

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**

**РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПОДВИЖНЫХ ИГРАХ**

Выпускная квалификационная работа
обучающегося по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование
профиль Дошкольное образование
очной формы обучения, группы 02021503
Самсоновой Ольги Анатольевны

Научный руководитель
д.п.н., профессор
Волошина Л.Н.

БЕЛГОРОД 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
Глава I. СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	7
В ПОДВИЖНЫХ ИГРАХ.....	7
1.1.Сущность понятия «координационные способности» детей старшего дошкольного возраста.....	7
1.2. Особенности развития координационных способностей у старших дошкольников.....	12
1.3.Теоретическое обоснование средств подвижных игр, обеспечивающих развитие координационных способностей старших дошкольников.....	20
ВЫВОДЫ ПО I ГЛАВЕ.....	26
Глава II. ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА .	28
2.1. Методы исследования координационных способностей у старших дошкольников в подвижных играх	28
2.2.Анализ уровня развития координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста.....	32
2.3. Методические рекомендации педагогам по развитию координационных способностей у старших дошкольников средствами подвижных игр	40
ВЫВОДЫ ПО II ГЛАВЕ	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	47
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	51
ПРИЛОЖЕНИЕ	57

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Идея гуманизации дошкольного образования является центральной в процессе его обновления. Ученые, специалисты-практики все более склоняются к выводу, что система физического воспитания дошкольников должна нести в себе целостное, гуманистическое воздействие на личность, обеспечивать реализацию права каждого ребенка на постоянное и наиболее полное физическое развитие. Дошкольный возраст является сенситивным для развития координационных особенностей.

По мнению ученого В.И. Ляха - координационные способности ребенка старшего дошкольного возраста выполняют в управлении его движениями важную функцию, а именно согласование, упорядочение разнообразных двигательных движений в единое целое соответственной поставленной задачей.

Уровень развития координационных способностей играет важнейшую роль в процессе целостной двигательной деятельности человека. В настоящее время, несмотря на разнообразие программ, внедряемых в дошкольных образовательных учреждениях проблема развития координационных способностей детей остаётся актуальной.

Так по данным Гурулевой Т.А. уровень развития координационных способностей ниже возрастных норм, что свидетельствует о необходимости совершенствования традиционно используемых и внедрения новых средств, форм и методов развития координационных способностей (17).

Как утверждают авторы Л.Н. Волошина, Л.И. Пензулаева, Ю.К. Чернышенко, разнообразные варианты подвижных игр, необходимые для развития координационных способностей - гарантия того, что можно избежать монотонности и однообразия в занятиях, обеспечить радость от участия в двигательной деятельности. Поэтому совершенствование координационных спо-

способностей в дошкольном возрасте является актуальной задачей процесса физического воспитания.

Проблемой развития координационных способностей у детей занимались отечественные ученые: Н.А. Берштейн, О.А. Двейрина, В.И. Усаков, П.Ф. Лесгафт, Л.Т. Майорова, Н. В. Панфилова, Blume D.-D, Л.И. Пензулаева, Е. Н. Вавилова и другие. А также педагоги современности: В.И. Лях, Сулейманов И. И, Кравчук Т. А, Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская, Hirtz P., Ludwig G., Wellnitz J.

Как показывают исследования Л.Н. Волошиной, В.И. Усакова О.Г. Галимской, из жизни современных детей исчезают увлекательные спортивные и подвижные игры, а мяч перестает быть «спутником детства». Дети не владеют элементарными игровыми умениями и действиями с мячом, ракетками, волнами. Все реже можно увидеть увлеченное игрой разновозрастное детское общество. Это отрицательно сказывается на уровне развития координационных способностей.

Анализ современных исследований позволил выявить противоречия между осознанием важности развития координационных способностей в дошкольный период детства как основы двигательной деятельности и недостаточностью средств их развития, используемых в практике физического воспитания дошкольников.

Проблема исследования: выявление средств развития координационных способностей в старшем дошкольном возрасте в подвижных играх.

Цель исследования: научное обоснование средств развития координационных способностей детей старшего дошкольного возраста в подвижных играх.

Объект исследования: процесс развития координационных способностей детей 6-го года жизни в подвижных играх.

Предмет исследования: средства подвижных игр, обеспечивающие развитие координационных способностей старших дошкольников.

Гипотеза исследования: предполагается, что развитие у детей координационных способностей будет успешным, если использовать следующие средства:

- Игровые ситуации, направленные на формирование способности к перестроению двигательных действий;
- Игровые ситуации, направленные на развитие реакции на движущиеся объекты;
- Игровые ситуации, направленные на развитие способности к ориентировке в пространстве.

Задачи исследования:

1. Определить сущность понятия «координационные способности» у детей старшего дошкольного возраста.
2. Выявить особенности развития координационных способностей у старших дошкольников.
3. Обосновать средства развития координационных способностей у старших дошкольников в подвижных играх.
4. Определить методы исследования координационных способностей у старших дошкольников в подвижных играх.
5. Установить уровень сформированности координационных способностей и разработать методические рекомендации педагогам по развитию координационных способностей средствами подвижных игр.

Теоретическая и методологическая основы исследования базируются на теории двигательных способностей Л.П. Матвеева, В.И. Ляха, современных представлениях о развитии двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста (В.К. Бальсевич, Т.И. Осокина, В.И. Лях, Л. Н. Волошина, О. Г. Галимская).

Методы исследования: теоретические (анализ педагогической и методической литературы, обобщение, сравнение, интерпретация фактов), практические (наблюдение, анкетирование, тестирование), количественный и качественный анализ полученных данных.

База исследования. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №15 города Белгорода», старшая группа – 20 детей.

Структура и содержание работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложения. Во введении обоснована актуальность выбранной темы, излагается проблема исследования, определяются его цель, объект, предмет, гипотеза и задачи. Первая глава посвящена обзору литературы по проблеме исследования. Во второй главе определена последовательность и направленность этапов работы, подобраны методы научного познания и методики исследования, представлены результаты исследования. Дипломная работа состоит из 58 страниц печатного текста, 64 источников библиографического списка, одного приложения.

Глава I. СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПОДВИЖНЫХ ИГРАХ

1.1. Сущность понятия «координационные способности» детей старшего дошкольного возраста

В научной литературе существует множество подходов к трактовке данного понятия.

Ценные исследования в области развития координационных способностей дошкольников принадлежат известным авторам Г. С. Жигалину (20), Е.Н. Вавиловой (11). Под «координационные способности» они подразумевают разновидность проявления физического качества, обеспечивающего наиболее эффективное выполнение двигательного действия, благодаря согласованной во времени и пространстве работе мышечных групп.

Проанализировав понятийный словарь по теории физической культуры и спорта, мы нашли следующее определение координационных способностей:

Координационные способности – это способность целесообразно координировать движения при построении и воспроизведении новых двигательных действий (19).

Ценные исследования принадлежат Л.Т. Майоровой. Автор под координационными способностями это совокупность двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при неожиданных ситуациях (44).

Наличие множества вариантов понятия «координация и координационные способности» можно объяснить тем, что координационные способности старшего дошкольника представляют собой сложное образование. С одной стороны, они могут быть отнесены к процессу воспитания физических ка-

честв, а с другой стороны, координация и координационные способности тесно вплетены в процесс управления двигательными действиями.

К числу основных координационных способностей, как описано в работе Ю. Ф. Курамшина, относятся (32):

1. Способность ориентироваться в пространстве.
2. Способность к равновесию.
3. Способность к перестраиванию движений.
4. Способность приспосабливаться к изменяющейся ситуации и к необычной постановке задач.
5. Способность к выполнению заданий в заданном ритме.
6. Способность к управлению временем двигательных реакций

Известный педагог современности В.И. Лях считает, что координационным способностям принадлежит одно из центральных мест среди других двигательных способностей (36). Педагог считает, что в последнее время, чтобы конкретизировать понятие «ловкость», педагоги и ученые стали пользоваться термином «координационные способности». В.И. Лях приходит к выводу, что общепринятая трактовка термина «ловкость», принятая еще в 30 – е годы в настоящее время не актуальна, в связи с несоответствием большинства фактов, которые были получены в практике и экспериментальным путем.

Ценные исследования можно получить из работ ученых, таких как Б.К. Басильевич и Е.П. Ильин. Педагоги под координационными способностями понимали совокупность двигательных способностей и двигательных возможностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умение перестраивать двигательную деятельность адекватно неожиданно меняющимся ситуациям (22; 4).

Анализ публикаций Н.А. Бернштейна, Е.Н. Вавиловой, Э.С. Вильчковского, Д.В. Хухлаевой, Л.П. Матвеева, О.А. Двейриной, Г.Н. Германова и др. показал, что в целом все толкования восходят к трактовке, которую предложил известный психофизиолог Н.А. Бернштейн (6). Под «ловкостью» он по-

нимал «способность справиться с возникшей двигательной задачей: правильно, быстро, рационально, находчиво».

Большинство исследователей поддерживают взгляды Н.А. Бернштейна. Так, например, Л.П. Матвеев (45), Е.Н. Вавилова (10) считают, что «ловкость» - это «способность быстро овладевать новыми движениями, быстро перестраивать деятельность в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки».

В работах Ю.Ф. Курамшина (32) и Л.Д. Глазыриной (16) понятие «ловкость» определяется как комплексное проявление координационных способностей. В работах названных авторов используется понятие «координационные способности», т.к. в основе данного понятия лежит «координация». Под «координационными способностями» Ю.Ф. Курамшин и Л.Д. Глазырина понимают результат согласованного сочетания функциональной деятельности различных органов и систем организма в тесной взаимосвязи между собой.

В работах Е.П. Ильина написано, для детей старшего дошкольного возраста координационные способности выполняют в управлении их движениями важную функцию: согласование и упорядочивание разнообразных двигательных движений в единое целое соответственно поставленной задаче (23).

Ценные исследования принадлежат известному педагогу Б.А. Ашмарину. Проанализировав его работу в области физической культуры, мы пришли к выводу, что значимость воспитания координационных способностей у старших дошкольников объясняется четырьмя причинами (3):

1. Хорошо развитые координационные способности являются необходимыми предпосылками для успешного обучения физическим упражнениям. Координационные способности ведут к увеличению двигательного опыта, они влияют на темп, вид и способ усвоения спортивной техники.

2. Сформированные координационные способности являются необходимым условием подготовки детей к взрослой жизни. Они способствуют эффективному выполнению рабочих операций при постоянно растущих тре-

бованиях в процессе деятельности, повышают возможности человека в управлении своими движениями.

3. Координационные способности обеспечивают экономное расходование энергетических ресурсов детей дошкольников, т.к., чтобы рационально расходовать свои силы, ребенку нужно точно дозированное во времени, пространстве и по степени наполнения мышечное усилие и оптимальное использование соответствующих фаз расслабления.

