты), которые были получены с помощью методов шагометрии и хронометража.

Затем проводилась наблюдение и оценка разнообразия движений (двигательного опыта) в самостоятельной двигательной деятельности детей (по В.А. Шишкиной, М.Н. Дедулевич). Наблюдение направлено на определение разнообразия и качества движений с мячом, скакалкой, обручем у старших дошкольников в самостоятельной двигательной деятельности (как одного из показателей двигательного развития). В ходе наблюдения воспитатель фиксировал разнообразие и качество движений ребенка двигается в самостоятельной деятельности. За выполнение игр со спортивным инвентарем ребенок получает по одному баллу, а далее мы смотрим на само содержание игр, ставим 2 балла за уровень «норма», а 3 балла за «гиперактивный» уровень.

Установлено, что старшие дошкольники, проявляют интерес к играм с мячами, обручами и скакалками. Однако, движения детей 5-6 лет с физкультурными пособиями отличались однообразностью. Была выявлена

взаимосвязь между низкой продолжительностью этих игр и недостаточным разнообразием спортивного оборудования, редкой его сменяемостью.

Наблюдения показали, что больше половины испытуемых затрудняются в выборе игр или другой двигательной деятельности и длительное время остаются в пассивном состоянии. Дети 5-6 лет редко создавали самостоятельно совместные объединения по интересу к той или иной двигательной деятельности. Объединялись, как правило, два - три ребенка. Эти объединения были кратковременны и неустойчивы, быстро распадались. Протоколы наблюдения представлены в таблицах (Приложение 1).

Уровни развития самостоятельности двигательной деятельности, характер общения и эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста оценивался по 3 критериям (недостаточный, достаточный, оптимальный). Критерии представлены в табл. 2.3.

Таблица 2.3.

#### Уровни развития самостоятельной двигательной деятельности

Уровень	Характеристика уровня	Баллы
Оптимальный (высокий)	Движения дошкольника уверенные. Ребенок с интересом наблюдает за деятельностью своих товарищей и создает свои движения (комбинируя с другими движениями). В ходе свободной деятельности дошкольник активно общается друг с другими детьми, объединяясь в микрогруппы по интересующим видам деятельности. В ходе выполнения движений использует несколько предметов. Эмоционально активен. Ребенок строит общение с учетом игровой ситуации.	3 балла
Допустимый (средний)	Движения дошкольника носят поисково-творческий характер, дошкольник выполняет движения уверенно. Ребенок с интересом наблюдает за деятельностью своих товарищей. Ненадолго включается в совместную свободную деятельность с другими детьми. Эмоционально активен, участвует в общении в процессе свободной деятельности, но	2 балла

	неустойчиво использует формы речевого этикета.	
Недостаточный (низкий)	Движения дошкольника отличаются однообразностью (копирует движения товарищей). Ребенок выполняет их неуверенно, без интереса. Невнимателен. Относится к сверстникам равнодушно. Малообщителен в ходе свободной деятельности с детьми. В процессе общения в свободной деятельности редко пользуется формами речевого этикета.	1 балл

Результаты наблюдения отражены на рис. 2.2.

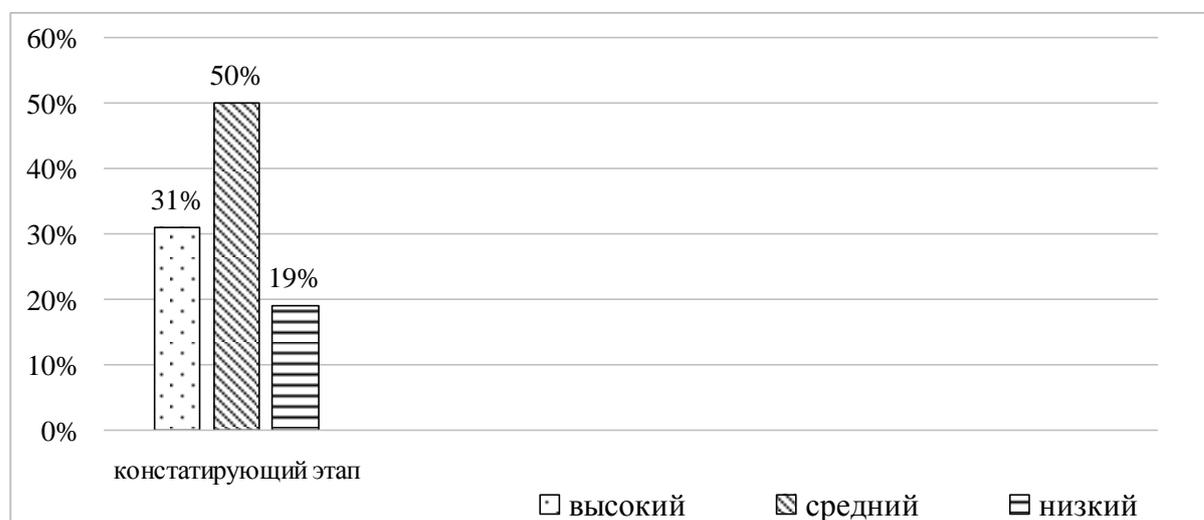


Рис. 2.2. Результаты исследования сформированности самостоятельной двигательной деятельности и оценки разнообразия движений старших дошкольников (в %)

Проведенная нами диагностическая работа на констатирующем этапе педагогического эксперимента показала преобладание среднего и низкого уровней сформированности самостоятельной двигательной деятельности у детей старшего дошкольного возраста.

Хронометраж, шагометрия, проведенные на занятиях и в самостоятельной двигательной деятельности детей показали, что оптимальных показателей нагрузка достигает на занятиях с элементами футбола, баскетбола, настольного тенниса. При этом показатели

двигательной активности (время, объем), всегда были ниже на занятиях, где проводилось первоначальное разучивание элементов спортивных игр.

Установлено, что старшие дошкольники, проявляют интерес к играм с мячами, обручами и скакалками. Была выявлена низкая продолжительность этих игр, тем самым – не удовлетворены биологические потребности старших дошкольников. Недостаточное разнообразие спортивного оборудования, редкая его сменяемость отразилось на недостаточной самостоятельной двигательной деятельности.

Наблюдения показали, что больше половины испытуемых затрудняются в выборе игр или другой двигательной деятельности и длительное время остаются в пассивном состоянии. Дети редко создавали самостоятельно совместные объединения по интересу к той или иной двигательной деятельности. Объединялись, как правило, два-три ребенка. Эти объединения были кратковременны и неустойчивы, быстро распадались.

В связи с этим, результаты диагностики представлены следующие: 5 человек (31%) относятся к высокому уровню (движения этих детей уверенные, энергичные, точные с попаданием в цель, присутствуют соревнования между детьми); 8 человек (50%) к среднему уровню (самостоятельность двигательно-игрового опыта, характер общения и эмоциональное состояние имеют достаточный уровень сформированности – движения детей активные, однако не всегда они согласованы в команде) и 3 человека (19%) к низкому уровню (движения детей с мячом и обручем недостаточно сформированы – они медленные, хаотичные, без точного попадания в цель).

Таким образом, анализ данных, полученных на констатирующем этапе эксперимента, свидетельствует о необходимости разработки методических рекомендаций для педагогов индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта.

## **2.2. Методические рекомендации для педагогов индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта**

Теоретический анализ психолого-педагогических исследований по проблеме исследования и результатов, полученных в ходе констатирующем этапе эксперимента, позволил разработать методические рекомендации для педагогов индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта.

Разнообразные способы достижения цели в игре, относительная самостоятельность действий, отсутствие жесткой регламентации допускают возможность широкого выбора деятельности, развития творческих двигательных способностей, что благоприятно сказывается на проявлении самостоятельности, инициативности, находчивости.

Но в тоже время, в методической литературе отмечается, что игровой метод не предоставляет возможностей для реализации заранее намеченной программы действий и нормирования их влияния на состояние занимающихся. В играх с элементами спорта преобладают коллективные действия. Перед нами встала проблема конкретизации путей индивидуально-дифференцированного подхода в реализации программы обучения играм с элементами спорта.

