**Развитие ловкости у детей старшего дошкольного возраста в процессе организации**

**подвижных игр**

Нормально развивающийся ребенок с рождения стремится к движениям. Огромную

потребность в движении дети обычно стремятся удовлетворить в играх. Играть для

них – это, прежде всего, двигаться, действовать.

Анализ показателей здоровья, физического и двигательного развития детей старше-

го дошкольного возраста в последние годы свидетельствует о тревожных тенденци-

ях - от 30% до 40% детей старшего дошкольного возраста имеют низкий уровень

двигательного развития. Причины этого кроются в современном образе жизни. Пси-

хологи, педагоги, медики отмечают общую тенденцию для детских учреждений -

снижение двигательной активности детей, а для ребенка-дошкольника потеря в дви-

жениях - это потеря в здоровье, развитии, знаниях. Не случайно в программах вос-

питания и обучения детей в дошкольных учреждениях вопрос здоровья стоит на

первом месте, а приоритетными направлениями работы дошкольных учреждений

является именно физическое развитие. Если учесть, что двигательная активность

является еще и условием, стимулирующим фактором развития интеллектуальной,

эмоциональной и других сфер, то становится очевидным актуальность данного во-

проса.

Достижения современной науки и техники преобразуют условия жизни человека.

Увеличение объёма деятельности, осуществляемой в неожиданно возникающих си-

туациях, требует проявления находчивости, быстроты реакции, волевого усилия, а

также способности к концентрации и переключению внимания. Это, в свою очередь,

заметно повышает значение смысловой структуры двигательных актов, усиливая

роль центральных нервных механизмов в управлении движениями.

Все названные качества или способности в теории и методике физического воспита-

ния связывают с понятием "ловкость". Именно она отвечает за точность, ритмич-

ность и согласованность отдельных движений, способность овладения новыми дви-

жениями, формирование ориентировки в пространстве, равновесия, умения согла-

совывать свои действия с изменениями обстановки. Показателем ловкости является

координационная сложность движений. Здесь учитывается время, необходимое для

овладения сложными движениями, и степень готовности, которая достигается в дан-

ном движении после занятий физическими упражнениями и играми. Развитие ловко-

сти на начальной ступени образования рассматривается как целенаправленный пе-

дагогический процесс воздействия на развитие ребёнка-дошкольника.

Специалистами установлено, что у детей дошкольного возраста ловкость является

наивысшим показателем сформированности двигательного навыка и рассматрива-

ется с ним в диалектическом единстве. Перенос двигательного опыта в игровую и

самостоятельную деятельность - наиболее характерное проявление ловкости.

Старший дошкольный возраст признаётся сенситивным периодом для развития лов-

кости, и характеризуется наличием необходимых для этого предпосылок и условий.

Однако, беседы с детьми, анкетирование педагогов и родителей, анализ календар-

но-тематических планов работы воспитателей подтвердили, что развитию ловкости,

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**2**

и в частности совершенствованию двигательных навыков старших дошкольников, не

уделяется должного внимания. Отсутствует последовательное и вариативное обу-

чение физическим упражнениям, дети не могут сознательно и творчески использо-

вать имеющийся двигательный опыт, полученный при организации непосредственно

образовательной деятельности физической культурой под руководством инструкто-

ра по физическому воспитанию, в игровой и самостоятельной деятельности. Зача-

стую это связано с отсутствием методических рекомендаций по развитию ловкости у

дошкольников.

Таким образом, можно выделить очевидное противоречие между необходимостью

развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста, с одной стороны, и не-

достаточной разработанностью методики развития данного психофизического каче-

ства в подвижных играх - с другой. Разрешение данного противоречия и составило

цель работы.

Ведущая педагогическая идея опыта заключается в создании необходимых педаго-

гических условий для развития ловкости у детей старшего дошкольного возраста по-

средством использования подвижных игр в двигательном режиме дошкольного

учреждения.

В опыте работы описывается поэтапный путь развития ловкости детей старшего до-

школьного возраста в совместной деятельности взрослого и ребёнка (непосред-

ственно образовательная деятельность по физической культуре, деятельность в ре-

жимных моментах; организация игровой деятельности, кружковая работа).

Проблема развития ловкости у детей дошкольного возраста - одна из наиболее зна-

чимых и наименее разработанных в теории и методике физического воспитания.

Одни учёные (Е. П. Ильин, В. И. Лях и др.) рассматривают ловкость в составе коор-

динационных способностей. Другие - выделяют ее как самостоятельное качество (Н.

