

Секция «Исследования в области физической культуры и спорта»

**Анализ методов и практик образовательной среды по физическому воспитанию младших школьников**

***Кабанова Любовь Андреевна***

*Студент (бакалавр)*

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

*E-mail: kabanova2744@yandex.ru*

Дети в возрастном отрезке младшего школьного возраста проходят важный этап физического, психологического и социального развития, что делает физическое воспитание особенно актуальным. Основные физические качества, такие как сила, быстрота, ловкость, выносливость и гибкость нуждаются в целенаправленном развитии, чтобы ребенок формировался наиболее гармонично.

Следует отметить, что недостаток физической активности, особенно зимой, демонстрирует важность организованных форм физического воспитания и реализацию их в образовательном пространстве учебного процесса в целом [1].

Научные исследования показывают, что двигательная активность детей в зимний период снижается на 30–70 %. Это, по мнению специалистов в области физической культуры, негативно сказывается на их здоровье и физическом развитии.

Общеизвестно, что младшие школьники имеют наиболее высокий уровень пластичности опорно-двигательного аппарата, дети легко адаптируются к новым физическим нагрузкам, а девочки, например, могут показывать самостоятельную физическую активность. Поэтому, именно организованные занятия способны преодолеть этот разрыв и стимулировать их двигательную активность.

Практика показывает, что особо важно внедрять разнообразные формы активности, такие как игры и коллективные тренировки, которые не только развивают физические качества, но и способствуют социализации и формированию командного навыка [3].

Также важно не забывать про возрастные и психофизические особенности при выборе подвижных игр. В этом возрасте дети характеризуются высокой двигательной активностью, а также потребностью в общении и взаимодействии с окружающими. Следует отметить, что использование подвижных игр в процессе физической культуры младших школьников является эффективным способом развития не только физических качеств, но и формирования социальных связей и эмоционального интеллекта.

Уроки физической культуры строятся по определенной модели, предусмотренной федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС). Стандарт определяет три части урока: подготовительная, основная и заключительная. Подготовительная часть фокусируется на создании комфортной и безопасной среды для обучающихся. Основная часть урока является наиболее насыщенной и разнообразной. Здесь происходит освоение новых физических качеств и навыков, выполнение заданий и упражнений, направленных на развитие различных физических качеств. Важно, при проведении основной части урока учитывать индивидуальные особенности детей, их физическую подготовленность и интересы. Заключительная часть урока включает в себя подведение итогов и анализ достигнутых результатов. Здесь вводятся упражнения для снижения напряжения, что помогает восстановить организм ребенка после физической активности [4]. Современные технологии и методы обучения оказывают значительное влияние на организацию уроков физкультуры. Есть рекомендации по использованию интерактивных методик, которые не только делают уроки более интересными, но и способствуют лучшему усвоению материала учащимися. Каждая часть урока физической культуры связана с общими задачами

и целями, определяемыми законодательно, а также адекватными условиями организации образовательного процесса. Структура урока должна быть гибкой и адаптивной, что позволит более эффективно удовлетворять потребности и интересы младших школьников.

Оценка результатов развития физических качеств у младших школьников представляет собой значимый аспект в процессе физического воспитания. Изучение методов оценки помогает выявить лучшие практики и адаптировать их под условия конкретной образовательной среды. Педагоги могут использовать результаты своих наблюдений и анализа для постоянного улучшения образовательного процесса, предлагая учащимся более разнообразные возможности для развития физического потенциала и личной ответственности.

### **Источники и литература**

- 1) Ашмарин, Б. А. Теория и методика физического воспитания : учебное пособие / Б. А. Ашмарин. – Москва : Просвещение. – 2014. – 288 с. – Текст : непосредственный.
- 2) Жуков, М. Н. Подвижные игры : учебник для студентов педагогических вузов / М. Н. Жуков. – Москва : Издательский центр «Академия». – 2000. – 160 с. – Текст : непосредственный.
- 3) Шаповаленко, И. В. Возрастная психология : учебное пособие / И. В. Шаповаленко. – Москва : Издательство « Гардарики». – 2007. – 352 с. – Текст : непосредственный.
- 4) Шлемин, А. М. Организация занятий и методика их проведения : учебное пособие / А. М. Шлемин. – Москва : Физкультура и спорт. – 1985. – 158 с. – Текст : непосредственный.