На основании результатов диагностики физической подготовленности и развития физических качеств педагоги вместе с инструктором по физической культуре составляют карты-прогнозы развития ребенка-дошкольника, в которые вносятся варианты игровой деятельности доступные ребенку по уровню развития двигательных способностей и по состоянию здоровья (Приложение 4). При этом предлагается перечень игр с элементами спорта, направленных на развитие тех или иных качеств. Параллельно педагогам предлагается перечень игр, который был представлен играми и

упражнениями для детей с высокой и низкой двигательной активностью (Приложение 5-6).

Как отмечалось выше, некоторые дети имеют 2 и 3-ю группы здоровья и ряд хронических заболеваний и отклонений со стороны сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, почек, эндокринную патологию. Поэтому с врачами ДОО нужно четко определить противопоказания по каждому ребенку, имеющему серьезные отклонения в состоянии здоровья и физического развития.

В зависимости от результатов диагностики эти дети исключаются из игр, связанных с резким изменением темпа и положения тела, длительным статическим напряжением, прыжками.

Поскольку наблюдения показали, что эти дети в играх часто были малоактивны, малоподвижны, избегали игр с быстрым темпом движения, сложными заданиями. Они часто отказываются выполнять сложные двигательные задания из-за неуверенности в своих силах. Для них характерно отставание в показателях физической подготовленности, инертность, пассивность, нежелание участвовать в коллективных играх. Поэтому индивидуальная работа или работа в малых группах (4-5 детей) создает условия, чтобы этим детям в замедленном варианте показать технику движений, в спокойной обстановке разучить двигательные действия.

При этом особое внимание уделяется индивидуальным заданиям, способствующим развитию тех двигательных умений, которые недостаточно развиты у дошкольников.

Также можно проводить тематические занятия, которые направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, теннис, баскетбол). На данных занятиях индивидуализация обучения основывается на использовании индивидуальных карточек-заданий для каждого ребенка (Приложение 3). Педагог, зная возможности каждого воспитанника, предлагает то задание,

которое обеспечивает закрепление того или иного движения (стойка баскетболиста, ведение мяча и т.д.).

Обеспечению индивидуализации процесса обучения детей играм с элементами спорта в качестве работы с родителями рекомендуется применение домашних заданий по различным видам игр с элементами спорта, что позволит обеспечить включенность семьи в образовательный процесс дошкольного учреждения (Приложение 3).

Чтобы рационально использовать время на прогулке, занятии, дать возможность каждому ребенку поиграть, в ходе эксперимента мы использовали так называемые игры в парах. Парное обучение имеет своей целью дать каждому ребенку возможность «показать» себя в маленькой группе, состоящей из двух человек, тем самым, проявив свои индивидуальные возможности в ловкости, быстроте, силе, умении правильно выполнять то или иное упражнение.

Дмитренко Т.И. рекомендует к использованию как один из ведущих приемов обучения поощрение, оценку действий воспитанников, так как в мотивационной сфере самым важным личностным механизмом, формирующимся в старшем дошкольном возрасте, считается соподчинение мотивов. А поощрение, получение награды - сильный мотив для старшего дошкольника. Переживая чувство удовлетворения, дошкольник испытывает подъем бодрости и энергии, уверенность в собственных силах и дальнейшем движении вперед. Переживаемые ситуации успеха связаны с положительными эмоциями, с личностным (педагогом), а, следовательно, и общественным (детьми) признанием тех действий, которые совершает дошкольник. А небольшой приз, награда позволяют ребенку помнить об интересном событии (первым прибежал, научил друга правильно держать ракетку и др.), тем самым позволяет еще раз испытать положительный эмоциональный всплеск.

Следовательно, проблема индивидуализации в освоении игр с элементами спорта решается на основе сочетания двух направлений –

общефизической подготовки и индивидуальной подготовленности воспитанников. Общефизическая подготовка, независимо от индивидуальных возможностей обеспечивает минимум знаний, умений, навыков, а также достижение определенного уровня развития двигательных способностей. Индивидуализация осуществляется главным образом с помощью использования индивидуальных заданий.

Система индивидуального подхода при обучении играм с элементами спорта детей старшего дошкольного возраста должна включать учет особенностей физической подготовленности детей: количественные и качественные показатели овладения техникой основных движений, уровень развития двигательных способностей и др. Все это обеспечивается следующими условиями:

1. Дозировка физической нагрузки при подборе игр и упражнений, их повторений. Важно, чтобы в процессе овладения старшими дошкольниками определенным программным материалом по теме «Спортивные игры» педагог четко регламентирует количество двигательных действий с учетом уровня индивидуального развития каждого воспитанника, его индивидуальных возможностей.

2. Подбор вариантов игр с элементами спорта различной сложности, расчленение сложного упражнения на части, показ упражнения по частям. В процессе разучивания сложного упражнения важно использовать индивидуальный способ, когда каждый ребенок по очереди выполняет одно движение, а педагог дает указания, поясняет, обращает внимание на отдельные элементы.

3. Подбор индивидуальных заданий по развитию тех или иных качеств. Для стимулирования самостоятельной двигательной деятельности, построенной на основе игр с элементами спорта, рациональной является система индивидуальных карточек-заданий, позволяющих дошкольнику самостоятельно воспроизводить последовательность тех или иных упражнений.

4. Использование разных вариантов парных упражнений, которые воспитывают у детей чувство ответственности и взаимопомощи, а также развивают двигательные способности. В процессе организации парных упражнений важно учитывать их специфику, выполняя основные к ним требования: составлять пары с учетом развития детей (одинаковое и различное), задавать определенный ритм и темп в соответствии с характером упражнения, увеличивать или уменьшать расстояния между партнерами в действиях в парах и др.

5. Использование инвентаря различного веса и размера. Индивидуализация процесса использования спортивного оборудования, его облегченного варианта по весу и размеру (ракетки, биты, шайбы и др.) не только способствует формированию разнообразных двигательных умений и навыков, но и позволяет сохранить здоровье ребенка, не навредить детскому организму тяжелым или сложным в использовании оборудованием.

6. Использование карты-прогноза развития ребенка. Использование данной формы работы позволяет проследить количественную и качественную динамику развития двигательных способностей дошкольников.

7. Привлечение родителей ребенка к процессу обучения. Использование домашних заданий по различным видам игр с элементами спорта позволяет обеспечить включенность семьи в образовательный процесс дошкольного учреждения.

8. Активность и самостоятельность детей. Наряду с рациональной организацией работы с дошкольниками по обучению элементам спортивных игр важно предоставить детям определенную свободу и самостоятельность действий, способствующих раскрытию их творческих замыслов и индивидуальности.

Таким образом, педагогу важно особое внимание обращать на создание высокой вариативности педагогических условий, обеспечивающих не только эффективную реализацию потребности в двигательной активности детей, но

и тем самым позволяющим выполнять один из важнейших принципов организации процесса обучения играм с элементами спорта – принципа индивидуализации.

### **Вывод по второй главе:**

Во второй главе проводилась практическая работа с целью изучения уровня физического развития детей старшего дошкольного возраста. Полученные результаты привели нас к выводу, что способы организации работы в старшей группе в недостаточной степени позволяют совершенствовать двигательную активность. Это позволило нам разработать методические рекомендации для педагогов по индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ современной литературы позволил нам представить теоретические и практические основы индивидуализации процесса обучения, которые нацеливают специалистов по дошкольному образованию на дифференциацию заданий, норм физической нагрузки и способов ее регулирования, форм занятий и приемов педагогического воздействия.

Индивидуализацию процесса обучения мы рассматриваем как создание педагогических условий для построения среды и обучения физического развития с учетом внутренних особенностей ребенка, диапазона индивидуальных различий, так как каждый ребенок имеет свои природные задатки, индивидуальные конституционные особенности, двигательные способности.

Индивидуализация процесса обучения есть создание педагогических условий для построения среды и обучения физического развития с учетом внутренних особенностей ребенка, диапазона индивидуальных различий, так как каждый ребенок имеет свои природные задатки, индивидуальные конституционные особенности, двигательные способности.