4. Большой выбор упражнений, которые необходимы для развития координационных способностей, помогает избежать монотонности и однообразия в занятиях, прогулках, обеспечить радость от участия в двигательной деятельности (3).

Ценные исследования в данной области принадлежат П.Ф. Лесгафту. Он считал, что одной из важнейшей задачи физического воспитания детей дошкольного возраста является развитие двигательной функции и умение управлять своими движениями. Педагог, отмечал важность умения изолировать отдельные движения, сравнивать их между собой, сознательно управлять ими и приспосабливаться к препятствиям, преодолевать их с возможно большей ловкостью. Координационные способности ребенка старшего возраста выполняют в управлении его движениями важную функцию, а именно согласование, упорядочивание разнообразных двигательных действий в единое целое соответственной поставленной задачи (34).

Данные в области физической культуры, свидетельствуют о том, что на сегодняшний день педагоги и специалисты по физической культуре не пришли к единому мнению о классификации координационных способностей, которая была бы общепризнанной в теории и практике физической культуры.

В нашем исследовании мы взяли классификацию известного педагога современности В. И. Ляха, он выделяет следующие виды координационных способностей (38):

1. Специфические.
2. Специальные.

3. Общие.

Под специальными координационными способностями Владимир Иосифович понимает однородные по психофизиологическим механизмам группы целостных целенаправленных двигательных действий, систематизированных по возрастающей сложности.

Специальные координационные способности относятся к однородным по психофизиологическим механизмам группам двигательных действий, систематизированных по возрастающей сложности. В этой связи В.И. Лях различает специальные координационные способности:

- во всевозможных циклических (например, ходьба, бег, ползание и т.д.) и ациклических двигательных действиях (прыжки);
- в не локомоторных движениях тела в пространстве (акробатические и гимнастические упражнения);
- в движениях манипулирования в пространстве отдельными частями тела (движения прикосновения, укола, обвода контура и т.п.);
- в движениях перемещения вещей в пространстве (перекладывание предметов, подъем тяжестей);
- в метательных двигательных действиях с установкой на дальность и силу метания (толкание ядра, метание молота, диска, гранаты);
- в метательных движениях на меткость (метания или броски различных предметов в цель).

По мнению педагога, специфические координационные способности – это возможности ребенка, которые определяют его готовность к оптимальному управлению отдельными специфическими заданиями на координацию – на равновесие, ритм, ориентирование в пространстве, реагирование, переключение двигательной деятельности, согласование, дифференцирование параметров движений и др.

А под общими координационными способностями В. И. Лях понимает способности старшего дошкольника к согласованию и соподчинению отдельных движений в единую, целостную двигательную деятельность.

Для эффективного формирования координационных способностей необходимо выработать конкретные пути и средства совершенствования соответствующих видов координационных способностей с учетом их места и роли в общей системе двигательной деятельности ребенка старшего дошкольного возраста. Этим обусловлена необходимость классификации координационных способностей (39).

Таким образом, за основу в нашем исследовании мы берем следующее определение координационных способностей – это совокупность двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при неожиданных ситуациях. Дошкольный период является сенситивным для развития координационных способностей. Далее мы остановимся на особенностях развития координационных способностей в старшем дошкольном возрасте.

1.2. Особенности развития координационных способностей у старших дошкольников

Ценные исследования в области физической культуры были обнаружены в работах Осокиной Т.И. Она считала, что формирование и развитие координационных способностей нужно начинать с самого раннего возраста. Возраст 4-7 лет считается сенситивным для становления многих двигательных навыков, в том числе координационных (47).

По мнению немецкого ученого Blume D.-D старший дошкольный возраст является благоприятным для развития координационных способностей, что позволяет при рациональной методике обучения легко овладевать разнообразными двигательными навыками. Физические качества важны для овладения программными умениями, для активного проявления в играх и упражнениях. Педагогическое воздействие следует направлять на развитие физиче-

ских качеств, учитывая индивидуальные особенности детей. Именно в этот период жизни ребенка рекомендуется проводить интенсивную работу по формированию его координационных способностей. В дошкольный период детства ребенок учится соединять движения отдельных частей тела в одно двигательное действие, которое производится экономично, легко, пластично и четко (62).

Исследования В. Н. Ляха и И.И. Сулейманова доказывают, что в детском возрасте развитие координационных способностей происходит в тесной связи с развитием психических качеств и функций нервной системы. Показателями тренированности ЦНС являются рост подвижности, концентрации внимания, сосредоточенности и уравновешенности. Используя игровую деятельность как форму тренировки, можно ускорить и усовершенствовать процесс развития координации движений (42; 54).

У старших дошкольников наблюдается высокая пластичность всех психических функций, и поэтому, двигательные навыки у детей формируются достаточно легко. Большинство детей имеют достаточный уровень сформированности координационных способностей и легко могут соединить отдельные движения в одно двигательное действие.

Ценные данные можно найти в работах Т.А. Тарасова (56) и Д.Б. Юшкевич (60). Ученые считают, что дошкольный возрастной период называется «Золотым возрастом», т.к. в этом возрасте наблюдается высокий темп развития координационных способностей. Чтобы обучение было успешным, нужно, чтобы координационные способности были хорошо развиты.

Возраст 5-7 лет считают периодом, когда за год ребенок может вырасти на 7-10 см. Данные показывают, что средний рост ребенка в 5-6 лет составляет 106-107 см, а масса тела 17-18 кг. В среднем в месяц у детей старшего дошкольного возраста прибавка массы тела 200 г, а роста 0,5 см.

Известный педагог Л.И. Пензулаева (50), считает, что каждый возрастной этап особенный, т.к. он характеризуется разной интенсивностью отдельных частей тела. У мальчиков и у девочек одинаково быстро увеличиваются

длина конечностей, ширина таза и плеч, однако имеются индивидуальные различия в этих показателях, а также различия между мальчиками и девочками.

Антропометрические признаки, к примеру, масса тела, рост и т.п., в разной степени взаимосвязаны и это влияет на физическую подготовленность ребенка. Также влияют на физиометрические данные, в основном на величину показателей становой и кистевой динамометрии. Становая динамометрия – это определение силы мышц туловища, которые участвуют в сохранении позы прямостояния и рабочей позы на занятиях. Кистевая динамометрия – это определение силы мышц кисти. Вместе с тем сами физиометрические показатели на протяжении старшего дошкольного периода жизни ребенка увеличиваются.

Ценные данные принадлежат известному педагогу Н.В. Панфиловой, которая в своих работах писала, что развитие координационных способностей непосредственным образом связано с совершенствованием пространственных и временных ориентировок, т.к. координация определяется умением быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с внезапно меняющейся обстановкой. В этих упражнениях предъявляются повышенные требования к вниманию, сообразительности, скорости реакции, так как условия могут меняться быстро и неожиданно (49).

Проанализировав работы педагога О. А. Двейриной, мы выяснили, что развитие координационных способностей нужно осуществлять с раннего возраста, поэтому развивать координационные способности нужно начиная с раннего возраста. Но так как совершенствование координации у детей раннего возраста процесс сложный и трудный, О. А. Двейрина, отмечала, что наиболее благоприятный для развития координационных способностей это старший дошкольный возраст (18).

Ценные исследования мы получили, анализируя работы Э.Я. Степаненковой (53). Педагог утверждает, что координационные способности можно развивать с помощью общеразвивающих упражнений с необычными исход-

ными положениями. В своих исследованиях она приходит к выводу, что подвижная игра как сознательная, активная деятельность ребенка, наилучшим способом может развить ловкость у дошкольников.

Результаты исследований Л.Д. Назаренко (46) свидетельствуют о необходимости для развития ловкости и координации движений достаточной самостоятельной двигательной активности детей вне дошкольного учреждения и применения новых вариантов выполнения разученного двигательного действия в различных спортивных играх.

В.Н. Шебеко (59) также считает, что разнообразие упражнений, которые будет постоянно включать в себя элемент новизны, способствует развитию ловкости и координации движений. При этом исследователь рекомендует использовать упражнения: в метании в неподвижную и движущуюся цель; в равновесии (статическом и динамическом); упражнения вариативного характера, например, дошкольнику предлагается выполнить упражнение из разных исходных положений или задев какой-либо предмет. По ее мнению, в рамках дошкольного учреждения необходимо давать подобные задания непродолжительное время, в связи с большой четкостью мышечных ощущений и напряженного внимания.

Исследования Т.М. Панкратович (48) подчеркивают значимость создания физкультурно-игровой среды в дошкольном учреждении, как важнейшего условия для развития координации у дошкольников. По мнению ученого, в сфере дошкольного образования следует разнообразить программу воспитания координации вариантами основных видов движений, их комбинациями, необходимо разграничить упражнения, направленные дифференцировку, технику выполнения движений, при этом важно учитывать биомеханику движений в различных плоскостях пространства.

Результаты исследований Д. М. Правдова (51), С.Ю. Бесшапошниковой (8) подтверждают целесообразность развития координации движений у детей старшего дошкольного возраста через использование упражнений с уменьшенной опорой, вращением, балансировкой и выбором вектора движения.

Исследователи утверждают, что упражнения на уменьшенной опоре могут быть организованы как отдельные комплексы занятий или же сочетаться с традиционными средствами физической культуры. В комплексы, по мнению авторов названных исследований, можно включать упражнения общеразвивающего, танцевального характера; упражнения, позволяющие развить ориентировку в пространстве, динамическое и статическое равновесие; подвижную игру с сюжетом для того чтобы поддержать эмоциональный настрой детей. Также рекомендуется постепенно усложнять задания: например, повышать уровень опоры до 20 см, изменять исходные положения на опоре, скорость, амплитуду движений, темп. При этом нагрузка должна соответствовать возрасту, индивидуальному опыту в двигательной сфере и эмоциональному состоянию детей.

Ценные исследования мы получили, анализируя работу Д.Б. Юшкевич (60). Педагог считает, что для развития точности движений у детей старшего дошкольного возраста следует использовать специальные упражнения в метаниях во всех формах физкультурно-оздоровительной работы. При подборе упражнений важно учесть соответствие двигательных действий анатомическому строению суставов, дифференцированно подойти к развитию мышечных групп, и всего опорно-двигательного аппарата ребенка. Можно использовать упражнения, в основе которых ребенок дошкольник принимает необычные исходные положения тела в пространстве, в вертикальном и горизонтальном положении. Упражняясь в метании, ребенок может выполнять движения отдельными звеньями опорно-двигательного аппарата, используя при этом разное расположение предметов. По мнению ученого, важно разнообразить метательные упражнения в цель разными направлениями движения: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вниз, в сторону, а также использовать различный инвентарь по размеру, форме, цвету, весу. В ходе выполнения упражнения, увеличить или уменьшить расстояние до цели, ориентируясь на возможности выполнения каждым ребенком индивидуально. Также автор рекомендует организовать игры и эстафеты с метанием, при выполнении кото-

рых будут созданы необычные условия выполнения задания, например, метание различными частями тела.