А. Бернштейн, В. М. Зациорский, В. С. Фарфель и др.). Третьи (Ю. Ф. Змановский, В.

Гаврийски и др.) отрицают понятие "ловкость", говоря об общем развитии физиче-

ских качеств.

Большинство исследований отечественных и зарубежных специалистов направлено

на изучение данного психофизического качества главным образом у взрослых людей

в отдельных видах спорта (В. М. Зациорский, Н. В. Зимкин, А. Н. Крестовников, А. Д.

Новиков, Н. Г. Озолин, В. С. Фарфель и др.). В ряде работ освещены методы и сред-

ства формирования ловкости у юных спортсменов (В. М. Волков, А. В. Коробков, З.

И. Кузнецова, И. М. Туревский, А. М. Шлёмин и др.). Относительно незначительная

часть исследований посвящена формированию ловкости у школьников, не занима-

ющихся спортом (А. А. Гужаловкий, Л. Б. Кофман, В. И. Лях, В. П. Филин и др.).

Научные труды, имеющие непосредственное отношение к детям дошкольного воз-

раста, занимают среди них непропорционально малое место, а существующее пред-

ставление о значении и методике воспитания у дошкольников такого важного пси-

хофизического качества, как ловкость, не в полной мере отвечает требованиям вре-

мени.

Авторы исследований по физическому воспитанию детей дошкольного возраста (Т.

В. Артамонова, Е. Н., Вавилова, В. И Лях., Н. А. Ноткина, И. М. Туревский, В. П. Фи-

лин, Л. Б. Кофман) рассматривают возможность использования подвижных игр как

одного из средств воспитания ловкости, однако экспериментальных данных относи-

тельно детей дошкольного возраста они не приводят.

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**3**

Изучение теоретического аспекта проблемы подтвердило: ловкость является ком-

плексным психофизическим качеством, неповторимым и индивидуальным, как отпе-

чатки пальцев. Работы Н. А. Бернштейна, В.С. Фарфеля, В.И. Ляха, Е.П. Ильина, И.

М. Туревского и других специалистов показывают, что ловкость воспитывается в

тесной взаимосвязи с общим развитием ребёнка и благодаря специальному обуче-

нию. В целом, развитие ловкости рассматривается как составная часть более общей

проблемы - управления движениями, базирующейся на теории уровневого построе-

ния движений и принципе сенсорных коррекций Н.А. Бернштейна.

Изучение трудов Е. А. Аркина, А. И. Быковой, В. В. Гориневского, П. Ф. Каптерева, А.

В. Кенеман, Д. А. Колоцца, М. М. Конторович, П. Ф. Лесгафта, Л. И. Михайловой, Т.

И. Осокиной, Н. В. Полтавцевой, Е. А. Покровского, Э. Я. Степаненковой, Е. А. Ти-

мофеевой и других специалистов позволило сделать вывод, что подвижные игры

наилучшим образом отвечают различным требованиям, предъявляемым к упражне-

ниям, направленным на развитие ловкости. Новизна, необычность, сложность вне-

запно изменяющейся ситуации, необходимость быстрого и адекватного реагирова-

ния, моментального принятия оптимального решения и т.п. побуждают детей к быст-

рым ответным реакциям, проявлению находчивости, использованию своих врождён-

ных способностей, сознательному применению двигательных умений и навыков, то

есть к проявлению ловкости в движениях.

Взяв за основу данные научные исследования, автор опыта предположила, что од-

ним из средств развития ловкости детей старшего дошкольного возраста является

использование подвижных игр в физическом воспитании дошкольников.

Новизна опыта состоит в усовершенствовании методики развития физических ка-

честв дошкольников Е. Н. Вавиловой посредством использования подвижных игр

для развития ловкости. Подвижные игры, направленные на развитие ловкости, клас-

сифицированы по преобладающему двигательному навыку; для развития ловкости

используются методы и приёмы обучения детей основным видам движений и обще-

развивающим упражнениям традиционной методики физического воспитания.

**Технология опыта**

**Цель работы:** определение педагогических условий развития ловкости у детей

старшего дошкольного возраста в подвижных играх.

**Задачи:**

*Оздоровительные задачи:* развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мы-

шечной системы, формирование правильной осанки у детей, повышение функцио-

нальной деятельности организма.

