

УДК 382.172

*Балаклеец В.В.*

*Студент 4 курса факультета «Начальное образование, право»*

*Научный руководитель: Тестов О.В.*

*старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта*

*Хакасский государственный университет имени Н. Ф. Катанова,*

*Россия, г. Абакан*

## **К ВОПРОСУ О РАЗВИТИИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

*Переход от дошкольного образования к систематическому обучению в школе отличается резким сокращением двигательной активности на 50% от естественной потребности. Это является причиной противоречивого факта того, что младший школьный возраст характеризуется высокой потребностью детей в занятиях физической культурой, а также началом формирования интересов и склонностей к определенным видам физической активностью, предрасположенности к тем или иным видам спорта. Решением данного противоречия, является индивидуальный подход к каждому школьнику. Именно это создает условия, способствующие успешной физкультурно-спортивной ориентации детей школьного возраста, определению для каждого из них оптимального пути физического совершенствования.*

*Ключевые слова (младший школьник, упражнения, физкультура, развитие)*

**UDC 382.172**

*The Balakleets V. V.*

*Student 4 courses of faculty "Primary education, right"*

*Research supervisor: O.V. Tests.*

*senior teacher of department of physical culture and sport*

## **TO THE QUESTION OF DEVELOPMENT OF MOVEMENT SKILLS OF YOUNGER SCHOOL STUDENTS**

*Transition to systematic training at school differs from preschool education in sharp reduction of physical activity for 50% of needs of nature. It is the reason of the contradictory fact that the younger school age is characterized by high need of children for occupations physical culture and also the beginning of formation of interests and tendencies to certain types physical activity, predispositions to these or those sports. The solution of this contradiction, individual approach to each school student is. It creates the conditions promoting successful sports orientation of children of school age, definition for each of them of an optimum way of physical improvement.*

*Keywords (younger school student, exercises, physical culture, development)*

Противоречие необходимости в физической нагрузке и особенностях развития двигательных навыков младших школьников интересовало таких ученых, как Вильчковского Э., Глазырину Л, Курок А., Лопатик Т., Янсон Ю., Бутина И., Леонтьева Л.

Исследователями была определена сущность понятия физической активности, под которым понимается суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни.

Было выявлено, что свободный режим, который предполагает летнее время, дает детям 7-10 лет возможность совершать каждый день от 12 до 16 тысячи движений. Наблюдение гендерных различий показало, что девочки обладают среднесуточной активностью, которая на 16 – 30 % меньше, чем у мальчиков, что дает сделать вывод о необходимости целенаправленной организации физического воспитания младших школьников. Зима является тем

временным периодом, когда активность детей уменьшается на 30 – 40%, что существенно сказывается как на общем самочувствии детей, так и на качестве обучения. Данные закономерности являются причиной острой необходимости детей в специально организованных и обладающих специфической целью занятиях физической культурой.

Проблема нехватки двигательной активности ставит определенные задачи перед учителем, проводящим уроки физической культуры в начальных классах. Это отражает ФГОС НОО, так, например, к таким задачам относят формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, успешности социализации и обучения, овладение детьми умения организовать свою жизнедеятельность, включая подвижные игры и оздоровительные мероприятия, формирование навыка наблюдения за своим телом[1].

Практика ставит перед учителями более конкретно сформулированные задачи, такие как: улучшение осанки; профилактика плоскостопия; овладение основами движений; развитие координационных и кондиционных способностей; развитие работоспособности; выработка представлений об основных видах спорта, инвентаре, снарядах; приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, включение их в свою жизнедеятельность; становление интереса к определенным видам спорта. Также занятия физической культурой способствуют воспитанию дисциплинированности, доброжелательного отношения к окружающим, отзывчивости, смелости. Нельзя преуменьшать содействие физических упражнений развитию психических процессов, таких, как память, произвольное внимание, творческое воображение, мышление и др.

Решение этих задач происходит путем использования определенных средств физического воспитания, упражнений, включенных в программу по физическому воспитанию образовательных учреждений. Условно их подразделяют на: гимнастические и акробатические, легкоатлетические, также

включены в программы по физическому воспитанию лыжная подготовка и плавание, не обходится без простейших единоборств в игровой форме и спортивных игр.

Блок гимнастических и акробатических заданий включают в себя: простейшие виды построений и перестроений, общеразвивающие экзерсисы с инвентарем и без, упражнения в лазании и перелазании, тренировки равновесия, несложные акробатические задания, танцевальные тренировки, упражнения со скакалкой и с использованием гимнастических снарядов.

Легкоатлетические упражнения рекомендуется проводить в игровой форме или в форме соревнований. В данный блок входят: ходьба, бег с максимальной скоростью, бег в равномерном темпе, челночный бег, прыжки в длину с разбега, прыжки в высоту с прямого и бокового разбега, прыжки на одной или двух ногах, эстафеты с прыжками и бегом на скорость, бег с препятствиями и метание мяча.

Лыжная подготовка предусматривает освоение ходьбы скользящим и ступающим шагом, передвижению двухшажным ходом, обучение поворотам на лыжах на месте и в движении, прохождение учебных дистанций. Как показывает практика, сегодня очень мало школ включают в свою программу данный блок подготовки ввиду отсутствия необходимого инвентаря и базы для тренировок, что создает существенные затруднения.

Подготовка по блоку «Плавание» предусматривает обучение для освоения с водной средой, такие, как погружение в воду с открытыми глазами, обучение задержке дыхания под водой, скольжение на груди и на спине, также предусматривается обучение плаванию способами кроль на спине и на груди, брасс и проплывание одним из способов дистанции 25-50 метров. Данный тип подготовки также оказывается включенным в программы общеобразовательных учреждений все реже, причиной тому становится отсутствие необходимых условий для реализации блока.

Подвижные игры часто могут содержать в себе элементы простейших единоборств («вытолкни из круга», «часовые и разведчики», «бой петухов»), также игры призваны решать задачи развития творческого воображения и внимания.

Но данный комплекс не решает всех воспитательных задач, поставленных перед учителем физической культуры в случае, если их выполнение носит только урочный характер. К сожалению, многие практики забывают о необходимости домашних заданий по данному предмету. Именно такая форма работы решает задачи повышения двигательной активности детей, укрепления основных групп мышц, подготовка к выполнению учебных нормативов, формирование необходимости в занятиях спортом.

К сожалению, как показывает практика, некоторые блоки не реализуются в рамках общеобразовательных программ школ ввиду недостаточной оснащенностью или другими причинами, чрезмерные или недостаточные требования снижают интерес учеников к данному учебному предмету, а недостаточно хорошо организованная самостоятельная работа учеников приводит к преуменьшению роли физической активности в глазах учеников.

#### **Использованные источники:**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования второго поколения. М. 2011. 43с.