Однако улучшение отдельных координационных способностей в разные периоды дошкольного возраста, как и у старших школьников протекает неравномерно и разновремено. Педагоги в области физического воспитания Л. Т. Майорова, Н. В. Панфилова, Л. И. Пензулаева, Э. Я. Степаненкова, объясняют эти процессы естественным ростом ребенка старшего дошкольного возраста, высоким развитием морфофункциональных систем и психофизиологических функций его организма, а также влиянием спонтанной и организованной двигательной активности (воздействий, тренировок) и среды обитания, в которой он растет. Приведем наиболее характерные экспериментальные данные (44; 49; 50; 52).

Согласно результатам, Л. Т. Майоровой, которая сопоставляла темпы прироста координационных способностей у дошкольников, наиболее выраженные сдвиги по большинству показателей координационных способностей приходится на пятый год жизни. По таким показателям координационные способности, как дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров, наибольший скачок приходится на возраст от 5 до 6 и от 6 до 7 лет (44).

Данные, полученные Л.Т. Майоровой свидетельствуют о том, что показатели координационных способностей в пределах одной возрастно-половой группы сильно, отличаются. В то же время исследователь обратила внимание на то, что были и те, кто от стаял от «среднего» ребенка своей возрастно-половой группы на два года. Итак, уже у детей дошкольного возраста, начиная с 4-х лет, в отношении развития координационных способностей может наблюдаться различие в четыре года.

В исследованиях педагога Н. В. Панфиловой мы проанализировали динамику развития координационных способностей детей 4–6 лет. Она выявила более интенсивный рост этих способностей в период от 4 к 5 годам, который составил по таким показателям координационных способностей, как способ-

ности к равновесию, согласованию двигательных действий, реакции, свыше 50 %. Несколько меньший прирост результатов выявлен у дошкольников от 5 до 6 лет. Наибольший прирост в этом возрасте обнаружен в показателе способности к равновесию. Н. В. Панфилова, как и Л.Т. Майорова, обратила внимание на большой разброс индивидуальных результатов координационных способностей внутри каждой возрастно-половой группы (49).

По мнению В.С. Фарфеля ребенок в возрасте 5-6 лет физически крепнет, у него начинают развиваться на более высоком уровне координационные способности при выполнении основных движений (ходьба, бег, прыжки) (58).

Для развития координационных способностей в физическом воспитании, по мнению И.И. Сулейманова, у старших дошкольников необходимо использовать следующие методы (55):

1. Стандартно-повторного упражнения;
2. Вариативного упражнения;
3. Игровых ситуаций;
4. Соревновательный.

Стандартно-повторный метод применяют при разучивании новых достаточно сложных двигательных действий, т.к. овладеть ими ребенок сможет лишь после большого количества повторений.

Метод вариативного упражнения включает в себя два направления: строгая и нестрогая регламентация.

К строгой регламентации относятся:

1. Строго заданное варьирование всего освоенного двигательного действия, изменение скорости по предварительному заданию или внезапному сигналу темпа движений;
2. Изменение исходных и конечных положений (например, без из положения приседа, выполнение упражнений с мячом из исходного положения);

3. Изменение способов выполнения действия (бег лицом вперед, спиной, боком);
4. «Зеркальное» выполнение упражнений (смена толчковой и маховой ноги);
5. Выполнение освоенных двигательных действий после воздействия на вестибулярный аппарат (упражнения в равновесии сразу после кувырков);
6. Выполнение упражнений в специальных очках или закрытыми глазами (упражнения в равновесии);

Методические методы нестрого регламентированного варьирования связаны с использованием необычных условий естественной среды (передвижение на лыжах по пересеченной местности), преодоление произвольным способом полосы препятствий и т.п.

В исследованиях педагога В.И. Ляха игровой метод является эффективным методом в воспитании координационных способностей с дополнительными заданиями или без них, который предусматривает выполнению упражнений либо в ограниченное время, либо в определенных условиях, либо определенными двигательными действиями и т.п. Игровой метод без дополнительных заданий характеризуется тем, что возникающие двигательные задачи ребенок должен решать самостоятельно, опираясь на собственный анализ сложившейся ситуации (41).

Таким образом, в нашем исследовании мы выявили следующее: у старших дошкольников наблюдается высокая пластичность всех психических функций, и поэтому, двигательные навыки у детей формируются достаточно легко; в дошкольный период детства ребенок учится соединять движения отдельных частей тела в одно двигательное действие, которое производится экономично, легко, пластично и четко; совершенствуются процессы нервной высшей деятельности. Это создает предпосылки для усиленного развития координационных способностей, т.е. дошкольный период детства является сензитивным в развитии

координационных способностей. Поэтому, учитывая сензитивность старшего дошкольного возраста к развитию координационных способностей необходимо обеспечить возможность регулирования и соизмерения соответственных действий, обогащение фонда жизненно важных навыков и умений детей. Далее мы остановимся на влиянии средств подвижных игр в развитии координационных способностей у старших дошкольников.

1.3. Теоретическое обоснование средств подвижных игр, обеспечивающих развитие координационных способностей старших дошкольников

Всестороннее влияние на развитие координационных способностей детей старшего дошкольного возраста оказывают подвижные игры. В процессе подвижной игры у детей старшего дошкольного возраста происходит деятельное состояние организма: усиление жизненно важных функций, обменных реакций.

Подвижные игры требуют вовлечения всех мышечных групп в работу, усиливают кровообращение, активизируют работу легких, способствуют насыщению организма кислородом, повышению жизненного тонуса. В подвижных играх содействует развитию гибкости скелета, суставов, скелетных мышц, увеличивают их мускульную силу, развивает необходимые координационные способности эта интенсивность, с которой старшие дошкольники играют в игры.

Развитию моторики старших дошкольников, уменьшению заторможенности способствуют подвижные игры. Таким образом, можно сказать, что подвижная игра целостно воздействует на организм ребенка, активизирует взаимосвязанные функции органов и систем, в том числе и нервной системы, что повышает функциональный уровень всех психической деятельности старших дошкольников.

Немецкие педагоги Hirtz P., Ludwig G., Wellnitz J. считали, что определенной спецификой обладает и подвижная игра. Она требует от дошкольников быстрой смены реакции на изменения игровой обстановки, в определенных играх способности сохранять равновесие, что является предпосылкой развития координационных способностей. Например, сигналы «построиться» вызывают у детей быструю реакцию на изменение действий, направления характера движения: легкий бег в рассыпную заменяется на целеустремленный бег в прямом направлении для скорейшего построения в колонны друг за другом, таким образом, у детей старшего дошкольного возраста в подвижных играх развиваются координационные способности (64).

В своих исследованиях К.Д. Ушинский определил образовательную ценность подвижной игры. Игру он представлял своеобразным зеркалом действий и переживаний ребенка дошкольника. Он считал, что игра интересна ребенку тогда, когда она ему понятна (57).

В отечественных исследованиях отмечается, что подвижные игры оказывают положительное влияние на развитие координационных способностей ребенка.

Известный отечественный педагог П.Ф. Лесгафт в своих работах утверждал, что подвижная игра связана с инициативным моментом решения двигательных задач. Именно это имеет притягательную силу для ребенка дошкольника, а для педагога это связано с решением образовательных и воспитательных задач, в том числе и развития координационных способностей (34).

П.Ф. Лесгафт внес большой вклад в развитие подвижных игр дошкольников. Он разработал оригинальную систему физического воспитания в России, в которой большое место отводилось подвижной игре. Петр Францевич писал: «В играх применяется все то, что усваивается при систематических занятиях, поэтому все производимы здесь движения и действия вполне возможно большей точностью и ловкостью» (34, 325). Это высказывание педа-

гога подчеркивает особую роль подвижных игр в развитии координационных способностей старших дошкольников.

В своей работе П.Ф. Лесгафт указывает, что каждая подвижная игра должна иметь определенную цель, а формы игры отвечать ей. Нужно, чтобы двигательные действия ребенка соответствовали его умениям владеть собой. Эти действия предварительно усваиваются в систематических упражнениях.

Проанализировав работы П.Ф. Лесгафта, мы выявили, что нужно систематически проводить подвижные игры, т.к. они содействуют развитию у детей умения управлять своими действиями, приучают действовать в быстро меняющихся ситуациях, приучают детей дошкольников выполнять правила, ценить товарищество.

Множество вариантов высказывания о влиянии подвижных игр на развитие координационных способностей педагогов прошлых лет имеют не только историческое значение, они актуальный и в настоящее время.

Ценные исследования принадлежат известному педагогу Д.В. Хухлаевой, она считает, что в подвижных играх у детей старшего дошкольного возраста формируются координационные способности.

Педагог отмечает, что прежде чем организовывать работу, нужно произвести отбор подвижных игр, которые способствовали бы развитию у дошкольников координационных способностей. Например, игры с использованием общеразвивающих упражнений, игры с мячом, скакалкой. Д.В. Хухлаева так же считает, что необходимо составить план проведения подвижных игр, которые используются в профессиональной деятельности педагога на прогулках, на занятиях, при проведении спортивных досугов. В самостоятельной деятельности лучше всего использовать игры, которые хорошо знакомы детям (26).

Отталкиваясь от работы Д.В. Хухлаевой делаем вывод, что для развития координационных способностей следует использовать следующие виды подвижных игр:

1. Игры с различными предметами.

2. Игры с быстрой сменой движений.
3. Игры на ориентировку в пространстве.

Ценные исследования принадлежат А.В. Кенеман. Мы выяснили, что педагог разработала научную основу и значительно углубила методические подходы к физическому воспитанию (26).

А.В. Кенеман убедительно раскрывала важность формирования двигательной культуры, начиная с раннего возраста. Она считала, что именно в подвижных играх развивается подвижность нервных процессов, умение дошкольников быстро реагировать на изменение обстановки, адаптироваться к ней, развивать быстроту и четкость реакции, ориентировку в окружающей среде, что составляет основу развития координационных способностей.

Ценные исследования по использованию подвижных игр для совершенствования координационных способностей принадлежат Т.А. Кравчуку. Он рекомендовал использовать подвижные игры с предметами (скакалкой, мячом и т.д.), в паре или небольшой группой (31).

Развитие координационных способностей требует выполнения упражнений в разных вариантах, чтобы повысить уровень координационной трудности, что очень важно для нашего исследования. Чем больше у ребенка накапливается двигательных навыков, тем легче идет усвоение новых движений и совершенствуется ловкость.