Ведущими педагогическими условиями индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта являются: учет уровня развития двигательных способностей и индивидуальных особенностей детей; разработка и реализация в режимных моментах системы индивидуальных заданий, способствующей овладению элементами спортивных игр.

Результаты изучения уровня двигательного развития дошкольников на констатирующем этапе педагогического эксперимента позволили сделать вывод о том, что способы организации работы в старшей группе в недостаточной степени позволяют совершенствовать двигательную активность и разработать методические рекомендации для педагогов

индивидуализации процесса обучения детей старшего дошкольного возраста играм с элементами спорта. Для организации двигательной деятельности, построенной на основе игр с элементами спорта, предлагается система индивидуальных карточек-заданий, карточек с домашним заданием, содержащих элементы самоконтроля, доступные дошкольникам и позволяющих дошкольнику самостоятельно воспроизводить последовательность тех или иных упражнений. Следовательно, поставленные задачи и гипотеза нашли свое подтверждение в ходе исследования.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адашкявичене, Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду [Текст] : Кн. для воспитателя дет. сада / Э.И. Адашкявичене. – М. : Просвещение, 1992. – 159 с.
2. Ананьев, Б.А. Типологические особенности высшей нервной деятельности человека [Текст] / Б.А. Ананьев. – М., 1961. – 103 с.
3. Аркин, Е.А. Ребенок в дошкольные годы [Текст] / Под ред. А.В. Запорожца и В.В. Давыдова. – М. : Просвещение, 1968. – 445 с.
4. Аршавский, И.А. Очерки по возрастной физиологии [Текст] / И.А. Аршавский. – М., Медицина, 1967. – 201 с.
5. Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активность [Текст] / Н.А. Берштейн. – М., 1990. – 113 с.
6. Блонский, П.П. Избранные педагогические и психологические сочинения [Текст] : В 2 т. / П.П. Блонский; Сост. и авт. вступ. статьи М.Г. Данильченко, А.А. Никольская; Под ред. А.В. Петровского; АПН СССР. – Москва : Педагогика, 1979. – Т. 1. Педагогика. – 304 с.
7. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость [Текст] / Е.Н. Вавилова. – М., 1981. – 93 с.
8. Волошина, Л.И. Игровые программы и технологии физического воспитания малышей [Текст] / Л.И. Волошина // Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях и школах : Учеб.-метод. пособие. – Екатеринбург : Изд-во Урал. гос. пед. ун-та, 2002. – С. 56-97.
9. Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет [Текст] / Л.Н. Волошина. – М. : АРКТИ, 2004. – 114 с.

10. Волошина, Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников [Текст] : монография / Л.Н. Волошина. – Екатеринбург : Изд-во Урал. гос. пед. ун-та, 2004. – 159 с.

11. Волошина, Л.Н. Современные тенденции построения здоровьесберегающей среды детского сада [Текст] / Л.Н. Волошина // Основы здоровьесберегающего образовательного процесса: опыт, проблемы, перспективы) : Материалы региональной научно-практической конференции. – Белгород : Изд-во БелГУ, 2003. – 296 с.

12. Волошина, Л.Н. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет [Текст] / Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. – М. : Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 112 с.

13. Волошина, Л.Н. Современная методология обучения играм с элементами спорта [Текст] / Л.Н. Волошина // Дошкольное воспитание. – 2005. – № 11. – С. 17-20.

14. Волошина, Л.Н. Выходи играть во двор. Парциальная программа по физическому развитию дошкольников [Текст] / Л.Н. Волошина. – Белгород : Бел ИРО, 2017. – 51 с.

15. Волошина, Л.Н. Двигательная деятельность как источник социального опыта дошкольника [Текст] : монография / Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская. – Белгород, ООО «ГИК», 2017. – 180 с.

16. Волошина, Л.Н. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет : программа, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах [Текст] / Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. – М. : Вентана-Граф, 2015. – 224 с.

17. Волошина, Л.Н. К здоровью – вместе! Программа и методические рекомендации по организации взаимодействия педагогов детского сада и родителей в реализации образовательных областей «Физическое развитие» и «Социальное развитие» [Текст] : учебное пособие / Л.Н. Волошина. – Белгород : ПОЛИТЕРРА, 2015. – 107 с.

18. Выготский, Л.С. Собрание сочинений [Текст]: В 6-ти т. / Л.С. Выготский; Гл. ред. А.В. Запорожец. – М. : Педагогика, 1982. – Т. 1. Вопросы теории и истории психологии / Под ред. А.Р. Лурия, М.Г. Ярошевского; Послесл. и коммент. М.Г. Ярошевского, Г.С. Гургенидзе. – М. : Педагогика, 1982. – 487 с.
19. Гальперин, С.И. Физиологические особенности детей [Текст] / С.И. Гальперин. – М. : Просвещение, 1965. – С. 140-151.
20. Глазырина, Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Программа и программные требования [Текст] / Л.Д. Глазырина. – М. : Владос, 1999. – 118 с.
21. Глазырина, Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст [Текст] / Л.Д. Глазырина. – М. : Владос, 1999. – 103 с.
22. Голощапов, Б.Р. История физической культуры и спорта [Текст] / Б.Р. Голощапов. – М., 2001. – 98 с.
23. Гуревич, И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию [Текст] / И.А. Гуревич. – Мн. : Выш. шк., 1994. – 319 с.
24. Детство : Примерная образовательная программа дошкольного образования [Текст] / Т.И. Бабаева [и др.]. – СПб. : Детство-Пресс, РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. – 321 с.
25. Дошкольная педагогика [Текст] / В.И. Логиновой, П.Г. Саморуковой. – М. : Просвещение, 1983. – 303 с.
26. Дошкольная педагогика [Текст] / В.И. Ядешко, Ф.А. Сохин. – М. : Просвещение, 1986. – 413 с.
27. Запорожец, А.В. Психология действия [Текст] : Избр. психол. тр. / А.В. Запорожец. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т; Воронеж : МОДЭК, 2000. – 731 с.
28. Змановский, Ю.Ф. Психофизиологические и психические особенности шестилетних детей [Текст] / Ю.Ф. Змановский // Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф. Змановского: здоровый

дошкольник / Ав.-сост. Ю.Е. Антонов, М.М. Кузнецова, Т.М. Марченко, Е.И. Пронина. – М. : АРКТИ, 2001. – 208 с.

29. Индивидуально-дифференцированный подход в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста [Текст] : Сб. науч. тр. / Отв. ред. Н.Т. Терехова и др. – М. : АПН СССР, 1989. – 142 с.

30. Истоки: примерная образовательная программа дошкольного образования [Текст]; 5-е изд. – М. : ТЦ Сфера, 2014. – 161 с.

31. Истоки: примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования [Текст] / Т.И. Алиева [и др.]. – 4-е изд. – М. : Сфера, 2011. – 320 с.

32. Истоки [Текст] : Базисная программа развития ребенка-дошкольника. – М., 2001. – 160 с.

33. Карманова Л.В., Шебеко В.Н. Физическая культура в старшей группе детского сада [Текст] : методическое пособие / Л.В. Карманова, В.Н. Шебеко. – Минск : Полымя, 1987. – С. 14-21.

34. Ковальчук, Я.И. Индивидуальный подход в воспитании ребенка [Текст] / Я.И. Ковальчук. – М. : Просвещение, 1981. – 127 с.

35. Коджаспирова, Г.М. Педагогический словарь [Текст] / Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспирова. – М. : Издательский центр «Академия», 2000. – 176 с.

36. Давыдов, В.В. Теория развивающего обучения [Текст] / В.В. Давыдов. – М. : ИНТОР, 1996. – 544 с.

37. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов / А. Н. Леонтьев. – М. : Смысл : Academia, 2004. – 345 с.

38. Лескова, Г.П. Оценка физической подготовленности дошкольников [Текст] / Г.П. Лескова, Н.А. Ноткина // Дошкольное воспитание. – 1989. – №10. – С. 35-47.

39. Маркосян, А.А. Вопросы возрастной физиологии [Текст] / А.А. Маркосян. – М. : Просвещение, 1974. – 111 с.