*Воспитательные задачи:*

воспитание способности осваивать координационно сложные двигательные

действия;

воспитание способности перестраивать двигательную деятельность в

соответствии с требованиями меняющейся обстановки;

воспитание повышенной точности восприятия своих движений в

пространстве и времени;

развитие ловкости в комплексе с воспитанием других физических качеств:

быстроты, силы, выносливости.

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**4**

*Образовательные задачи:* формирование личности ребёнка посредством вовлече-

ния его в подвижные игры; развитие у детей умения выполнять игровые правила и

осуществлять двигательные действия; разностороннее физическое воспитание де-

тей старшего дошкольного возраста.

Были определены основные составляющие ловкости: быстрота реакции на сигнал;

координация движений; быстрота усвоения нового и осознанность выполнения дви-

жений с использованием двигательного опыта. Однако, в ходе работы, с учетом спе-

цифики дошкольного возраста, последовательность работы над каждым из этих

элементов была изменена и выглядела следующим образом:

1) осознанность выполнения движений с использованием двигательного опыта;

2) быстрота усвоения нового;

3) координация движений;

4) быстрота реакции на сигнал.

Определены пути развития ловкости:

1. Ловкость возрастает при овладении новыми разнообразными движениями.

При отсутствии новых двигательных ощущений снижается способность к обучению.

Поэтому важно включать элемент новизны и в те движения, которыми дети владеют.

2. Необходимо давать усложнения, новые сочетания знакомых движений,

изменять привычные условия выполнения движения.

Прежде чем организовать работу, был проведен отбор и классификация подвижных

игр, способствующих развитию ловкости, по группам, в зависимости от целевой

направленности: игры с использованием общеразвивающих упражнений, действий с

мячом, скакалкой, на закрепление навыков лазанья, перелезания, катание на лыжах

и т. д. Составлен перспективный план работы по использованию подвижных игр для

развития ловкости, который включает в себя перечень игр, используемых в совмест-

ной деятельности педагога с детьми - непосредственно образовательной деятель-

ности по физическому воспитанию, на прогулке, при проведении спортивных досугов

и развлечений; игр, рекомендованных для работы воспитателям. В самостоятельной

деятельности используются игры, уже хорошо знакомые детям.

Работа по развитию ловкости у детей включает в себя три взаимосвязанных и взаи-

мообусловленных этапа.

Цель первого - **подготовительного - этапа** состоит в обучении детей осознанному

выполнению физических упражнений, обогащении их двигательного опыта, переносе

полученных знаний и навыков в игровую деятельность. Практическая работа по

формированию осознанности выполнения физических упражнений проводится в

процессе непосредственно организованной деятельности по физическому воспита-

нию посредством обучения детей общеразвивающим упражнениям и основным ви-

дам движений. Разработаны конспекты организации непосредственно образова-

тельной деятельности по физическому воспитанию с использованием разнообраз-

ных игровых упражнений, направленных на развитие ловкости для детей старшей

группы. Данные конспекты тематические («Ребятам о зверятах», «Готовимся к

Олимпийским играм», «Мы - танцоры», «Цирковое представление», «Путешествие

на север» и т.д.).

В ходе такой деятельности для работы с детьми используются упражнения различ-

ных видов и характеристики:

применение необычных исходных положений в знакомых упражнениях: бег

из исходного положения – сидя, лёжа, стоя на коленях и т. д.;

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**5**

изменение скорости и темпа движения, использование разных ритмических

сочетаний, различной последовательности элементов;

смена способов выполнения упражнений: метание сверху, снизу, сбоку,

прыжки на одной или двух ногах, с поворотом;

использование в упражнениях предметов, что содействует умению распре-

делять движения в пространстве и во времени, сочетать их с движениями тела, тре-

бующими разносторонней координации и тонких мышечных ощущений;

выполнение согласованных движений несколькими участниками: приседание,

наклоны в парах, поднимать и опускать обруч, верёвку, держась за них по 3-4 чело-

века;

более сложные сочетания основных движений: бег змейкой, обегая кубики,

доставая в прыжке подвешенный предмет; ходьба по гимнастической скамейке с

пролезанием в обруч и т. д.;

использование упражнений, в которых необходимо сохранять равновесие

либо восстанавливать его после потери: бег с остановками по сигналу, вращения,

прыжки, приседания, стояние на одной ноге.

использование упражнений с быстро меняющимися заданиями, броски и

ловля мяча в парах (с отскоком и без, с выполнением хлопка перед ловлей).

применение прыжков на заданную длину по зрительным ориентирам, бег и

прыжки по разметкам, сделанным на разном расстоянии для развития

дифференцировки пространственных, временных и силовых параметров движения.