При выборе динамических упражнений следует учитывать возрастные особенности старших дошкольников, такие как слабость мышц, недостаточная регуляция нервной системы, так же нужно чередовать разные виды движений, активных действий или отдыха.

Ценные исследования принадлежат известному педагогу современности В.И. Ляху. Он считает, что упражнения на развитие координационных способностей можно проводить в форме игровых и соревновательных упражнений (в том числе и подвижных игр), которые являются действенным средством воспитания определенных координационных способностей, так

как в данном случае создаются условия максимального неожиданного их проявления (38).

В процессе подвижных игр у старших дошкольников развиваются не только координационные способности, но и физические и умственные способности, совершенствуются определенные навыки и умения, волевые качества. Поэтому соревновательные и игровые упражнения – это средство развития и совершенствования самых разнообразных свойств личности, куда относятся координационные способности.

Исследование влияния подвижных игр (в том числе и спортивных) на развитие координационных способностей старших дошкольников посвящены работы Л.Н. Волошиной (13). Автор доказывает, что игровые программы и технологии физического воспитания старших дошкольников оказывают значительно влияние на развитие координационных способностей.

Педагог современности О.Г. Галимская, что подвижные и спортивные игры являются необходимым средством развития гармонично-развитой личности старшего дошкольника. Являясь частью целостной системы физического воспитания дошкольников, подвижные и спортивные игры ориентированы на достижение цели в условиях игрового противоборства с соблюдением определенных правил. Использование их как средства и формы организации физического воспитания способствует формированию всех компонентов двигательного опыта, в том числе и развитию координационных способностей (15).

Для того чтобы улучшать координационные способности целесообразно использовать игровые ситуации, направленные на способности к перестроению двигательных действий, на развитие реакции на движущиеся объекты, на развитие способности к ориентировке в пространстве.

В них ребенок может самостоятельно изменить характер движения, быстроту, в зависимости от меняющихся ситуаций. Правильная двигательная реакция ребенка дошкольника определяется умением быстро выбрать

направление и скорость движущегося предмета с учетом расстояния и времени его приближения.

Педагоги прошлого и педагоги современности пришли к единому мнению – подвижные игры являются средством развития координационных способностей. В подвижных играх ребенок должен проявлять быстроту, сообразительность, умение ловко двигаться между предметами, проявлять инициативу при неожиданно изменяющихся обстоятельствах, используя благоприятные моменты для этого с помощью пространственной и временной ориентировок.

ВЫВОДЫ ПО I ГЛАВЕ

Теоретические аспекты развития координационных способностей в старшем дошкольном возрасте средствами подвижных игр, рассмотрены в работах отечественных ученых: Н.А. Берштейн, О.А. Двейрина, В.И. Усаков, П.Ф. Лесгафт, Л.Т. Майорова Н. В. Панфилова, Blume D.-D, Л. И. Пензулаева, Е. Н. Вавилова и другие. А также педагоги современности: И. И. Сулейманов, В.И. Лях, Т. А. Кравчук, Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская, Hirtz P., Ludwig G., Wellnitz J.

В основу нашего исследования мы берем определение Л.Т. Майоровой. Координационные способности – это совокупность двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при неожиданных ситуациях. Анализ исследований свидетельствует о том, что дошкольный период является сенситивным для развития координационных способностей. Однако в педагогическом процессе необходимо учитывать особенности развития координационных способностей в подвижных играх.

А именно: у старших дошкольников наблюдается высокая пластичность всех психических функций, и поэтому, двигательные навыки у детей формируются достаточно легко; в дошкольный период детства ребенок учится соединять движения отдельных частей тела в одно двигательное действие, которое производится экономично, легко, пластично и четко; совершенствуются процессы нервной высшей деятельности. Это создает предпосылки для усиленного развития координационных способностей. Поэтому, учитывая сензитивность старшего дошкольного возраста к развитию координационных способностей необходимо обеспечить возможность регулирования и соизмерения соответственных действий, обогащение фонда жизненно важных навыков и умений детей.

Педагоги прошлого и педагоги современности, пришли к единому мнению - подвижные игры являются средством развития координационных спо-

способностей. В подвижных играх ребенок должен проявлять быстроту, сообразительность, увертливость, умение ловко двигаться между предметами, проявлять инициативу при неожиданных изменениях ситуации, используя благоприятные моменты для этого с помощью пространственной и временной ориентировок. Средствами развития координационных способностей в подвижных играх являются задания, связанные с ограничением времени, изменением способа выполнения действий и условий выполнения.

Глава II. ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Методы исследования координационных способностей у старших дошкольников в подвижных играх

Наше исследование предполагает изучение и анализ уровня развития координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста.

Опираясь на теоретические предпосылки, изложенные нами в теоретической части исследования, мы определили следующие практические задачи:

1. Определить методы исследования координационных способностей у старших дошкольников в подвижных играх в процессе физического воспитания.

2. Выявить особенности и оценить уровень развития координационных способностей у старших дошкольников.

3. Определить средства развития координационных способностей у старших дошкольников в подвижных играх, разработать методические рекомендации по их использованию.

Методы исследования, используемые в нашем исследовании для определения уровня развития координационных способностей:

1. Педагогическое наблюдение.
2. Тестирование (программа Истоки).
3. Проведение анкетирования родителей детей старшего дошкольного возраста.
4. Анализ результатов анкетирования.
5. Метод математической обработки данных.

В.И. Лях рекомендовал следующие параметры для педагогического наблюдения:

1. Способность к перестроению двигательных действий. Для формирования данной координационной способности наиболее пригодны упражнения, требующие быстрого подчас мгновенного реагирования на внезапно ме-

нящуюся обстановку. Это аналитические синтетические координационные упражнения подвижных и спортивных игр.

Педагог предлагает следующие игры, которые можно использовать в педагогическом наблюдении:

- Игра «Бери скорее». Дети располагаются в центре игровой площадки, выстроившись в две шеренги друг напротив друга. Расстояние между ними примерно два метра. На расстоянии 10-15 м за каждой шеренгой обозначаются ограничительные линии. Между парой играющих располагают предмет (например, кубик). Исходное положение – сидя, лежа. Воспитатель подает сигнал, и каждый игрок должен как можно быстрее поднять предмет и забежать за ограничительную линию, ребенок, который не успел схватить предмет, должен как можно скорее забежать за ограничительную линию.

Победившим считается тот ребенок, который первым схватил предмет и первым забежал за ограничительную линию, ему ставится 3 балла. Ребенку, который успел схватить предмет, но прибежал вторым (и наоборот), ставится 2 балла. И 1 балл ставится, когда ребенка не успел схватить предмет и прибежал вторым.

- Вторая игра, рекомендованная В.И. Ляхом это подвижная игра «Челночный бег». Дети делятся на две команды (мальчики и девочки), в колонны друг за другом. Перед каждой командой лежат три кубика. В 10 метрах проводится линия финиша. По сигналу, первые кто стоит в колонне берут один кубик и бегут к линии финиша, кладут кубик на линию и возвращаются за вторым, также поступают и с третьим. Когда третий кубик положен, ребенок поднимает руку вверх. Игра проводится на время. Победившим считается тот ребенок, который справился с заданием за: мальчики 10,0 с., девочки 11,0 с. Мальчикам, которые прибежали за 10,1-11,0 с. и девочкам за 11,1-12,0 с. ставится два балла. 1 балл становится если у девочек показатель больше 12,1 с., у мальчиков больше 11,2.

2. Способность к ориентировке в пространстве. Автор предлагает использовать следующие упражнения (в подвижных играх) на ориентировку в пространстве:

- «Играй, играй, мяч не теряй». Дети располагаются на площадке, у каждого в руках мяч, свободно играют. После сигнала свистка и команды воспитателя, ребенок должен поднять мяч вверх, вниз и т.п. 3 балла если ребенок ни разу не ошибся, 2 балла если допустил 1-2 ошибки. 1 балл если допустил более 2-х ошибок.

3. Далее этим автором подчеркивается необходимость оценивать способность сохранять равновесие. Проявления равновесия разнообразны. В. И. Лях рекомендовал использовать упражнения по ходу выполнения движения - динамическое равновесие.

- «Кто сможет донести шарик на ракетке». Дети становятся в две колонны друг за другом. В руках у детей теннисная ракетка и теннисный шарик. Дети по очереди несут мяч до ориентира (расстояние 8-9 метров), стараясь не уронить шарик. Если шарик упал, ребенок должен поднять его и продолжить с того места, где упал шарик. 3 балла ставится детям, кто не уронил мяч, 2 балла тому, кто уронил 1 раз и 1 балл ставится тем детям, кто уронил более 1 раза.
- Удержание мешочка на голове. Дети становятся в две колонны друг за другом. На голове у каждого ребенка мешочек с песком. Дети по одному несут мешочек до линии финиша, стараясь его не уронить и не поддерживать рукой. 3 балла получают дети, которые не уронили мешочек и не поддерживали его рукой, 2 балла, которые уронили 1 раз или поддерживали рукой, 1 балл, которые уронили более одного раза.

Задания для диагностики координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по программе «Истоки».

1. Сохранение статического равновесия, стоя на линии (пятка одной ноги примыкает к носку другой).

Содержание задания: ребенок становится на линию, принимает исходное положение: носок сзади стоящей ноги, должен примыкать к пятке впереди стоящей ноги, стопы должны располагаться по прямой линии, руки опущены вниз, ребенок стоит прямо, смотрит вперед. В таком положении надо сохранить равновесие в течении 20 с. Ребенку предлагается две попытки. Взрослый фиксирует время стояния с помощью секундомера. Учитывается лучший результат.

«Достаточный уровень» - ребенок спокойно стоит от 15 до 20 с, не сдвигая стоп с линии.

Уровень, «близкий к достаточному» - слегка балансирует, покачивается, но стопы с линии не сдвигает.

«Недостаточный уровень» - не может устоять на линии.

2. Бег с преодолением препятствий (обегание предметов «змейков»).

Содержание задания: ребенок должен обежать «змейкой» поставленные в ряд предметы, к примеру 8 кубиков, расстояние между ними 1 метр. Детям дается по две попытки, учитывается лучший результат. По команде «Внимание! Марш» ребенок начинает бежать. Взрослый контролирует время с помощью секундомера.

«Достаточный уровень» - ребенок выполняет задание в среднем за 5-5,5 с. Или менее.

Уровень, «близкий к достаточному» - при выполнении задания бежит медленнее, может слегка задеть или пропустить поставленный предмет.

«Недостаточный уровень» - во время бега далеко оббегает предметы, останавливается перед ними. В связи с этим время выполнения задания превышает 6-7 с.

3. Подбрасывание и ловля мяча.

