

Секция «Исследования в области физической культуры и спорта»

Особенности и методика формирования двигательных умений и навыков у детей младшего школьного возраста

Макарова Арина Юрьевна

Студент (бакалавр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Саранск,
Россия

E-mail: arinamakarowa1727@gmail.com

В современном образовании физическое воспитание детей младшего школьного возраста занимает важное место. Это тот возраст, когда происходят значительные изменения в психофизическом развитии ребенка, и закладываются основы двигательной культуры. Важно использовать такие методики, которые будут соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать не только физическому, но и психоэмоциональному развитию.

Цель исследования – изучение особенностей и методики формирования двигательных умений и навыков у детей младшего школьного возраста.

В младшем школьном возрасте происходит активное развитие координации движений, силы, ловкости и выносливости. Дети этого возраста имеют высокую восприимчивость к обучению двигательным действиям, поэтому правильно подобранные методики значительно ускоряют этот процесс. В возрасте 7-10 лет дети отличаются повышенной подвижностью, интересом к новым движениям и играм, но при этом быстро утомляются. Учитывая это, важно организовать занятия таким образом, чтобы обеспечить регулярные перерывы и использовать игровые формы обучения [1].

Основными педагогическими принципами являются доступность, наглядность, сознательность, систематичность и индивидуальный подход. Эти принципы способствуют максимальному вовлечению детей в процесс обучения, а также позволяют достигать высоких результатов. Игровой метод обучения для детей младшего школьного возраста является основным. Игры не только делают занятия увлекательными, но и помогают в формировании двигательных навыков, развивают командный дух, внимание и чувство ответственности.

В ходе работы был проведен педагогический эксперимент с детьми 2 класса. В экспериментальной группе использовалась специально разработанная методика, основанная на игровых и координационных упражнениях. Результаты показали значительное улучшение в уровнях двигательных умений и навыков по сравнению с контрольной группой, где применялась традиционная методика. В результате эксперимента было выявлено улучшение скорости, силы, координации и ловкости у детей экспериментальной группы. Например, улучшение времени в беге на 30 метров составило 0,7 секунды, в то время как в контрольной группе этот показатель был всего 0,2 секунды.

Полученные результаты подтверждают эффективность предложенной методики. Внедрение игровых и координационных упражнений в образовательный процесс способствует не только физическому развитию детей, но и улучшению их эмоционального состояния, мотивации к занятиям физкультурой. Это может стать важной составляющей в работе учителей физкультуры в начальных классах. В будущем можно развивать методики, включая современные технологии: мультимедийные средства, видеозаписи для анализа движений, а также интеграцию физической активности с другими видами искусства и учебной деятельности. Также можно провести дополнительные исследования, чтобы выяснить, как двигательная активность влияет на когнитивные функции младших школьников, такие как внимание, память и мышление [2].

Таким образом, правильно организованный процесс формирования двигательных умений и навыков у младших школьников способствует их физическому развитию, а также повышению общей мотивации к занятиям физкультурой.

Источники и литература

- 1) Мифтахов А. Ф., Хорошилова Ю. И. Формирование и совершенствование двигательной функции младших школьников // Теория и практика современной науки. 2017. №4 (22). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-i-sovershenstvovanie-dvigatelnoy-funktsii-mladshih-shkolnikov>.
- 2) Петров И. А. Методика обучения двигательным действиям мальчиков младшего школьного возраста на основе интеграции скоростных и координационных способностей : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук Волгоград, 2012. 180 с.