метание в цель, прокатывание мяча по коридору, челночный бег и т. д.

необходимый для развития способности к ориентированию в пространстве.

С целью формирования быстроты усвоения нового обучение движениям основыва-

лось на сочетании наглядных и словесных приёмов с преимущественным использо-

ванием словесных возможностей, повышающих не только скорость овладения дви-

гательным навыком, но и качество его выполнения.

Упражнения в ловкости требуют большой четкости мышечных ощущений,

"напряженного внимания». Их хорошее выполнение сравнительно быстро вызывает

утомление, снижение точности координации. Поэтому такие упражнения проводятся

непродолжительное время и в начале двигательной деятельности. А чтобы связать

мышечные ощущения с формированием двигательного навыка в работе использо-

вались картинки-схемы для оценки техники выполнения движений и карты-схемы

для выполнения общеразвивающих упражнений. С целью формирования телесной

рефлексии внимание детей обращалось на различие мышечных ощущений при вы-

полнении одного и того же упражнения с разнообразными предметами. Уточнение

дифференцировки кинестетических ощущений происходило при выполнении от-

дельных элементов упражнений с закрытыми глазами.

Для развития ловкости важен элемент новизны, поэтому детям предлагались

варианты выполнения физических упражнений, развивающие двигательную наход-

чивость: выполнение упражнений в разном темпе и ритме, из разных исходных по-

ложений, с предметами и без них, с музыкальным сопровождением.

Таким образом, наличие у детей представлений о физических упражнениях, осозна-

ние структуры движения, пространственного расположения частей тела, знание и

владение соответствующей терминологией помогало дошкольникам описывать

упражнения, подводило их к самостоятельному использованию двигательных навы-

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**6**

ков в играх и повседневной жизни. Новыми являлись следующие факторы: самосто-

ятельное решение двигательных задач с учётом игровой ситуации; быстрое выпол-

нение движений, отсутствие времени для подготовки к выполнению двигательного

действия; быстрое переключение с одного движения на другое; эмоциональная

насыщенность; согласование собственных действий с действиями других играющих.

Игровая тематическая ситуация обеспечивала перенос двигательных навыков и

служила показателем быстроты усвоения нового.

На данном этапе работы наблюдалась положительная динамика развития ловкости:

по слову выполняли движение абсолютно все дети, при этом объяснить последова-

тельность его выполнения могли не все. Быстрота усвоения нового и координация

движений у воспитанников старшей группы заметно улучшились. Визуальная оценка

ловкости детей, проявляющаяся при выполнении упражнений в ходе непосред-

ственно организованной деятельности, показала, что постепенно начал уточняться

идеомоторный образ движения, устанавливается взаимосвязь контролирующей ча-

сти (корой головного мозга) и исполняющей (опорно-двигательным аппаратом). Но

эта связь ещё не обладала достаточной прочностью и устойчивостью, техника дви-

жений изменялась, особенно под влиянием сбивающих факторов.

Полученные в ходе подготовительного этапа работы результаты показали: лов-

кость может быть воспитана у детей шестого года жизни при ведущей роли обуче-

ния.

После того как сформированные у детей двигательные навыки были перенесе-

ны в игровую деятельность, появилась возможность работы над воспитанием чет-

вёртого компонента ловкости- быстроты реакции на сигнал. В этой связи был выде-

лен **основной этап**, цель которого состояла в воспитании мгновенной реакции на

сигнал, совершенствовании двигательных навыков в подвижных играх, улучшении

координации движений и умении приспосабливаться к изменениям окружающей об-

становки.

При проведении игр с бегом - «Дракон», «Салочки», «Догонялки», «Менялки»,

«Кукушка», «Ловишки» и т. д. дети знакомились с разнообразными приёмами увёр-

тывания, постигали, как можно резко изменить направление - остановиться, при-

сесть, слегка наклонить корпус, выполнить обманное движение. При проведении бе-

га с обеганием препятствий одновременно использовались различные предметы и

пособия: кегли, конусы, набивные мячи; посредством указателей создавались веро-

ятностные условия определения направления движения, расстояние между предме-

тами вариативно изменялось. Использование наглядного материала позволяло

находить наиболее рациональный вариант решения двигательной задачи.