Содержание задания: для выполнения ребенку предлагается встать в удобное положение, затем подбрасывать и ловить мяч (диаметром 12-15см) двумя руками, как можно большее количество раз без перерывов. Задание выполняется два раза, учитывается лучший результат

«Достаточный уровень» - ребенок четко, ритмично подбрасывает и ловит мяч, не прижимая его к груди, не менее 10-20 раз.

Уровень, «близкий к достаточному» - подбрасывает и ловит мяч неритмично, на небольшую высоту, делает перерывы между бросками.

«Недостаточный уровень» - количество бросков меньше 10 раз. В данном случае ребенку предлагается вторая попытка.

Так же в исследовании мы использовали метод анкетирования. Данный метод был составлен для родителей. Анкетирование состоит из 12 вопросов, которые выявляют знания родителей о подвижных играх и развитии в них координационных способностей.

2.2. Анализ уровня развития координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста

В эксперименте приняло участие 20 детей старшего дошкольного возраста, которые являются воспитанниками Муниципального бюджетного дошкольного общеобразовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида №15 города Белгорода».

Диагностика уровня развития координационных способностей старших дошкольников включает в себя:

1. Педагогическое наблюдение
2. Тестирование (по программе «Истоки»)
3. Анкетирование для родителей.

В результате диагностики уровня координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по показателю «способность к перестроению двигательных действий» в подвижных играх «Беги скорее» и «Челночный бег» были получены результаты, представленные в таблице 2.1. и рисунке 2.1.

Таблица 2.1.

Анализ результатов по показателю «способность к перестроению
двигательных действий»

№	Имя ребенка	Игра «Беги скорее»	Игра «Челночный бег»	Общий балл
1.	Ульяна Б.	3	3	3
2.	Маша Б.	3	2	3
3.	Вика С.	3	3	3
4.	Диана Т.	3	3	3
5.	Маша В.	3	3	3
6.	Аня Т.	3	3	3
7.	Сабрина С.	1	1	1
8.	Лиля П.	2	2	2
9.	Дима К.	3	3	3
10.	Глеб Щ.	1	1	1
11.	Коля Ц.	2	2	2
12.	Андрей Н.	1	1	1
13.	Данил Т.	3	3	3
14.	Соня Л.	2	2	2
15.	Артем М.	1	1	1
16.	Женя Л.	3	2	3
17.	Маша П.	3	3	3
18.	Андрей С.	3	3	3
19.	Дима А.	2	2	2
20.	Алеша И.	1	1	1

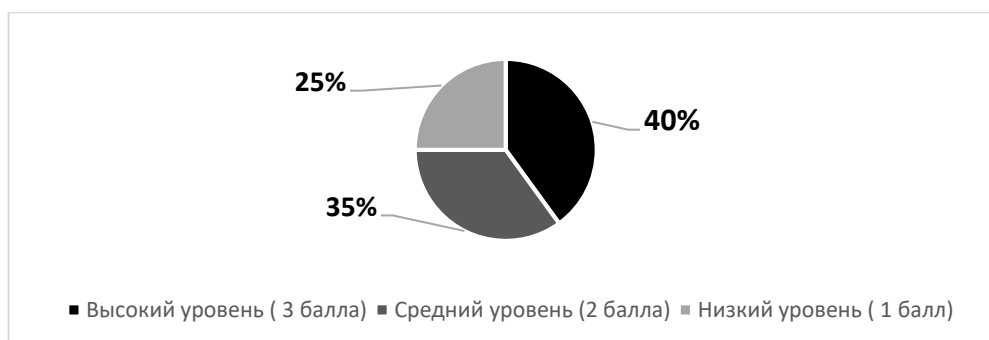


Рис.2.1. Уровень развития координационных способностей детей старшего дошкольного
возраста по показателю «способность к перестроению
двигательных действий»

Было выявлено, что 40% детей имеют высокий уровень к способности перестроения двигательных действий, они первыми взяли предмет и первыми забежали за ограничительную линию. Средний уровень у 35% детей, они не успели схватить предмет, но добежали первыми, и наоборот. Низкий уровень у 25% , ребенок не успел схватить предмет и добежал вторым.

По показателю «способность к ориентировке в пространстве» в подвижной игре «Играй, играй, мяч не теряй» были получены результаты, представленные в таблице 2.2. и рисунке 2.2.

Таблица 2.2.

Анализ результатов по показателю «способность к ориентировке в пространстве»

№	Имя ребенка	Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	№	Имя ребенка	Игра «Играй, играй, мяч не теряй»
1.	Ульяна Б.	3	11.	Коля Ц.	1
2.	Маша Б.	3	12.	Андрей Н.	1
3.	Вика С.	3	13.	Данил Т.	2
4.	Диана Т.	2	14.	Соня Л.	3
5.	Маша В.	3	15.	Артем М.	1
6.	Аня Т.	3	16.	Женя Л.	2
7.	Сабрина С.	1	17.	Маша П.	3
8.	Лиля П.	1	18.	Андрей С.	3
9.	Дима К.	3	19.	Дима А.	2
10.	Глеб Щ.	2	20.	Алеша И.	1

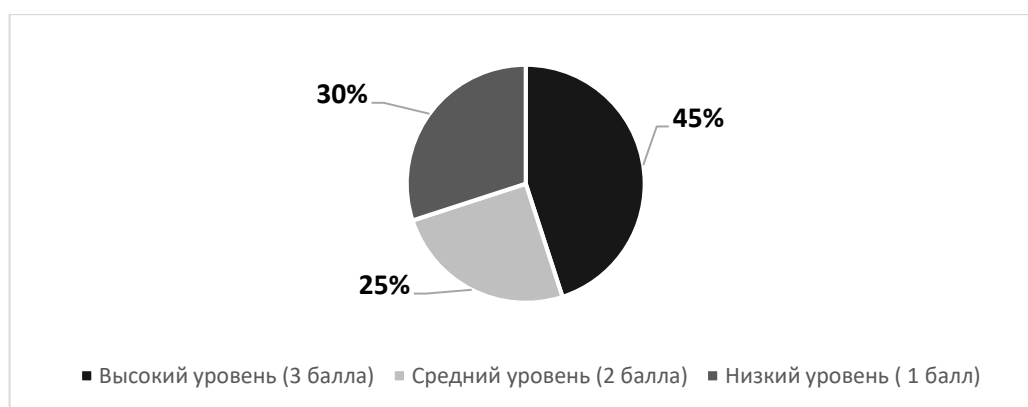


Рис.2.2. Уровень развития координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по показателю «способность к ориентировке в пространстве»

Мы выяснили, что 45% детей старшего дошкольного возраста имеют высокий уровень к способности в ориентировке в пространстве, дети не допустили ошибок, правильно выполняли команды, делали все вовремя. Средний уровень у 25% детей, допустили по 1-2 ошибки. Низкий уровень у 30% детей. Дети допустили более 2 ошибок, отвлекались на посторонние предметы.

В результате диагностики уровня координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по показателю «способность сохранять равновесие» были получены результаты, представленные в таблице 2.3. и рисунке 2.3.

Таблица 2.3.

Анализ результатов по показателю «способность сохранять равновесие»

№	Имя ребенка	«Кто сможет донести шарик на ракетке»	Удержание мешочка на голове	Общий балл
1.	Ульяна Б.	3	3	3
2.	Маша Б.	3	3	3
3.	Вика С.	3	3	3
4.	Диана Т.	2	2	2
5.	Маша В.	3	3	3
6.	Аня Т.	3	3	3
7.	Сабрина С.	1	1	1
8.	Лиля П.	2	2	2
9.	Дима К.	3	3	3
10.	Глеб Щ.	2	2	2
11.	Коля Ц.	2	2	2
12.	Андрей Н.	1	1	1
13.	Данил Т.	3	3	3
14.	Соня Л.	1	1	1
15.	Артем М.	3	3	3
16.	Женя Л.	1	1	1
17.	Маша П.	3	3	3
18.	Андрей С.	3	3	3
19.	Дима А.	1	1	1
20.	Алеша И.	2	2	2

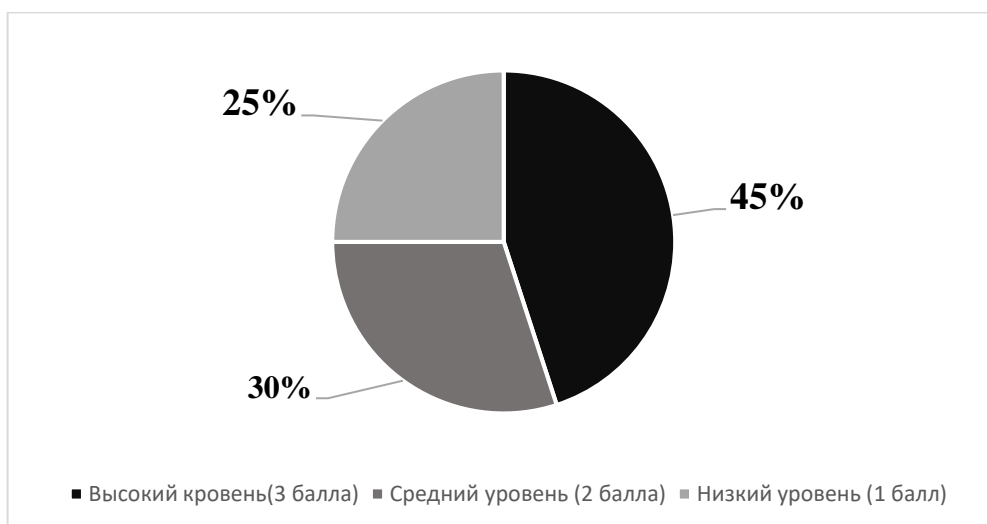


Рис.2.3. Уровень развития координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по показателю «способность сохранять равновесие»

По показателю «способность сохранять равновесие» было выявлено следующее: 45% детей имеют высокий уровень. Во время выполнения задания никто из детей не уронил шарик (мешочек), дети не держали шарик (мешочек), шли уверенно и достаточно быстро.

Средний уровень у 30 % детей. Дети уронили шарик (мешочек) по 1 разу. Низкий уровень имеют так же 25% детей. Дети не справились с заданием.

В заданиях для диагностики координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по программе «Истоки» были получены следующие результаты Табл. 2.4., Рис.2.4.

Таблица 2.4.