40. Матвеев, А.П. Методика физического воспитания с основами теории [Текст] / А.П. Матвеев, С.Б. Мельников. – М. : Просвещение, 1991. – 191 с.

41. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) [Текст] / Л.П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

42. Маханева, М.Д. Индивидуальный подход к ребенку в ДОУ: Организационно-методический аспект [Текст] / М.Д. Маханева. – М. : ТЦ СФЕРА, 2005. – 57 с.

43. Ноткина, Н.А. Двигательные качества и методика их развития у дошкольников [Текст] / Н.А. Ноткина. – СПб., 1993. – 201 с.

44. Ноткина, Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей дошкольного возраста [Текст] / Н.А. Ноткина. – М. : Издательство «Акцидент», 1998. – 221 с.

45. Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс] : Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 07.03.2018) // Собрание законодательства Российской Федерации. – 2012. – 31 декабря. – №53 (ч.1). – Ст. 7598. – Режим доступа: <http://www.pravo.gov.ru>

46. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования [Электронный ресурс] : Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 № 30384) // Российская газета. – 2013. – 25 ноября. – № 265.

47. Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду [Текст] / Т.И. Осокина. – М., 1973. – 98 с.

48. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования [Текст] / Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева. – М. : МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 167 с.

49. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет : Пособие для воспитателя дет. сада [Текст] / Л.И. Пензулаева. – М. : Просвещение, 1988. – 143 с.

50. Поддьяков, Н.Н. Особенности психического развития детей дошкольного возраста [Текст] / Н.Н. Поддьяков. – М., 1996. – 113 с.

51. Потаповская, О.М. Духовно-нравственное воспитание детей в дошкольной образовательной организации на основе отечественной социокультурной традиции [Текст] : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / О.М. Потаповская. – Москва, 2015. – 22 с.

52. Прокопенко В.И. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях и школах. Из опыта работы [Текст] : Учеб.-метод. пособие / В.И. Потаповская, Л.Н. Волошина, Ю.И. Громько. – Екатеринбург : Изд-во Урал. гос. пед. ун-та, 2002. – 334 с.

53. Решетников, Н.В. Физическая культура [Текст] / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын. – М., 1998. – 142 с.

54. Розанов, В.В. Сумерки просвещения [Текст] / В.В. Розанов. – М., 1990. – 202 с.

55. Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет (с учетом уровня двигательной активности) [Текст] / М.А. Рунова. – М. : Просвещение, 2005. – 141 с.

56. Сальников, В.А. Соотношение возрастного и индивидуального в структуре сенситивных и критических периодов развития [Текст] / В.А. Сальников // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1997. – №4. – С. 8-12.

57. Система оценки качества образовательной работы и индивидуального развития детей: к примерной основной образовательной программе «Истоки» [Текст] / сост. Е.В. Трифонова. – Москва : Творческий Центр Сфера, 2015. – 94 с.

58. Степаненкова, О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе. Серия «Игровые технологии» [Текст] / О.А. Степаненкова. – М. : ТЦ Сфера, 2003. – 144 с.

59. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] / Э.Я. Степаненкова. – М., 2001. – 108 с.

60. Степаненкова, Э.Я. Использование подвижных игр в воспитании детей дошкольного возраста. Педагогическая практика студентов по курсу «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста» [Текст] / Э.Я. Степаненкова. – М. : Просвещение, 1984. – 108 с.

61. Степанова, О.А. Индивидуализация как принцип современного дошкольного образования [Текст] / О.А. Степаненкова // Управление дошкольным образовательным учреждением. – 2005. – № 7 – С. 8-16.

62. Теория и методика физической культуры [Текст] / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М. : Советский спорт, 2004. – 464 с.

63. Урунтаева, Г.А. Дошкольная психология [Текст] / Г.А. Урунтаева. – 5-е изд., стереотип. – М. : Издательский центр «Академия», 2001. – 336 с.

64. Усаков, В.И. Научные подходы к созданию здоровьесохраняющей среды [Текст] : доклад на защите дис. д-ра пед. наук. / В.И. Усаков. – Красноярск, 2000. – С. 14-24.

65. Ушакова, Н.Н. Индивидуальный подход в процессе формирования ценностных ориентаций учащихся общеобразовательной школы [Текст] : дис. ... канд. пед. наук / Н.Н. Ушакова. – Курган, 1998. – 140 с.

66. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М. : Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

67. Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях [Текст] / Д.В. Хухлаева. – М. : Просвещение, 1984. – 208 с.

68. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников [Текст] / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкина. – М. : Изд. центр «Академия», 1998. – 192 с.

69. Шишкина, В.А. Движение + движения [Текст] : методическое пособие / В.А. Шишкина. – М. : Просвещение, 1992. – 96 с.
70. Шпак, В.Г. Элементы спортивных игр в детском саду [Текст] / В.Г. Шпак. – Мн. : УП «ИВЦ Минфина», 2004. – 138 с.
71. Щербак, А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника [Текст] / А.П. Щербак. – М., 1999. – 116 с.
72. Эльконин, Д.Б. Избранные психол. труды: проблемы возрастной и педагогической психологии [Текст] / Д.Б. Эльконин; под ред. Д.И. Фельдштейна. – М. : Межд. пед. академия, 1995. – 221 с.
73. Эйнгорн, С.Я. Врачебно-педагогическая гимнастика и детские игры доктора [Текст] / С.Я. Эйнгорн. – СПб., 1896. – 119 с.
74. Энциклопедический словарь Ф.А. Брокгауза, И.А. Ефрона. В 86 томах [Электронный ресурс] / Под ред. И.Е. Андреевского, К.К. Арсеньева, Ф.Ф. Петрушевского; Изд. Ф.А. Брокгауз, И.А. Ефрон. – СПб. : Семеновская Типо-Литография И.А. Ефрона, 1890-1907; 1894. – Т. XIII (25). – 489 с. – Режим доступа: <https://www.runivers.ru/lib/book3182/10156/>
75. Юрко, Г.П. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста [Текст] / Г.П. Юрко, З. Уварова, Р. Сорочек, В. Спирина. – М., 1978. – 356 с.
76. Юрко, Г.П. Функциональные возможности и физическая работоспособность дошкольников [Текст] / Г.П. Юрко // Умственная и физическая работоспособность детей дошкольного возраста. – М. : Просвещение, 1977. – С. 124-134.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Оценка двигательной активности детей

Для количественной оценки двигательной активности дошкольников применяется метод шагометрии, позволяющий измерить объём двигательной деятельности. Шагомеры фиксируют основные движения, в которых принимает участие большинство крупных мышечных групп. Использование шагомеров даёт возможность оценить двигательную активность детей за весь день пребывания в образовательном учреждении.

Примечание. При отсутствии прибора или невозможности его приобрести данный тест исключается из мониторинга.

**Методика обследования:** прибор шагомер прикрепляется на пояс ребёнка на весь день его пребывания в дошкольном учреждении (во время дневного сна шагомер снимают, не выключая его). Исследования проводятся течение недели ежедневно. Все данные за пять дней суммируются, а затем вычисляется средняя величина двигательной деятельности за полный день пребывания в дошкольном учреждении. Полученные результаты сравниваются с нормативами двигательной активности детей в холодное и тёплое время года (таблица 3). Если результаты не соответствуют нормативным, то в течение месяца необходимо провести мероприятия по оптимизации двигательного режима детей и повторно оценить объём их двигательной деятельности. Показатели теста заводятся в таблицу на электронном носителе, и компьютер автоматически выдаёт результат.