При неоднократном повторном проведении игры детям предлагалось вспом-

нить и рассказать её содержание и правила. При этом воспитатель предлагал по-

следовательный план: где стоят дети, как они расположены, где находится водящий,

по какому сигналу начинается игра, в каком направлении можно двигаться, каким

образом можно увернуться от водящего, кто считается проигравшим, кто побеждает

в игре и т.п. Обращение к сознанию ребёнка, указание способов выполнения движе-

ний способствовало восстановлению в его сознании представления игровой ситуа-

ции, расположения играющих и атрибутов.

Проведена серия игр, направленных на развитие ловкости, основным содержа-

нием которых являлось выполнение определённых заданий – «Обеги мяч», «Не за-

день», «Разойдись- не упади», «Пролезь в обруч», «Найди пару в кругу» и т.д. Детям

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**7**

предлагались игровые задания, проводимые в усложненных условиях, требующих

внезапного изменения техники движения (бег между предметами, изменение

направления, выполнение определенного действия по сигналу и др.), с использова-

нием различных предметов, физкультурного инвентаря, оборудования; с дополни-

тельными заданиями; на индивидуальное выполнение задания; при коллективном

выполнении упражнений с одним предметом (обруч, шнур). Такие игры направлены

на воспитание координации движений и быстроты реакции на сигнал.

Значительное внимание уделялось подвижным играм с элементами соревно-

ваний – «Кто скорее», «Успей поймать», «Бабочки и стрекозы», «Конь-огонь»,

«Успей первым» и т. д,, позволяющим не только повысить интерес к игре, но и

усложнить умственные и физические задачи, совершенствовать двигательные навы-

ки, воспитывать ловкость. Во всех вариантах таких игр детей сначала просили опре-

делить способ предстоящих действий в зависимости от требований игры, затем про-

верить правильность своего выбора непосредственно в игре.

Подвижные игры подбирались таким образом, чтобы сюжет и структура игр

способствовали активной двигательной деятельности детей. Физическая нагрузка в

игре регулировалась расстоянием для пробежек, числом повторений,

продолжительностью остановок в игре. В таких играх использовались различные

общеразвивающие упражнения на согласованность движений; бег в сочетании с

поворотами и прыжками; бег спиной вперед, боком, с изменением направления,

метание мяча из различных исходных положений, после прыжков, поворотов;

метание в цель в ускоренном темпе; метание в цель по- переменно обеими руками;

прыжки в длину, высоту различными способами, прыжки с поворотом и др.;

отдельные упражнения на единой полосе препятствий (бег по проходам лабиринта,

преодоление препятствий), требующие проявление ловкости; броски мяча в цель, в

корзину с места в движении, в прыжке, после поворотов, кувырки вперед, ведение

баскетбольного мяча и др., повороты на месте и в движении.

При проведении игр, основу которых составляли подражательные и ритмические

движения, упражнения на внимание, неожиданные перестроения, учитывалось тео-

ретически обоснованное положение о значении чувства времени, обеспечивающего

адекватную реакцию на изменение ситуации. Широко использовались имитационные

упражнения. В играх, требующих мгновенного прекращения действий по игровому

сигналу, сохранению определённого положения, подчёркивались быстрота реакции,

а также оригинальность и выразительность позы.

Для развития ловкости полезны упражнения с мячами, которые совершенствуют

навыки точных движений. Этому способствуют метание в цель, упражнения с малы-

ми мячами – удары о пол, броски в стену, подбрасывание и ловля мяча с различны-

ми дополнительными движениями, различные сложные манипуляции с мячами. По-

этому, на протяжении старшего дошкольного возраста с детьми был организован

кружок «Школа мяча», основной целью которого является повышение уровня разви-

тия ручной ловкости посредством подвижных игр и игровых упражнений с мячом.

Разработан план работы кружка ,определены задачи работы, характер упражнений и

содержание подвижных игр с мячом большой и малой подвижности на каждое про-

ведение игровой ситуации в рамках кружковой работы. Кружковая работа проводи-

лась один раз в неделю в вечернее время. Перспективный план включает определе-

ние основных задач на каждый месяц, а также распределение подвижных игр с мя-

чом в течение всего года в старшей и подготовительной группах. Календарный план

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**8**

работы включает в себя содержание игровых образовательных ситуаций на каждую

неделю.

Подобраны игры и игровые упражнения с мячом- «Охотники», «Штандер», «Выбива-

ло», «Горячая картошка», «Выше мяч», «Мяч в кругу», «Передай, не урони» и т. д.