Анализ результатов исследования координационных способностей по диагностическим заданиям по программе «Истоки»

№	Имя ребенка	Сохранение статистического равновесия, стоя на линии	Бег с преодолением препятствий	Подбрасывание и ловля мяча	Общий уровень
1	Ульяна Б.	Д	Д	Д	Достаточный
2	Маша Б.	Д	Б	Д	Достаточный
3	Вика С.	Д	Д	Д	Достаточный
4	Диана Т.	Б	Д	Д	Достаточный
5	Маша В.	Д	Д	Д	Достаточный

6	Аня Т.	Б	Н	Н	Недостаточный
7	Сабрина С.	Б	Б	Н	Близкий к достаточному
8	Лиля П.	Д	Н	Д	Близкий к достаточному
9	Дима К.	Д	Н	Н	Недостаточный
10	Глеб Щ.	Д	Н	Д	Близкий к достаточному
11	Коля Ц.	Б	Д	Д	Достаточный
12	Андрей Н.	Б	Д	Б	Близкий к достаточному
13	Данил Т.	Д	Д	Б	Достаточный
14	Соня Л.	Д	Д	Д	Достаточный
15	Артем М.	Б	Н	Н	Недостаточный
16	Женя Л.	Н	Б	Б	Близкий к достаточному
17	Маша П.	Д	Д	Д	Достаточный
18	Андрей С.	Д	Д	Д	Достаточный
19	Дима А.	Н	Б	Б	Близкий к достаточному
20	Алеша И.	Д	Н	Н	Недостаточный

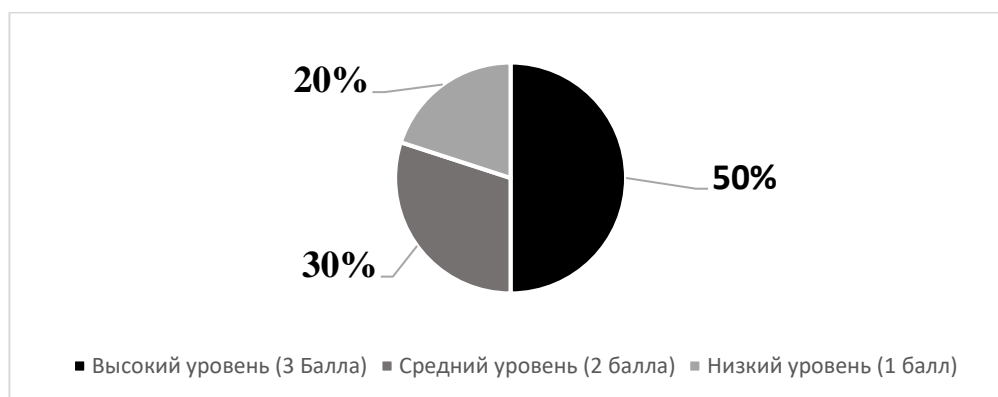


Рис.2.4. Уровень развития координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по диагностическим заданиям по программе «Истоки»

Было выявлено следующее: достаточный уровень у 50% детей. Дети стоят спокойно в течение 15 до 20 с, не сдвигают при этом стоп с линии; ловко оббегают поставленные в ряд препятствия, не задевая ни одного из них, справляются с испытанием в среднем за 5-5,5с или менее; четко, ритмично подбрасывает и ловит мяч, не прижимая его к груди, не менее 10 раз.

Близкий к достаточному у 30% детей. Дети с данным уровнем развития координационных способностей слегка балансируют,

покачиваются, но стопы с линии не сдвигают; поставленные в ряд препятствия могут слегка задеть или пропустить поставленный предмет; подбрасывают и ловят мяч неритмично, на небольшую высоту, делают некоторый перерыв после ловли мяча перед следующим броском.

Недостаточный уровень имеют 20% детей. Дети с недостаточным уровнем развития координационных способностей не могут устоять на линии. Во время бега они слишком далеко оббегают предметы, в нерешительности останавливаются перед ними, справляются с заданием только при условии дополнительного напоминания. У них присутствует замедленная реакция на сигнал, в связи с этим время выполнения задания превышает 6-7 с. Количество бросков меньше 10 раз. Наблюдается заметное снижение качественных и количественных характеристик выполнения задания.

В анкетировании приняли участие 10 родителей. Анкетирование представлено в приложение 1. Были полученные следующие данные Табл.2.5.

Таблица 2.5.

Анализ результатов анкетирования для родителей

Вопросы	Ответы	
Как в домашних условиях ваш ребенок относится к выполнению утренней гимнастики, физических упражнений?	Охотно – 4 чел. Не охотно – 6 чел.	
Назовите любимые виды деятельности вашего ребенка в свободное время (выберите три вида).	Игры с игрушками – 4 чел. Конструирование – 3 чел. Просмотр книжек – 2 чел. Рисование – 2 чел.	Подвижные игры – 6 чел. Пение – 2 чел. Прогулки – 6 чел. Игры с мячом – 5 чел.
Считаете ли вы, что ваш ребенок выделяется среди других детей уровнем развития физических качеств (отметьте каждое качество)	Быстрота – да (4 чел.) нет. (6 чел.) Ловкость – да (5 чел.) нет. (5 чел.) Гибкость – да (3 чел.) нет. (7 чел.) Сила – да (5 чел.) нет. (5 чел.) Выносливость – да (5 чел.) нет. (5 чел.)	
Обращаете ли вы внимание на физическое воспитание вашего ребенка?	Да – 8 чел. Нет – 2 чел.	
Интересуется ли Ваш ребенок подвижными играми? Какими именно?	Да – 8 чел. («хитрая лиса», «ловишки», «охотники и зайцы и т.д.) Нет – 2 чел.	
Считаете ли Вы, что подвижные игры	Да – 5 чел.	

могут стать хорошим средством воспитания Вашего ребенка?	Нет – 1 чел. Не знаю – 4 чел.
Знаете ли Вы, что относится к координационным способностям?	Да – 6 чел. Нет – 4 чел.
Знаете ли Вы, как влияет развитие координационных способностей на общее развитие ребенка?	Да – 6 чел. Нет – 4 чел.
Знаете ли Вы, что способствует развитию координационных способностей? Перечислите.	Да – 4 чел. (подвижные игры, спортивные игры) Нет – 6 чел.
Считаете ли вы, что в подвижных играх формируются координационные способности?	Да – 5 чел. Нет – 0 чел. Не знаю – 5 чел.
Нужна ли Вам помощь для способствования развития координационных способностей в домашних условиях?	Да – 3 чел. Нет – 2 чел. Не знаю – 5 чел.
Если бы Вы хотели получить помощь, то в каком виде?	Консультации – 3 чел. Индивидуальные беседы – 5 чел. Родительское собрание – 5 чел.

Анализ анкет показал следующее. По мнению родителей у детей старшего возраста, преобладают следующие виды деятельности: прогулка, подвижные игры и игры с мячом, так считают 55 % родителей, 45 % считают, что в деятельности ребенка преобладают игры с игрушками, конструирование, просмотр книжек, рисование. 50% родителей считают, что у их детей преобладают такие физические качества как выносливость, сила, ловкость, что физическое качество быстрота 40% родителей, гибкость 30%.

В основном все родителей знают, какие подвижные игры любит их ребенок – 80%. Что относится к координационным способностям и как они влияют на общее развитие ребенка дошкольника знают 60% опрошенных.

Что способствует развитию координационных способностей знают 40% родителей. 50% опрошенных считают, что в подвижных играх развиваются координационные способности. 30% родителей заявили, что им нужна помощь в развитии координационных способностей в домашних условиях. В форме консультации 30%, индивидуальные беседы 40%, родительское собрание 30%.

Таким образом, в ходе исследования мы пришли к заключению о том, что уровень развития координационных способностей детей старшего

дошкольного возраста по показателям «способность к ориентировке в пространстве», «способность сохранять равновесие» и «способность к перестроению двигательных действий» низкий в старшей группе. На основании анализа литературы и на основании выявленных проблем мы разработали специальные игровые ситуации и алгоритм к их планированию и рекомендуем их к использованию педагогами в дошкольных образовательных учреждениях. Рекомендации должны быть направлены не только на повышение уровня развития координационных способностей в дошкольных учреждениях, но и семьи.

2.3. Методические рекомендации педагогам по развитию координационных способностей у старших дошкольников средствами подвижных игр

Результаты диагностики показали недостаточный уровень развития координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста, большинство детей имеют невысокую способность к ориентировке в пространстве, к перестроению двигательных действий и способности сохранять равновесие.

Учитывая, что дошкольный период является сензитивным, т.е. благоприятным, необходимо изменить методику и средства развития координационных способностей, чтобы разрешить существующую проблему. Ориентируясь на исследования В.И. Ляха мы рекомендуем использовать для развития способности к ориентировке в пространстве, способности к перестроению двигательных действий и способности сохранять равновесие. Разработка игровых упражнений

осуществлялась на материале программы «Играйте на здоровье!» Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой. Согласно ее модульному построению для развития координационных способностей использованы следующие виды спортивной деятельности:

- Сентябрь – октябрь - настольный теннис.
- Октябрь - ноябрь – футбол.
- Декабрь- февраль – хоккей.
- Март – апрель – городки.
- Апрель - май – баскетбол.
- Июнь-август – бадминтон.

Игровые ситуации мы подобрали по программе «Играйте на здоровье», но для использования не на занятиях, а на прогулках. Данные упражнения нужно включить в систему проектирования рабочей программы педагога.

Предлагаем следующий алгоритм планирования игровых упражнений.

Для развития координационных способностей в настольном теннисе рекомендуется к использованию следующие игровые ситуации:

1. Способность сохранять равновесие:
 - «Кто сможет донести шарик на ракетке».
 - Пройти с ракеткой на голове,
 - Пройти с ракеткой, положенной на руки, на спину.
 - Конкурс кто лучше почеканит шарик.
 - Постоять на одной ноге и удержать ракетку на колени.
2. Способность к перестроению двигательных действий:
 - Кто скорее перенесет шарик с одного места на другое.
 - «Подбрось, поймай, падать не давай!».
 - «Пронзи кольцо».
 - Прокатить теннисный шарик между предметами.
3. Способность ориентировки в пространстве:
 - Перебрасывание и ловля теннисного мяча двумя руками.
 - Перебрасывание и ловля теннисного мяча одной рукой.
 - Перебрасывание теннисного мяча с руки на руку.

В футболе рекомендуем использовать следующие игровые ситуации:

1. На способность сохранять равновесие:

- Игра «Канатоходец».
 - Игра «Сделай фигуру».
 - Игра «Зайцы в огороде»
 - Кто сможет донести шарик на ракетке».
 - Пройти с ракеткой, положенной на руки, на спину.
 - Конкурс кто лучше начеканит футбольный мяч.
 - Постоять на одной ноге и удержать мяч на стопе.
2. Способность к перестроению двигательных действий:
- Игра «Успей поймать».
 - Игра «Кто быстрее к финишу?»
 - Провести мяч ногами по прямой линии с одной стороны площадки, на другую.
 - Игра «Мы веселые ребята»
 - Обвести мяч через предметы с одной стороны площадки на другую.
3. Способность к ориентировке в пространстве:
- Игра «Затейники».
 - Игра «Школа мяча».
 - Игра «Обратный поезд»
 - Попасть мячом в ворота.