Объём двигательной деятельности  
(количество движений – локомоций по шагомеру)

Возраст	Теплое время года	Холодное время года
4 года	12,5 -13,5 тыс.	10-10,5 тыс.
5 лет	14-15 тыс.	11-12 тыс.
6 лет	15,5-17,5 тыс.	12,5-14,5 тыс.
7 лет	18-20 тыс.	14,5-17,5 тыс.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### **Модифицированное наблюдение и оценка разнообразия движений (двигательного опыта) в самостоятельной двигательной деятельности детей (по В.А. Шишкиной, М.Н. Дедулевич)**

**Цель:** определить разнообразие и качества движений с мячом у старших дошкольников в самостоятельной двигательной деятельности (как одного из показателей двигательного развития)

**Оборудование:** протоколы наблюдения.

#### **Задачи:**

1. Выявить разнообразие и качества движений с мячом у старших дошкольников в самостоятельной деятельности. Определить динамику в развитии движений по мере приобретения двигательного опыта.
2. Оценить эмоциональное состояние старших дошкольников в условиях самостоятельной двигательной деятельности.
3. Оценить уровень общения старших дошкольников в условиях самостоятельной двигательной деятельности.

**Инструкция.** С этой целью на спортивной площадке раскладывались простые, хорошо знакомые дошкольникам предметы – мячи, обручи, скакалки и т.д. Дошкольникам нужно было показать как можно больше движений с этими предметами (выбор предметов был предоставлен самим дошкольникам). Наблюдение проводилось в течение 15 минут и заносилось в протокол (время, используемые ребенком пособия, движения дошкольника и их виды, характер движений и общения).

При проведении наблюдения оценивалось: выбор дошкольниками пособий, разнообразие двигательных действий (по видам и способам выполнения, одно и то же движение с одним пособием или с двумя, в паре со сверстником (учитывается как новое)).

#### **Анализ результатов наблюдения**

1. Эмоциональное состояние оценивалось по следующим показателям: активность (двигательная, речевая), интерес к движениям, внешнее выражение эмоций (радость, огорчение и т.п.).

Характер общения оценивался по таким показателям как проявление в игре заинтересованности, испытывание затруднения в общении со взрослыми и сверстниками.

Уровень самостоятельности двигательного опыта, характер общения и эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста оценивался по 3 критериям (недостаточный, достаточный, оптимальный).

### **Результат.**

**Оптимальный уровень (3 балла)** - движения дошкольника уверенные. Ребенок с интересом наблюдает за деятельностью своих товарищей и создает свои движения (комбинируя с другими движениями). В ходе свободной деятельности дошкольник активно общается друг с другом, объединяясь в микрогруппы по интересующим видам деятельности. В ходе выполнения движений использует несколько предметов. Эмоционально активен. Ребенок строит общение с учетом игровой ситуации.

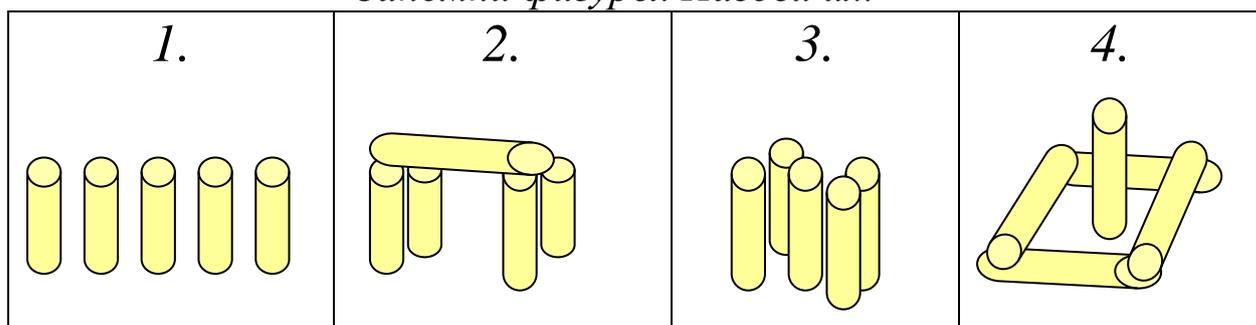
**Допустимый уровень (2 балла)** - движения дошкольника носят поисково-творческий характер, дошкольник выполняет движения уверенно. Ребенок с интересом наблюдает за деятельностью своих товарищей. Ненадолго включается в совместную свободную деятельность с другими детьми. Эмоционально активен, участвует в общении в процессе свободной деятельности, но неустойчиво использует формы речевого этикета.

**Недостаточный уровень (1 балла)** - движения дошкольника отличаются однообразностью (копирует движения товарищей). Ребенок выполняет их неуверенно, без интереса. Невнимателен. Относится к сверстникам равнодушно. Малообщителен в ходе свободной деятельности с детьми. В процессе общения в свободной деятельности редко пользуется формами речевого этикета.

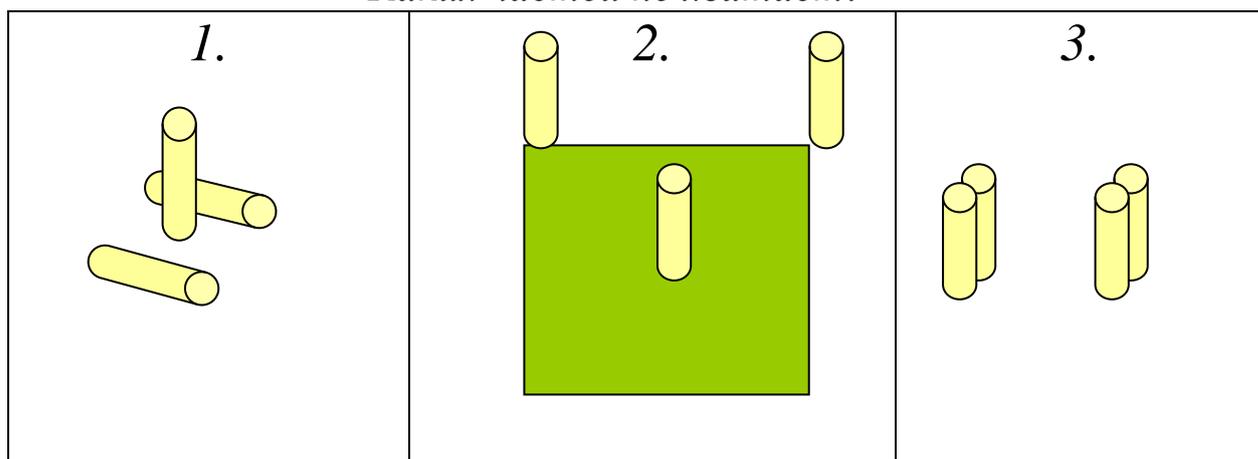
## Домашнее задание для родителей

### ГОРОДКИ

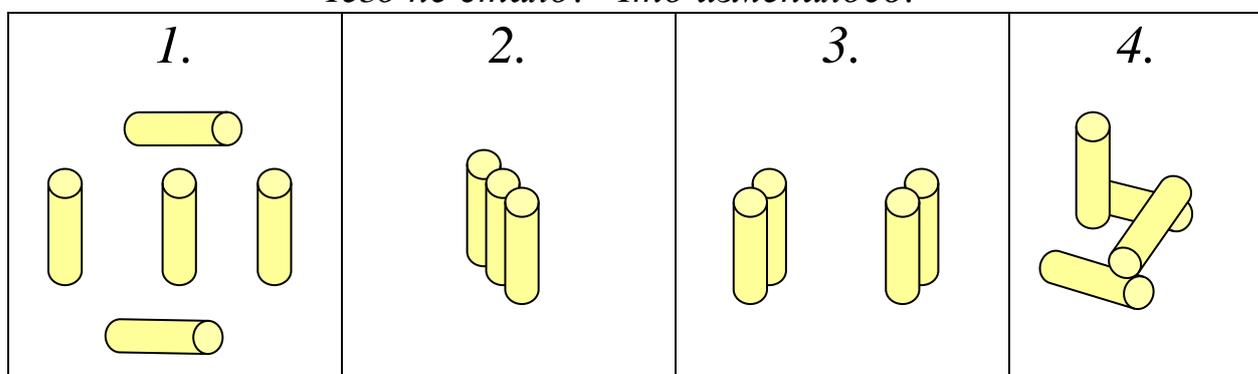
*Запомни фигуры. Назови их.*



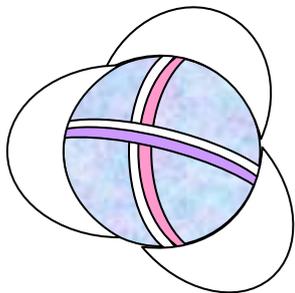
*Каких частей не хватает?*



*Чего не стало? Что изменилось?*



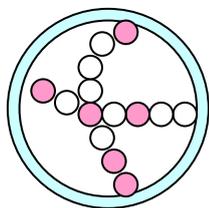
## ИГРЫ С МЯЧОМ



1. Подбросить мяч ступней ноги, поймать его руками. Получилось, закрась одну полоску на мяче.