Содержание игр включало в себя различные задания, направленные на формирова-

ние умения действовать с мячом: отбивание, ведение мяча, передача друг другу мя-

ча в парах разными способами, броски мяча в корзину и тому подобное. Использо-

вались игры с мячом как большой, так и малой подвижности. В играх с мячом допол-

нительно использовались мячи разного диаметра, фактуры, веса.

На **заключительном этапе** решались задачи совершенствования двигательных

навыков детей и творческого использования имеющегося двигательного опыта в по-

вседневной жизни. На данном этапе предусматривалось проведение подвижных игр

с более сложными заданиями; придумывание игр и упражнений самими детьми;

включение описанных выше игр в формы активного отдыха - физкультурные досуги

и праздники, использование игр большой подвижности, а также самостоятельную

двигательную деятельность детей. Такие коллективные игры позволяют закреплять

ловкость, ведь именно при выполнении игровых заданий, направленных на развитие

чувства соперничества, ловкость проявляется ярче всего.

Особое внимание на данном этапе работы уделялось осуществлению индивидуаль-

но-дифференцированного подхода к детям, имеющим существенные различия по

степени сформированности двигательных навыков и уровню физической подготов-

ленности: задания подбирались индивидуально для каждого ребёнка, для соперни-

чества в парах, коллективных соревнований. Целесообразным оказался приём объ-

единения в пары не только активных и пассивных детей, но и детей с разным уров-

нем физической подготовленности.

По рекомендациям автора подвижные игры, направленные на развитие ловкости,

включались воспитателями в разные формы работы с детьми: в перерывах между

организацией непосредственно образовательной деятельности, на прогулке, в само-

стоятельной игровой деятельности и так далее. В таких играх используется различ-

ное оборудование: мяч, скакалка, обручи, палки и т. д. Воспитатели обращают вни-

мание на соблюдение техники выполнения движений, проявление ловкости в раз-

личных заданиях, игровых упражнениях.

С педагогами велась индивидуальная работа, проводились консультации, на кото-

рых освещались следующие вопросы:

методика развития ловкости в старшем дошкольном возрасте;

особенности содержания и методики проведения подвижных игр в старшем

дошкольном возрасте;

подвижные игры и упражнения с мячом как средство развития ручной ловко-

сти.

Педагоги были ознакомлены с картотекой подвижных игр, рекомендациями по ис-

пользованию игр в практике работы.

С родителями велась методическая и просветительская работа в форме консульта-

ций, которые освещали теоретические вопросы по данной проблеме, обсуждались

возникающие на практике трудности.

Эффективность работы по развитию ловкости детей старшего дошкольного возраста

подтверждена результатами диагностики, проведённой по окончании работы.

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**9**

Таким образом, можно констатировать, что усовершенствованная методика разви-

тия ловкости у детей старшего дошкольного возраста, основу которой составляют

подвижные игры, оказалась более эффективной относительно существующей, тра-

диционной, направленной на развитие ловкости посредством обучения основным

видам движений и общеразвивающим упражнениям. Принимая во внимание всё

вышеизложенное, можно сделать вывод, что использование подобранных игровых

упражнений и подвижных игр способствовало значительному обогащению двига-

тельного опыта детей старшего дошкольного возраста, увеличению резерва услов-

но-рефлекторных связей. На их основе эффективнее не только развивалась лов-

кость как психофизическое качество, но и повышались показатели статического рав-

новесия и общий уровень физической подготовленности.

Вывод: использование подвижных игр в физическом воспитании является важным

педагогическим условием развития ловкости у детей старшего дошкольного возрас-

та.

**Результативность опыта**

Критерием результативности опыта является сравнительная оценка уровня разви-

тия ловкости в двух подготовительных группах :

Группа № 1- экспериментальная, в которой велась углубленная работа по развитию

ловкости в процессе организации подвижных игр

Группа № 2 - контрольная группа, в которой целенаправленная работа по развитию

ловкости не осуществлялась.

Для проверки эффективности работы по теме были использованы те же тесты, что и

при проведении предварительной диагностик (авторы: Ноткина Н., Шебеко В. Н.,

Ермак Н. Н., Шишкина В. А., Вавилова Е. Н.).

Тестирование проводил автор опыта, инструктор по физической культуре; воспита-

тели групп оказывали необходимую помощь в организации этой работы, медицин-

ская сестра осуществляла наблюдение за состоянием детей, их реакцией на выпол-

нение двигательного задания.