Для развития координационных способностей в хоккее рекомендуем использовать следующие игровые ситуации:

1. Способность сохранять равновесие:
- Игра «Не оставайся на полу».
 - Игра «С кочки на кочку».
 - Удержать шайбу на ноге.
 - Удержать шайбу на голове, против прямо до ориентира.
 - Удержать шайбу на голове и обойти, поставленные предметы.
2. Способность к перестроению двигательных действий.

- Игра «Бездомный заяц».
- Игра «Встречные перебежки».
- «Передай шайбу» (передача шайбы клюшкой друг другу и остановка ее клюшкой)

- «Забей в ворота» (забивать шайбу в ворота с места)
- «Попади с подачи» (удар по шайбе с подачи)
- «Загони в ворота» (удар по шайбе после ведения)
- «Попади в предмет» (удар по шайбе с места)

3. Способность к ориентировке в пространстве:

- «Играй, играй, шайбу не теряй».
- «Квадрат» (ведение шайбы по квадрату).
- «Ледяная карусель» (ведение шайбы по кругу влево и вправо, не отрывая ее от клюшки).
- «Сбей кеглю» (броски шайбы слева и справа).

Для развития координационных способностей в игре городки рекомендуем использовать следующие игровые ситуации:

1. На способность сохранять равновесие:
 - «Через биты, полоски».
 - «Подлезь в обруч».
 - Собери палки – биты.
2. Способность к перестроению двигательных действий:
 - «Подбрось – поймай»
 - «Будь внимателен!»
 - Игра «Кто дальше и быстрее?»
3. Способность к ориентировке в пространстве:
 - Передай биту.
 - «Попади в песочницу»
 - Игра «Городки»
 - «Составь фигуру»

Для развития координационных способностей в баскетболе рекомендуется использовать следующие игровые ситуации:

1. На способность сохранять равновесие:
 - Пройти с мячом, положенным на спину.
 - Стоя на одной ноге, чеканить мяч.
 - Игра «По кочкам».
 - Игра «Стой!».
2. Способность к перестроению двигательных действий:
 - Перекатывание мяча с одной стороны площадки на другую.
 - «Попади в корзину» (с разных точек).
 - Игра «мини баскетбол».
 - Обвести мяч вокруг обставленных предметов.
 - Туннель с мячом.
3. Способность к ориентировке в пространстве:
 - Ловля мяча одной рукой.
 - Ловля мяча двумя руками.
 - Перебрасывание мяча с руки на руку.
 - Бросание мяча в кольцо.

Для развития координационных способностей в бадминтоне рекомендуется использовать следующие игровые ситуации:

1. На способность сохранять равновесие:
 - Удерживать волан на ракетке, дойти до ориентира.
 - Дойти до ориентира, чеканить волан на ракетке.
 - Удерживать волан на голове, спине, ноге.
2. Способность к перестроению двигательных действий:
 - «Подбей волан».
 - «Пронзи кольцо».
 - «Игра бадминтон» (упрощенная).
3. Способность к ориентировке в пространстве:

- «Чья команда меткая».
- «Подбрось – поймай, падать не давай».
- «Волан вверх, вниз».

Таким образом, мы предложили к использованию алгоритм планирования игровых ситуаций для детей старшего дошкольного возраста. Как использовать эти упражнения для развития той или иной координационной способности.

ВЫВОДЫ ПО II ГЛАВЕ

В нашем исследовании были использованы следующие методы для определения уровня развития координационных способностей:

1. Педагогическое наблюдение.
2. Тестирование (программа Истоки).
3. Проведение анкетирования родителей детей старшего дошкольного возраста.

4. Анализ результатов анкетирования.

5. Метод математической обработки данных.

Педагогическое наблюдение проводилось по параметрам, выделенные В.И. Ляхом: способность сохранять равновесие, способность к перестроению двигательных действий, способность к ориентировке в пространстве. Используются тесты рекомендуемой программой «Истоки», а именно: сохранение статического равновесия, стоя на линии; бег с преодолением препятствий и подбрасывание и ловля мяча.

В результате исследования нами были получены следующие результаты: уровень развития координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по показателю «способность сохранять равновесие» 45% детей имеют высокий уровень, 30% средний, 25% низкий уровень развития координационных способностей. По показателю «способность к ориентировке в пространстве», у 45% детей высокий уровень, у 25% средний и у 30% низкий уровень. По показателю «способность к перестроению двигательных действий» 40% детей имеют высокий уровень, 35% средний и 25% низкий уровень. Диагностические задания по программе «Истоки» высокий 50%, средний 30%, низкий 20% уровень развития координационных способностей.

Анализ анкет показал следующее. По мнению родителей у детей старшего возраста, преобладают следующие виды деятельности: прогулка, подвижные игры и игры с мячом, так считают 55 % родителей, 45 % считают, что в деятельности ребенка преобладают игры с игрушками, конструирование, просмотр книжек, рисование. 50% родителей считают, что у их детей преобладают такие физические качества как выносливость, сила, ловкость, что физическое качество быстрота 40% родителей, гибкость 30%.

В основном все родители знают, какие подвижные игры любит их ребенок – 80%. Что относится к координационным способностям и как они влияют на общее развитие ребенка дошкольника знают 60% опрошенных. Что способствует развитию координационных способностей знают 40% ро-

дителей. 50% опрошенных считают, что в подвижных играх развиваются координационные способности. 30% родителей заявили, что им нужна помощь в развитии координационных способностей в домашних условиях. В форме консультации 30%, индивидуальные беседы 40%, родительское собрание 30%.

В ходе исследования мы пришли к заключению о том, что уровень развития координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по показателям «способность к ориентировке в пространстве», «способность сохранять равновесие» и «способность к перестроению двигательных действий» низкий в старшей группе. На основании анализа литературы и на основании выявленных проблем мы разработали специальные игровые ситуации и алгоритм к их планированию и рекомендуем их к использованию педагогами в дошкольных образовательных учреждениях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Дошкольный возраст по функциональным возможностям детей, характеру генетического развития двигательной функции является благоприятным для становления многих двигательных проявлений, в том

числе и координационных, именно в этот период работу по формированию координационных движений нужно проводить более интенсивно.

Обосновав сущность понятий «ловкость» и «координация» мы в исследовании за основу взяли определение данное Л.Т. Майоровой. Координационные способности - это совокупность двигательных способностей, определяющих быстроту освоения новых движений, а также умения адекватно перестраивать двигательную деятельность при неожиданных ситуациях.

Мы рассмотрели особенности развития координационных способностей детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания. Они заключаются в следующем: у старших дошкольников наблюдается высокая пластичность всех психических функций, и поэтому, двигательные навыки у детей формируются достаточно легко; в дошкольный период детства ребенок учится соединять движения отдельных частей тела в одно двигательное действие, которое производится экономично, легко, пластично и четко; совершенствуются процессы нервной высшей деятельности. Это создает предпосылки для усиленного развития координационных способностей.

У детей дошкольников совершенствуют процессы высшей нервной деятельности. Это воздает предпосылки для усиленного развития координационных способностей. Поэтому, учитывая сенситивность старшего дошкольного возраста к развитию координационных способностей необходимо обеспечить возможность регулирования и соизмерения соответственных действий, обогащение фонда жизненно важных навыков и умений детей.

Педагоги прошлого (Н.А. Берштейн, О.А. Двейрина, В.И. Усаков, П.Ф. Лесгафт, Л.Т. Майорова Н. В. Панфилова, Л. И. Пензулаева, Е. Н. Вавилова и др.) и педагоги современности (В.И. Лях, Сулейманов И. И, Т. А. Кравчук, Л.Н. Волошина, О.Г. Галимская), пришли к единому мнению - подвижные игры являются средством развития координационных способностей. В подвижных играх ребенок должен проявлять быстроту, сообразительность,

увертливость, умение ловко двигаться между предметами, проявлять инициативу при неожиданных изменениях ситуации, используя благоприятные моменты для этого с помощью пространственной и временной ориентировок.

В результате исследования нами были получены следующие результаты: уровень развития координационных способностей детей старшего дошкольного возраста по показателю «способность сохранять равновесие» 45% детей имеют высокий уровень, 30% средний, 25% низкий уровень. По показателю «способность к ориентировке в пространстве», у 45% детей высокий уровень, у 25% средний и у 30% низкий уровень. По показателю «способность к перестроению двигательных действий» 40% детей имеют высокий уровень, 35% средний и 25% низкий уровень. Диагностические задания по программе «Истоки» высокий 50%, средний 30%, низкий 20% уровень развития координационных способностей.

Анализ анкет показал следующее. По мнению родителей у детей старшего возраста, преобладают следующие виды деятельности: прогулка, подвижные игры и игры с мячом, так считают 55 % родителей, 45 % считают, что в деятельности ребенка преобладают игры с игрушками, конструирование, просмотр книжек, рисование. 50% родителей считают, что у их детей преобладают такие физические качества как выносливость, сила, ловкость, что физическое качество быстрота 40% родителей, гибкость 30%.

В основном все родители знают, какие подвижные игры любит их ребенок – 80%. Что относится к координационным способностям и как они влияют на общее развитие ребенка дошкольника знают 60% опрошенных. Что способствует развитию координационных способностей знают 40% родителей. 50% опрошенных считают, что в подвижных играх развиваются координационные способности. 30% родителей заявили, что им нужна помощь в развитии координационных способностей в домашних условиях. В форме консультации 30%, индивидуальные беседы 40%, родительское собрание 30%.

На основании анализа литературы и на основании выявленных проблем мы разработали специальные игровые ситуации и алгоритм к их планированию и рекомендуем их к использованию педагогами в дошкольных образовательных учреждениях.