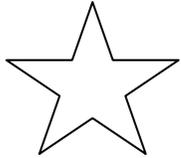
2. «В ГОРИЗОНТАЛЬНУЮ МИШЕНЬ» забрасывать теннисные мячи в ведро, с расстояния 4-5 метров. Нарисовать столько мячей, сколько было попаданий.



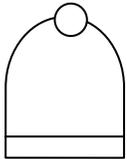
3. “БЕГУЩАЯ МИШЕНЬ” – попасть мячом с расстояния 4 метра в катящийся обруч.

Раскрасить мячи в обруче, если получилось.

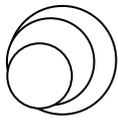
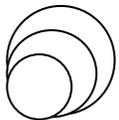
## ХОДЬБА НА ЛЫЖАХ



1. Нарисуйте на снегу, передвигаясь на лыжах, звездочку, спираль (если получилось, нарисуйте их на листке.)



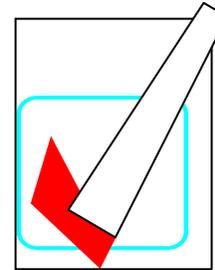
2. Спустишься с горки поворотом и переступанием лыжами вправо, влево (научился, разукрась узором лыжную шапочку).



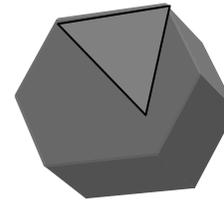
3. "Биатлон" – пробеги на лыжах 20-50 метров, порazi снежками мишень.

(поставь в мишени цифру, сколько раз попал снежком).

## ХОККЕЙ



1. Попробуй вести шайбу не глядя на нее (если получилось, закрась оставшуюся часть клюшки).

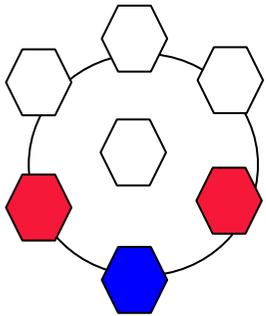


2. Шайба навстречу шайбе. (игра вдвоем двумя шайбами – если ты внимателен, не терял шайбу из поля зрения, закрась кусочек льдинки).

## ХОККЕЙ

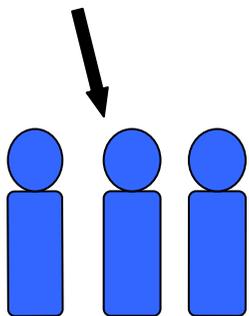
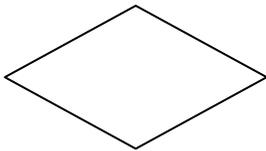
3. Загони шайбу в лунку (если удалось, обведи одну букву).

## ФУТБОЛ



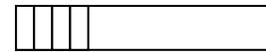
*1. Стать в круг, положить мяч, закрыть глаза. Сделать поворот, ударить по мячу. (если попал, закрась часть мяча).*

*1. Подбрось мяч рукой вверх, прими его на подошву, попробуй несколько раз отбить. Если получилось, нарисуй эмблему спортивного клуба "СПАРТАК".*



*3. "ЗАБЕЙ ГОЛ"*  
*Разбежаться, ударить по мячу, попасть в цель (кегли). Если попал - цель сбита, покажи это стрелкой*

## ГОРОДКИ

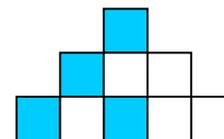
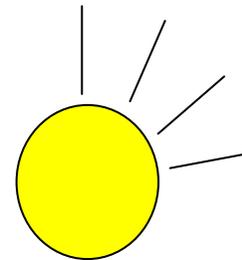


### "ЖОНГЛЕРЫ"

*ходьба, приседания с палкой на вытянутой ладони (поставь черточку на палке, если получилось).*

### "ПОСТАВЬ – ВОЗЬМИ ГОРОДОК"

*городок держать в опущенных руках сзади, из основной стойки выполнить приседания, поставить городок сзади себя, встать, присесть, взять его двумя руками. (нарисовать солнышку столько лучиков, сколько раз выполнишь упражнение).*



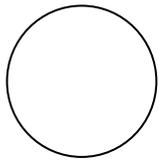
*"ПРЫГ – СКОК"*  
*прыжки через палку боком от 6 до 20 раз, раскрась клеточку у пирамиды, если выполнил это упражнение).*

## СКОЛЬЖЕНИЕ



### ”ПЕРЕДВИНЬ КУБИК”

*С разбега скользить как можно дальше, поставить пластмассовый кубик, потом постараться во время скольжения передвинуть его дальше. Удастся, закрась квадрат.*



*Скользить по катку в парах, тройках. Получилось, нарисуй узор в круге.*

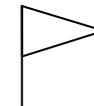
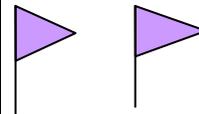


*Во время скольжения присесть, встать. Получилось, дорисуй снежинку.*

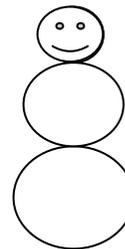
## ИГРЫ С САНКАМИ



**“КТО БЫСТРЕЕ К СТОЛБУ?”**  
*с двух сторон к любому столбу привязать веревку длиной 4-5метра, перебирая веревку, постараться добраться к столбу (получилось-нарисуй снежок).*

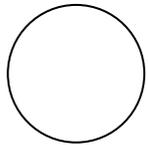


**“КТО С ГОРКИ ДАЛЬШЕ?”**  
*(если ты победил, закрась флажок).*



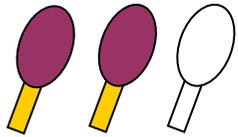
**“САМЫЙ ЛОВКИЙ”**  
*- кто скорее перевезет снежный ком, сделав поворот вокруг дерева и, не уронив ком. (если не уронил и быстро довез ком, дорисуй снеговика)*

## НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС



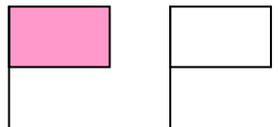
### “ТИР”

*(постарайся попасть теннисным мячом в самый маленький круг).  
Если попал нарисуй теннисный шарик в кругу.*



### “КТО СКОРЕЕ?”

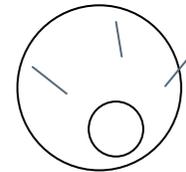
*(обвести мячом кегли, выполнив “восьмерку”).  
Получилось, закрась теннисную ракетку.*



### “ПОЧЕКАНЬ МЯЧ ПО- ОЧЕРЕДНО ОДНОЙ И ДРУГОЙ СТОРОНОЙ РАКЕТКИ”

*(если выполнил несколько раз - нарисуй флажок).*

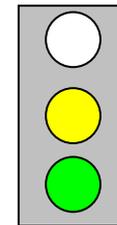
## ЕЗДА НА ВЕЛОСЕПЕДЕ



*Вокруг песочницы,  
деревя*

*(ездить по малому кругу,  
чем ближе, тем лучше).*

*Если получилось,  
нарисуй спицы у колеса.*



### СТОП!

*Быстро остановиться по  
сигналу взрослого.*

*Если задание выполнено,  
закрась кружочек у светофора.*

### ВОСЬМЕРКА.

*Попробуй ее нарисовать  
колесами велосипеда. Если  
получится, нарисуй  
восьмерку карандашом.*