Отмечено, что на начало 2009-2010 учебного года высокого уровня развития ловко-

сти не наблюдалась ни в одной из групп детей старшего дошкольного возраста; в

группе № 1- 40 % детей имеют средний уровень, 60%- низкий уровень развития лов-

кости; в группе № 2 средний уровень развития ловкости- у 30%, низкий- у 70% воспи-

танников (Таблица № 1).

Однако, к концу 2009-2010 учебного года движения воспитанников эксперименталь-

ной группы становятся все более осмысленными, мотивированными и управляемы-

ми: высокий уровень развития ловкости- у 10%, средний- у 46% воспитанников (в

группе № 2- высокий уровень- у 6%, средний- у 48% воспитанников). Но в целом, в

характере двигательной активности детей обеих групп сохранялись еще такие чер-

ты, как высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, не-

способность завершить ее по первому требованию, нежелание выполнять действия,

лишенные непосредственного интереса, направленные на достижение отдаленного

результата, неспособность координировать самостоятельно свои движения и под-

страиваться под имеющиеся условия.

К концу 2010-2011 года по показателем развития ловкости у воспитанников экспери-

ментальной группы выявлено, что произошёл резкий скачок: высокий уровень разви-

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**10**

тия ловкости - у 78%, средний- у 22% воспитанников (для сравнения- в группе № 2-

высокий уровень- у 20%, средний- у 70% воспитанников) - Таблица № 2.

Таблица № 1.

Тест

уровень

2009-2010 гг

2010-2011 гг

Гр.№ 1 Гр.№ 2 Гр.№ 1 Гр.№ 2

с и с и с и с и

Тест «Бег на 10

м».

В - 5% - - 40% 100% - 20%

С 40% 55% 40% 60% 55% - 60% 70%

Н 60% 40% 60% 40% 5% - 40% 10%

Тест «Челноч-

ный бег»

В - 5% - - 30% 70% - 20%

С 20% 35% 30% 60% 60% 30% 60% 70%

Н 80% 60% 70% 40% 10% - 40% 10%

Тест «Отбива-

ние мяча от

пола»

В - 10% - 10% 30% 70% 10% 20%

С 20% 40% 20% 40% 60% 30% 40% 70%

Н 80% 50% 80% 50% 10% - 50% 10%

Тест «Опреде-

ление ручной

ловкости при

подбрасывании

мяча».

В - 20% - 10% 30% 70% 10% 20%

С 40% 50% 40% 40% 50% 30% 40% 70%

Н 60% 30% 60% 50% 20% - 50% 10%

Тест «Полоса

препятствий»

В - 10% - 10% 20% 70% 10% 20%

С 20% 50% 20% 40% 60% 20% 40% 70%

Н 80% 40% 80% 50% 20% - 50% 10%

Общий

уровень

развития

ловкости

В - 10% - 6% 30% 78% 6% 20%

С 40% 46% 30% 48% 57% 22% 48% 70%

Н 60% 44% 70% 46% 13% - 46% 10%

Выявлено, что движения воспитанников экспериментальной группы отличаются

слаженностью, уверенностью, стремительностью, легкостью. Показателями

ловкости детей является то, что они быстро и без особых трудностей овладевают

новыми, все более сложными по координации движениями; умеют действовать

рационально, проявляя находчивость; быстро приспосабливаются к изменяющейся

ситуации, деятельности, добиваются четкости в решении двигательных задач,

точности воспроизведения пространственных, временных и силовых параметров

движений; становятся способными к более сложным ориентировкам в окружающей

обстановке, сохранению устойчивых положений тела в трудных, вариативных

условиях двигательной деятельности. О высоком уровне развития ловкости

свидетельствует хорошее выполнение детьми движений, включенных в подвижные

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**11**

игры с меняющимися условиями или осложненных дополнительными заданиями (бег

змейкой, с убеганием препятствий и др.).

К семи годам у большинства мальчиков и девочек появляется устойчивое стремле-

ние к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях.

Анализ результатов итоговой диагностики с очевидностью доказывает тот факт, что

организация подвижных игр является одним из педагогических условий, способству-

ющих развитию ловкости у старших дошкольников.

Таким образом, можно сделать вывод о целесообразности и эффективности приме-

нения подвижных игр с целью развития ловкости детей старшего дошкольного воз-

раста.

Таблица № 2.

**Ссылки на источники:**

1. Бауэр, О. П. Подвижные игры : учебное пособие для студентов / О. П. Бауэр; под ред. С. О.

Филипповой, Г. Н. Пономарева. – СПб.: ВВМ, С.331-332.