В заключении можно сказать, что развитие координационных способностей состоит в том целенаправленное педагогическое воздействие на детей, определяется педагогам по индивидуальным качествам, что позволяет разрабатывать содержание образования, организационные формы, отличающиеся друг от друга с учетом индивидуальных особенностей. Таким образом, гипотеза нашла свое подтверждение в процессе проведения экспериментальной деятельности. В дальнейшем работа будет продолжена.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Аксенова Л.В. Занимательные развивающие подвижные игры для все семьи / Л.В. Аксенова. – Донецк: ООО ПФК «БАО», 2007. – 14с.
2. Аркин Е.А. Ребенок в дошкольные годы / Е.А. Аркин. – М.:Академия, 2008.- 445 с.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания / Б.А. Ашмарин. – М.: Физическая культура и спорт, 2000. – 235 с.
4. Басильевич В.К. Развитие быстроты и координации движений у детей 4-6 лет / В.К. Басильевич, М.Н. Королева, Л.Т. Майорова // Теория и практика физической культуры. - 2009. - №6. – с.21-24.
5. Бернштейн Н.А. О построении движений / Н.А. Берштейн. - М.: Медгиз, 2009. - 65 с.
6. Берштейн Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Берштейн. – М.: ФиС, 2001. – 186 с.
7. Берштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Берштейн. – М.: Медицина, 2006. – 146 с.
8. Бесшапошникова С.Ю. Развитие двигательной координации у детей 5-7 лет с использованием гимнастических упражнений на уменьшенной опоре / С.Ю. Бесшапошникова. – Шуя, 2004. – 181 с.
9. Боген М.М. Обучение двигательной действиям / М.М. Боген. М.: Физическая культура и спорт, 2005. – 192 с.
- 10.Вавилова Е.Н. Исследование средств и методов воспитания двигательных качеств у детей дошкольного возраста: автореф. дисс. ... канд пед. наук / Е.Н. Вавилова. – М.:, 1989. – 25 с.
- 11.Вавилова Е. Н. Учите прыгать, бегать, лазить, метать. - М.: «Просвещение», 2010. - с. 65, 144
- 12.Вильчковский Э.С. Физическая культура детей дошкольного возраста: библиотеки для родителей и детей / Э.С. Вильчковский. – 2-е изд., перераб. и доп. – Киев.: Здоровья, 2001. - 232с.

13. Волошина Л.Н. Влияние подвижных игр с элементами спорта на развитие двигательных способностей детей старшего дошкольного возраста: дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.07: Екатеринбург, 2001. – 26 с. РГБ ОД
14. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет / Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова / Издательство: М.: Аркти. – 2004. С. 36-41
15. Галимская О.Г. Формирование двигательно-игрового опыта детей дошкольного возраста посредством спортивных игр: дисс., ФГАОУ ВО «НИУ Белгу», 2017 г..- 45 с.
16. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошкольного учреждения / Л. Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013. – 175 с.
17. Гурулева Т.Г. Формирование координационных способностей детей старшего дошкольного возраста: монография / Т.Г. Гурулева. - М.:– 2017. - 117 с.
18. Двейрина О.А. Координационные способности: определение понятия, классификация форм проявления / О.А. Двейрина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2008. - №1. – С. 35
19. Еставьев Б.В. Понятийный словарь по физической культуре и спорту. Л.:ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 2013. – 132 с.
20. Жигалин Г.С. Возрастные особенности координации движений верхних конечностей у детей: автореф. дисс. канд. мед. наук / Г.С. Жигалин. – М., 1999. – 16 с.
21. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2-х т. Т.2. Развитие произвольных движений. – М.: Педагогика, 1986. – 296 с.
22. Ильин Е.П. Двигательная память, точность воспроизведения амплитуды движений и свойства нервной системы / Е.П. Ильин / Психомоторика: сборник научных трудов. – Л., 2006. – 166 с.

- 23.Ильин Е.П. Ловкость – миф или реальность? / Е.П. Ильин // Теория и практика физической культуры. – 2002. - № 3. С. 51-53.
- 24.Ильина Г.В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе / Г.В. Ильина, Л.А. Иванова, О.В. Свавельева. – Красноярск: ЦНИ «Монография», 2014. – 24-28 с.
- 25.Истоки. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / под ред. Л.А. Парамоновой. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: ТЦ Сфера, 2011 г.
- 26.Кенеман А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. – М.: Просвещение, 2014. – 271 с.
- 27.Кистяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста (развитие некоторых основных движений и двигательных качеств) / М.Ю. Кистяковская. – М., 2007. – 105 с.
- 28.Кожухова Н. Некоторые аспекты физического воспитания дошкольников / Н. Кожухова // Дошкольное воспитание. - №3. 2017. С.52-54.
- 29.Кожухова Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста /Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова. – М.: ВЛАДОС, 2013. - 192 с.
- 30.Коробков А.В. Физическое воспитание / А.В. Коробков, В.А.Головин, В.А. Масляков. – М.: Высшая школа, 2016. - 391 с.
- 31.Кравчук Т.А. Методика оздоровительной тренировки детей шестого года жизни: автореф. дисс. канд. пед. наук. Т.А. Кравчук / Омск, 2011. – 23 с.
- 32.Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры / Ю.Ф. Курамшин. –М.: Советский спорт, 2010. – 320 с.
- 33.Лагутин А.Б. Физическое воспитание ребенка в дошкольном учреждении / А.Б. Лагутин // Теория и практика физической культуры, 2004. - №7. – С.8-11.
- 34.Лесгафт П.Ф. Избранные труды / П.Ф. Лесгафт. – СПб: Питер, 2012. – 482 с.

- 35.Луценко С.А. Теория и методика физической культуры: методические рекомендации по изучению дисциплины / С.А. Луценко. – СПб.:ИСПиП, 2006 г.
- 36.Лях В.И. Гибкость и методика ее развития / В.И. Лях. – М.: Физкультура в дошкольном учреждении, 2009. – 159. – 24 с.
- 37.Лях В.И. О классификации координационных способностей / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №7. – С. 28-30.
- 38.Лях В.И. Понятие «координационные способности» и «ловкость» / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 2005. - №8.- С.44-46.
- 39.Лях В.И. Анализ свойств, раскрывающих сущность понятия «координационные способности» / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 2001. - №1.- С.48-50.
- 40.Лях В.И. Совершенствование специальных координационных возможностей / В.И. Лях // Физическая культура. – 2012. - №2.- С.9.
- 41.Лях В.И. Критерий определения координационных способностей / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 2005. - №11.- С.17-20.
- 42.Лях В.И. Развивайте координационные способности у дошкольников / В.И. Лях // Дошкольное воспитание. – 2015. - №7.- С.16-19.
- 43.Лях В.И. Координационно-двигательное совершенствование в физическом воспитании и спорте: история, теория, экспериментальные исследования / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 2014. - №11.- С.24-25
44. Майорова Л.Т. Методика воспитания координационных способностей детей дошкольного возраста (4-6 лет): автореф. дисс. канд. пед. наук / Л.Т. Майорова. – Омск, 2016. – 19 с.
- 45.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 2017. – 412 с.
- 46.Назаренко Л.Д. Развитие двигательных-координационных качеств как фактор оздоровления детей и подростков / Л.Д. Назаренко. – М.: Теория и практика физической культуры, 2001. – 332 с.

- 47.Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду/ Т.И. Осокина. – 2-е изд. – М., 2015. – 175 с.
- 48.Панкратович Т.М. Создание физкультурно – игровой среды в образовательном пространстве дошкольного учреждения как условие эффективного воспитания координационных способностей детей 5-6 лет / Т.М. Панкратович, В.Г. Купцова // Концепт. – 2013. - №10. - 15 с.
- 49.Панфилова Н.В. Развитие координационных способностей и обучение двигательным действиям детей 4-6 лет в связи с особенностями двигательной асимметрии: дисс. канд. пед. наук / Н.В. Панфилова. – М. 2018. 130 с.
- 50.Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5 – 6 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015 – 5-7 с.
- 51.Правдов Д.М. Развитие координации у детей 5-7 лет в моделируемых условиях изменения внешней среды / Д.М. Правдов // Шуя. - Ученые записки. -№3. – 2011.- 4 с.
- 52.Степенкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации / Э.Я. Степаненкова. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2006.- 96 с.
- 53.Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Э.Я. Степаненкова. – 2-е изд., испр. – М.:Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.
- 54.Сулейманов И.И. Основные понятия теории физической культуры: их сущность и соотношение / И.И. Сулейманов // Теория и практика физической культуры. – 2001.- №3. – С.22-25.
- 55.Сулейманов И.И. Основы воспитания координационных способностей: Лекция. – Омск: ОГИФК, 2011. – 46 с.
- 56.Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. – М.: Сфера, 2016. – 176 с.

57. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения: в 2 т. – М.: Педагогика, 1974. – Т. 1. – 427 с.
58. Фарфель В.С. Теория и практика физической культуры / В.С. Фарфель, 2017. -№12.- С.12-13
59. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.В. Шишкина. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. 176 с.
60. Юшкевич Д.Б. Развитие точности движений у детей дошкольного возраста на основе использования упражнений в метаниях / Д.Б. Юшкевич - Шуя, 2016. – 171 с.
61. Blume D.-D. Theorie und Praxis der Körperkultur. – 2014.
62. Blume D.-D. Zu einigen wesentlichen theoretischen Grundpositionen für die Untersuchung der koordinativen Tätigkeiten Theorie und Praxis der Körperkultur. – 2016.
63. Blume D.-D. Grundsätze und methodische Maßnahmen zur Schulung koordinativer // Körpererziehung. – 2018. – № 2. – P. 503 – 510. 1
64. Hirtz P., Ludwig G., Wellnitz J. Entwicklung koordinativer Tätigkeiten – ja, aber wie // Körpererziehung. – 1985. – №8/9. - P. 386-391.

Приложение 1**Анкета для родителей**

1. Как в домашних условиях ваш ребенок относится к выполнению физических упражнений?
 - Охотно и с удовольствием.
 - Не охотно.
2. Назовите любимые виды деятельности вашего ребенка в свободное время? (выберите три вида)
 - Игры с игрушками.
 - Конструирование.
 - Просмотр книжек.
 - Рисование.
 - Подвижные игры.
 - Пение.
 - Прогулки.
 - Игры с мячом.
3. Считаете ли вы, что ваш ребенок выделяется среди других детей уровнем развития физических качеств? (отметьте каждое качество).
 - Быстрота – да, нет.
 - Ловкость – да, нет.
 - Гибкость – да, нет.
 - Сила – да, нет.
 - Выносливость – да, нет.
4. Обращаете ли вы внимание на физическое воспитание вашего ребенка?
 - Да.
 - Нет.
5. Интересуется ли Ваш ребенок подвижными играми? Какими именно?
 - Да.
 - Нет.
 - Не знаю.
 - Название игр _____
6. Считаете ли Вы, что подвижные игры могут стать хорошим средством воспитания Вашего ребенка?
 - Да.
 - Нет.
 - Не знаю.

7. Знаете ли Вы, что относится к координационным способностям?
- Да.
 - Нет.
8. Знаете ли Вы, как влияет развитие координационных способностей на общее развитие ребенка?
- Да.
 - Нет.
9. Знаете ли Вы, что способствует развитию координационных способностей? Перечислите.
- Да
 - Нет
10. Считаете ли вы, что в подвижных играх формируются координационные способности?
- Да
 - Нет
 - Не знаю
11. Нужна ли Вам помощь для способствования развития координационных способностей в домашних условиях?
- Да
 - Нет
 - Не знаю
12. Если бы вы хотели получить помощь, то в каком виде?
- Консультации.
 - Индивидуальные беседы.
 - Родительское собрание.