**Игры-упражнения для детей с высокой двигательной активностью***На развитие внимания*

1. *«Туда-обратно»*. Дети бегут друг за другом, подпрыгивая. Дойдя до условленного места, обозначенного, цветным городком, ведущий поворачивается и ведет колонну в обратном направлении.
2. *«Стоп»* Дети бегают по залу врассыпную 2-3 мин. По сигналу «Стоп!» останавливаются и делают какую-нибудь фигуру (баскетболист, городошник, футболист и др.). Дети вместе выбирают лучшую фигуру, и игра повторяется вновь.
3. *«Круговорот»*. Дети идут в колонне парами, держась за биты умеренным шагом. По сигналу последняя пара разбивается и дети, ее образующие, бегут в начало колонны. Один ребенок обегает колонну справа, другой – слева. Оказавшись впереди колонны, дети вновь образуют пару, и игра продолжается.
4. *«Меняемся домами»*. В центре зала кладется длинный шнур – «дом». Дети распределяются на две команды. Каждая занимает свою половину «дома». По сигналу все дети врассыпную бегают по своей площадке. По второму сигналу команды бегом меняются местами. Побеждает команда, дети которой в полном составе первыми перебежали на другую сторону «дома».
5. *«У кого больше»*. По всему залу произвольным образом расставлены городки. Дети под музыку выполняют произвольные движения, не задевая стоящих городков и друг друга. По сигналу (музыкальному, удару в бубен, свистку) дети быстро собирают городки. Выигрывает тот, кто собрал больше всех. Количество предметов должно быть больше числа детей в 3-4 раза.

Вариант 1. Собрать как можно больше любых предметов.

Вариант 2. Собрать как можно больше предметов одинаковых предметов (городки, мячи и др.)

Вариант 3. Собрать как можно больше предметов одного цвета.

Вариант 4. Собрать как можно больше любых предметов парами, тройками одного цвета.

6. *«Будь внимательным»*. Дети стоят в колонне друг за другом. У каждого ребенка в руке теннисная ракетка. По первому сигналу воспитателя дети начинают бегать по кругу, обходя разные предметы. По второму сигналу перепрыгивают через предметы. Воспитатель называет кого-нибудь по имени, ребенок поднимает ракетку, не прекращая бега, пока воспитатель не назовет имя другого ребенка, который в свою очередь поднимает ракетку. Игра продолжается.
7. *«Не ошибись»*. По кругу расставлены цветные городки (мячи). За ними встают дети. По первому сигналу дети ходят, прыгают, бегают, выполняют произвольные движения. По второму сигналу каждый должен взять городок (мяч) своего цвета. Выигрывает тот, кто сделает это первым и правильно.
8. *«Змейка»*. По залу (зигзагообразно) разложены мячи (городки) на расстоянии 50 см один от другого. Дети строятся в колонну друг за другом и по сигналу идут, бегают змейкой, обходя или обегая каждый мяч, стараясь не задеть его. Выигрывает тот, кто все правильно сделает.
9. *«Найди свой городок»*. По залу в произвольном порядке разложены обручи, в каждом из которых стоит один ребенок и лежит один цветной городок. По сигналу дети выбегают из обруча и бегают в разных направлениях легко, не наталкиваясь, не подбегая к обручу до второго сигнала. По второму сигналу ребята останавливаются и закрывают глаза. Воспитатель в это время меняет городки местами. По третьему сигналу дети открывают глаза, и каждый должен добежать до обруча, где лежит его городок, впрыгнуть в него и поднять обруч над головой. Выигрывает тот, кто первым правильно выполнит задание.

10. *«Перенеси предмет»*. По всему залу разложены обручи (по количеству играющих), в которых расположено одинаковое количество предметов (городки, теннисные ракетки, мячи), и один большой запасной обруч, равноудаленный от всех других обручей. Каждый ребенок стоит у своего обруча. По сигналу играющий должен взять из своего обруча один предмет, отнести его в запасной обруч, проделывая с предметом разные упражнения. Дойдя до запасного обруча, положить в него предмет, быстро вернуться к своему обручу за вторым предметом и так до тех пор, пока все предметы не будут перенесены. Выигрывает тот, кто скорее перенесет все свои предметы и четко выполнит упражнения
11. *«Все к своим городкам»*. Дети небольшими группами по 3-5 человек образуют кружки, в центре которых находится цветной городок. По первому сигналу ребята разбегаются по всему залу. По второму сигналу останавливаются, приседают и закрывают глаза, а воспитатель меняет городки местами. По третьему сигналу дети открывают глаза, встают, бегут к своему флажку и вновь образуют круг. Побеждает группа, построившаяся в круг первой.

### **На развитие координации, ловкости и точности выполнения движений**

1. *«Не опоздай»*. В зале расставлены скамейки. Дети бегают или прыгают на двух ногах вокруг них, по сигналу надо быстро пролезть под скамейкой и встать или сесть на нее.
2. *«Разойдись – не упади»*. Двое детей идут по скамейке навстречу друг другу с разных ее сторон. Встретившись, расходятся, держась друг за друга, и продолжают движение.
3. *«Обеги мяч»*. Несколько детей толчком двух рук катят мяч в прямом направлении и бегут за ним, обходя мяч змейкой.
4. *«С мячом под дугой»*. Проползти на четвереньках под дугой высотой 40 см, толкая мяч головой. Расстояние до дуги 2-3 м.

5. *«Вперед с мячом»*. Сесть на пол, мяч зажать между ступнями ног, руками опираться о пол сзади. Вместе с мячом продвигаться вперед, не отпуская мяч, на расстояние примерно 3 м.
6. *«Не теряй мяч»*. Сесть на пол, скрестив ноги. Катать мяч вокруг себя в одну и в другую сторону, не отпуская далеко.
7. *«Найди мяч»*. Дети стоят по кругу вплотную друг к другу, лицом в центр, руки за спиной. В центре круга стоит водящий. По сигналу ребята начинают передавать теннисный мячик друг другу за спиной, а водящий пытается его найти, предлагая показать руки одному из детей в круге. Тот, к кому обращается водящий, вытягивает вперед руки, показывая их водящему. Если водящий угадывает, тот, у кого оказался мяч, встает на место водящего. Смена водящего происходит и тогда, когда ребенок, стоящий в круге, роняет мяч.
8. *«Проведи мяч»*. На полу расставлены предметы (городки, кегли, кубики и т. п.). Ребенок ведет мяч (баскетбольный) ударами об пол, обходя или обегая предметы змейкой.
9. *«Поймай мяч в воздухе»*. Воспитатель кладет (бросает) теннисный мячик на ракетку ребенка с высоты 20-30 см. Ребенок ловит мяч на ракетку и удерживает его на ней. Далее дети играют в паре друг с другом аналогичным способом.
10. *«Мяч в кругу»*. Дети сидят по кругу на корточках, воспитатель стоит в центре круга и прокатывает мяч каждому ребенку по очереди. Ребенок ловит мяч, быстро подбрасывает его, хлопает в ладоши 2-3 раза и бросает воспитателю.
11. *«Прокати мяч с горки»*. Дети стоят в колонне по одному перед наклонным бумом. Каждый ребенок скатывает мяч, быстро бежит за ним, берет в руки и, подбежав к первому в колонне, передает мяч ему, а сам встает в конец колонны.
12. *«Догони мяч»*. Из двух параллельно расположенных длинных шнуров делают коридор (шириной 30 см, длиной 4-5 м). Дети стоят в колонне друг

за другом, прокатывают футбольный мяч по коридору, бегут за ним, не давая мячу выкатиться из коридора, подправляя его движение ногой.