2. Вавилова, Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: пособие для вос-

питателя детского сада / Е. Н. Вавилова. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.

3. Глазырина, Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: метод. по-

собие / Л. Д. Глазырина, В. А. Овсянкин. - М.: Владос, 2000. - 262 с.

4. Дворкина, Н. И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов детей

дошкольного возраста / Н. И. Дворкина // Современный олимпийский спорт и спорт для всех. - 2003. -

Т-1. - С. 230-232.

5. Демчишин, А. А. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подрост-

ков: пособие для воспитателя детского сада / А. А. Демчишин, В. Н. Мухин, Р. С. Мозола. – К.: 1998. –

168 с.

6. Доронина, М. А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста / М. А. Дорони-

на // Дошкольная педагогика. - 2007. - № 4. - С.10-14.

7. Емельянова, М. Н. Подвижные игры как средство формирования самооценки / М. Н. Емелья-

нова // Ребенок в детском саду. - 2007. - №4. - С.29-33.

8. Ковалевский, А.К. Обогащение двигательного развития детей старшего дошкольного возрас-

та / А. К. Ковалевский.- Екатеринбург: 2007. - 138 с.

9. Кожухова, Н. Некоторые аспекты физического воспитания дошкольников / Н. Кожухова //

Дошкольное воспитание. - 2000. - №3. - С.52.

10. Кособуцкая, Г. В. Организация физической подготовки старших дошкольников / Г. В. Косо-

буцкая // Дошкольное воспитание. - 2009. - №12. – 39 с.

**0**

**10**

**20**

**30**

**40**

**50**

**60**

**70**

**80**

**2009, 1 2009, 2 2011г, 1 2011г,**

**2**

**высокий**

**средний**

**низкий**

Степанова В. С. Развитие ловкости у детей стар-

шего дошкольного возраста в процессе органи-

зации подвижных игр // Образовательные про-

екты «Совёнок» для дошкольников. – 2013. – №

5. – ART 130239. – 0,3 п. л. – URL:

http://www.covenok.ru/kids/issue/130239.htm. –

Гос. рег. Эл № ФС77-46214. – ISSN: 2307-9282

**12**

11. Кузнецов, В. С. Физическое упражнения и подвижные игры: метод. пособие / В. С. Кузнецов,

Г. А. Колодницкий. - М.: НЦ ЭНАС, 2006. - 151 с.

12. Мащенко, М. В. Физическая культура дошкольника : пособие для воспитателя детского сада

/ М. В. Мащенко, В. А. Шишкина. – М.: 2000. - 156 с.

13. Миронова, Р. М. Игра в развитии активности детей / Р. М. Миронова. – М.:1989. - 176 с.

14. Оценка физической подготовленности детей в условиях дошкольного образовательного

учреждения / Е. А. Сагайдачная, Т. Л. Богина, Т. С. Яковлева// Справочник старшего воспитателя до-

школьного учреждения. - 2007. - №3. - С.16-28.

15. Пензулаева, Л. И. Анатомо-физиологические особенности детей : учеб. пособие для студен-

тов / Л. И. Пензулаева; сост. Г. М.Лямина. - М.: Педагогика, 1984. – 190 с.

16. Рунова, М. А. Особенности организации занятий по физической культуре / М. А. Рунова //

Дошкольное воспитание. - 2003. - №9. – С.42-52.; №10. – С.56-63.

17. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду 5-7 лет : пособие для воспи-

тателя детского сада / М. А. Рунова. - М.: Мозаика-синтез, 2000. - 212 с.

18. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : учеб.

пособие / Э. Я. Степаненкова. - М.: Воспитание дошкольника, 2006. - 368 с.

19. Столяренко, Л. Д. Основы психологии: Практикум : учеб. пособие для студ. / Ред.-сост. Л. Д.

Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 556 с.

20. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста : методические

рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т. А. Тарасова. – М.: ТЦ Сфера, 2005. - 175 с.

21. Филиппова, С.О. Формирование у дошкольников двигательных навыков: пособие для воспи-

тателя детского сада / С. О. Филиппова, Г. Н. Пономарева. - СПб.: ВВМ, 2004. - С.101-108.

22. Хухлаева, Д. В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: пособие для

воспитателя детского сада / Д. В. Хухлаева. - М.: Просвещение, 1984. - 207 с.

23. Шебеко, В.Н. Физическое воспитание дошкольников: пособие для воспитателя детского сада

/ В. Н. Шебеко и др. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 176 с\_\_