13. «*Веселей играй, но мяч не теряй*». В зале стоят произвольным способом несколько дуг (воротиков). Дети выполняют удары мяча об пол (баскетбольный). По сигналу быстро пытаются прокатить мяч под дугами.
14. «*От пола на ракетку*». Дети парами встают друг против друга на расстоянии 2-4 шагов. У одного ребенка в руках теннисный мячик, у другого – ракетка. Первый ребенок бросает мяч об пол так, чтобы он отскочил от него. Второй ребенок ловит отскочивший мяч на ракетку и пытается его удержать.
15. «*Заведи мяч в воротики*». Дети строятся в две колонны у намеченной черты, перед которой ставятся несколько дуг (воротиков). По сигналу ребенок начинает вести мяч (футбольный) правой или левой ногой через воротики, сам ребенок пролезает под воротиками, догоняет мяч, разворачивается и ногой ведет мяч к черте. Дойдя до нее, отдает мяч впереди стоящему, а сам встает в конец колонны. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не выполнят упражнение.
16. «*Прокати мяч*». Дети сидят на полу (ноги врозь, руки в упоре сзади) друг за другом в двух колоннах, расположенных на расстоянии 3-4 м. У первого ребенка из первой колонны в руках мяч. Ребенок руками прокатывает мяч первому ребенку из второй колонны, затем встает, перебегает в конец своей колонны и садится на пол. Вторым ребенком из первой колонны, после того как первый встанет, с помощью рук и ног передвигается на место первого. Первый ребенок из второй колонны ловит мяч, отталкивает его второму ребенку другой колонны, встает, бежит в конец своей колонны, садится на пол. Его место занимает вторым ребенком этой колонны, передвигаясь вперед с помощью рук и ног. В процессе игры каждый впереди сидящий ребенок одной колонны отталкивает мяч впереди сидящему ребенку другой колонны.

17. *«Мяч сквозь обруч»*. Несколько детей стоят в линию, держа в руках обруч (каждый обруч держат правой рукой один и левой рукой другой ребенок, количество обручей – на один меньше стоящих детей). Двое играющих проходят вдоль стоящих (один спереди, другой сзади), перебрасывая друг другу мяч сквозь обруч. При попадании в обруч играющий заменяет стоящего в шеренге. Смена играющего и стоящего происходит и тогда, когда играющий роняет мяч.
18. *«Не задень»*. По кругу расставлены городки на расстоянии 50-60 см друг от друга. Дети идут по кругу за городками. По сигналу поворачиваются лицом в круг и впрыгивают в середину, стараясь не задеть городки.

### **Игры-упражнения для детей с низкой двигательной активностью**

#### *На развитие быстроты, движений*

1. *«Пропеллер»*. Дети держат биты за середину правой рукой. Активно работая кистью, быстро поворачивают биты вправо-влево. После отдыха повторяют упражнение левой кистью.
2. *«Успей поймать»*. Дети стоят по кругу, в центре круга – воспитатель. Воспитатель придерживает рукой биты, поставленную на пол вертикально, накрыв ее сверху ладонью. Воспитатель называет имя одного из детей, быстро отпускает палку и отбегает. Ребенок должен успеть подбежать и схватить палку, не дав ей упасть. Дети могут играть самостоятельно. В этом случае вводится еще одно правило: если вызванный ребенок сумел схватить палку, он занимает место водящего. Если сделать этого не удалось, то водящий остается прежний. Стоять можно лицом, боком или спиной к центру круга.
3. *«Быстрее вверх»*. Дети держат биты вертикально за нижний ее конец. Перехватывая палку поочередно одной и другой рукой, ставят кулак к кулаку. Выигрывает тот, кто быстрее дойдет до верха.
4. *«Кто быстрее»*. Дети (5-7 человек) стоят у стены. У каждого ребенка по две биты, одну он держит в руках, а другую кладет перед собой. По сигналу ребенок перепрыгивает лежащую биты, затем кладет другую биты (находящуюся в руках) на пол впереди себя, быстро поворачивается, не сходя с места, поднимает биты (лежащую на полу сзади). После этого вновь перепрыгивает лежащую биты и таким образом продвигается к противоположной стене. Кто быстрее дойдет до нее, тот и побеждает.
5. *«Быстро переложит мяч»*. Дети стоят прямо, слегка расставив ноги, руки внизу, в одной руке мяч. По сигналу быстро переключают мяч из одной руки в другую впереди и сзади себя.

6. *«Перебрось мяч»*. Дети стоят прямо, слегка расставив ноги, руки согнуты в локтях, баскетбольный мяч в одной руке. По сигналу перебрасывают мяч из одной руки в другую движением кисти, энергично ее поворачивая.
7. *«Кто дальше»*. Проводится несколько параллельных стене линий на расстоянии 30 см одна от другой. Дети встают перед первой к стене линией и бросают мяч о стену, ловят и отходят на следующую линию. Постепенно отступая от стены, бросают и ловят мяч. Побеждает тот, кто поймает мяч, находясь дальше всех от стены.
8. *«Кто скорее с мячом»*. Дети стоят в шеренге по 5-7 человек, у каждого в руках баскетбольный мяч. По сигналу, ударяя мяч об пол (одной, двумя руками, чередуя руки), дети продвигаются вперед быстрым шагом или бегом к финишу (расстояние между стартом и финишем 8-10 м). Выигрывает тот, кто раньше дойдет до финиша, не уронив мяча. Ребенок, уронивший мяч, быстро поднимает его и возвращается к старту.
9. *«Догони мяч»*. Несколько детей перебрасывают волейбольный мяч через веревку, натянутую на высоте 1,5 м и на расстоянии 50-60 см, догоняют мяч и ловят его, не давая коснуться пола. Стараются бросить мяч повыше, но не далеко.
10. *«Ударь мяч и догони»*. Дети ударяют по футбольному мячу, ногой, бегом догоняют его, становятся в стойку футболиста.
11. *«Шмель»*. Несколько детей сидят по кругу, скрестив ноги, лицом к середине, у одного из них в руках мяч. По сигналу ребенок перекатывает мяч по полу внутри круга другому играющему в любом направлении. Каждый, к кому прикатывается мяч, старается как можно быстрее оттолкнуть его от себя рукой, чтобы он не коснулся ног. Тот, чьих ног коснется мяч, быстро разворачивается спиной к центру круга. Игра продолжается до тех пор, пока не останется неосаленным (неужаленным) один ребенок.
12. *«Не урони мяч»*. У центральной линии встают несколько детей. Дети бросают мяч вверх и ловят его, а после этого ударяют мяч о землю и снова

ловят. Повторно подбрасывают мяч вверх и, сделав хлопок, ловят его. Каждое упражнение выполняется с продвижением на один шаг вперед, если мяч не падает. В случае падения мяча ребенок возвращается к центральной линии и начинает упражнение снова. Побеждает тот, кто быстрее дойдет до финиша (флажка). Расстояние от центральной линии до флажка 5-8 м.

13. *«Оттолкни и поймай мяч»*. Дети играют парами, находясь на расстоянии 3-3,5 м. Один ребенок стоит, а другой сидит на корточках. В руках у сидящего ребенка мяч. Сидящий ребенок отталкивает мяч по полу стоящему, а сам после этого быстро встает, делает поворот вокруг себя и ловит брошенный ему стоящим ребенком мяч. Стоящий ребенок поднимает катящийся по полу мяч и быстро бросает его своему партнеру. По сигналу воспитателя дети меняются местами.
14. *«Поймай мяч»*. Дети играют по трое. Двое стоят на расстоянии 3 м и перебрасывают друг другу волейбольный мяч разными способами, а третий ребенок находится между ними и старается поймать летящий над ним мяч. Если он поймает мяч, то встает на место ребенка, бросившего мяч, а тот занимает его место.
15. *«Проведи мяч»*. Дети стоят в шеренге у стартовой черты. У каждого ребенка в ногах футбольный мяч. По сигналу воспитателя дети ведут мяч ногами, продвигаясь вперед к финишной линии. Достигнув ее, быстро разворачиваются и ведут мяч обратно.
16. *«Задержи мяч»*. Дети образуют круг, в центре которого стоит водящий с футбольным мячом. Водящий по очереди прокатывает ногой мяч каждому из стоящих по кругу. Стоящий в кругу ребенок, к которому попал мяч, должен быстро остановить его ногой и оттолкнуть обратно водящему.
17. *«Не давай мяч»*. Играют все дети, один из которых – водящий. Все, кроме водящего, в произвольном порядке размещаются по залу и перебрасывают друг другу волейбольный мяч, который пытается перехватить водящий. Перехватив мяч, водящий быстро бросает его в любого игрока, не сходя с

места. Ребенок, в которого попал мяч, становится водящим, а прежний водящий занимает его место.