

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(Н И У « Б е л Г У »)

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Кафедра теории и методики физической культуры

**ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР С ДЕТЬМИ 8-9
ЛЕТ В УСЛОВИЯХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЛАГЕРЯ**

Выпускная квалификационная работа
обучающегося по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование
профиль Физическая культура
заочной формы обучения, группы 02011452
Заболоцкой Маргариты Юрьевны

Научный руководитель
к.п.н. Петренко О.В.

БЕЛГОРОД 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Анализ литературы: подвижные игры как средство физического воспитания в детском оздоровительном лагере	
1.1 Теоретические основы и классификация подвижных игр.....	7
1.2 Особенности применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в оздоровительном лагере.....	11
1.3 Организация и содержание занятий для детей 8-9 лет с использованием подвижных игр в условиях оздоровительного лагеря.....	13
Выводы по Главе I.....	17
Глава II. Методы и организация исследования	
2.1 Методы исследования.....	19
2.2 Организация исследования.....	21
Глава III. Анализ эффективности экспериментальной методики	
3.1 Анализ результатов анкетирования «Подвижные игры».....	22
3.2 Анализ результатов педагогического эксперимента.....	25
Выводы по Главе III.....	30
Выводы.....	31
Практические рекомендации.....	32
Список использованной литературы.....	33

Введение

Здоровье человека – тема, которая была и остаётся довольно актуальной во все времена, а в 21 веке она выходит на первый план. Сегодня политика российского государства построена таким образом, что в приоритете стоит формирование такой нации, которая будет развита интеллектуально и духовно и будет физически здоровой. Своё здоровье необходимо укреплять, беречь и ценить, начиная с малых лет, именно поэтому одной из главных целей современного общества считается обучение детей заботе о своём здоровье с младшего возраста. Использование подвижных игр в оздоровительном лагере облегчает реализацию данной цели. **Тема** нашей выпускной квалификационной работы «Особенности применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в условиях оздоровительного лагеря».

Проблема здоровья детей школьного возраста приобрела социальное значение, причинами которой являются условия социально-экономического характера, безработица среди родителей, низкая экология, а также доминирование у детей вредных привычек. Итог всего этого выражается в низком показателе уровня активности учащихся на уроках. Первостепенной задачей образования становится сбережение и укрепление здоровья обучающихся, воспитание культуры здорового образа жизни.

Многочисленные исследования педагогов, психологов, медиков показывают, что существует негативное влияние системы образования на развитие и здоровье молодежи. За период обучения в школе увеличивается число детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в 1,5-2 раза, нервными болезнями – в 2 раза, с аллергическими болезнями – в 3 раза, с близорукостью – в 5 раз [13, 20].

Следовательно, недостаточную эффективность оздоровительного процесса школьного физического воспитания компенсируют оздоровительные лагеря, в которых необходимо отметить, бесспорно,

значимость активного отдыха с использованием физических упражнений, подвижных игр, соревнований.

Все вышесказанное и обуславливает **актуальность** настоящей выпускной квалификационной работы.

Многие авторы утверждают, что в оздоровительном лагере физическое воспитание приобретает специфические особенности, которые связаны с коротким пребыванием детей там и разнообразием контингента. Они должны быть учтены при организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Кроме того, условия лагеря позволяют организовать правильный двигательный режим, в котором важное место занимают подвижные игры.

Игры расширяют кругозор, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать увиденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающем мире. Подвижные игры имеют большое образовательное значение: развитие способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстрая и правильная реакция на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры [14].

Итак, наряду с вышеизложенной актуальностью и значимостью выбранной темы нами был определён **объект** исследования – процесс физического воспитания детей 8-9 лет в оздоровительном лагере. **Предметом** же явились особенности применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в условиях оздоровительного лагеря.

Цель: охарактеризовать и проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования и определить особенности применения подвижных игр в условиях оздоровительного лагеря.

Гипотеза исследования: предполагалось, что изучение особенностей применения подвижных игр с детьми 8-9 лет, позволит разработать практические рекомендации по их использованию в условиях детского

оздоровительного лагеря с целью повышения уровня их физической подготовленности в летний период.

Задачи, поставленные нами в начале работы, следующие:

1. Проанализировать общепедагогическую и научно-методическую литературу по данной теме;
2. Изучить особенности применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в условиях оздоровительного лагеря
3. Разработать практические рекомендации по организации и проведению занятий с применением подвижных игр в оздоровительном лагере для детей 8-9 лет.

Для решения поставленных задач в данной работе были использованы теоретические (анализ общепедагогической и научно-методической литературы) и эмпирические (наблюдение; описание организации процесса реализации подвижных игр; анкетирование) **методы**.

В качестве **базы исследования** выступили детский спортивно-оздоровительный лагерь «Электроника» и детский оздоровительный лагерь «Сосновый бор».

Структура работы. Работа состоит из содержания, введения, трех глав, практических рекомендаций, заключения и списка литературы.

Во введении обосновывается актуальность темы, формулируются цель, задачи и гипотеза дипломной работы, определяются объект и предмет.

В первой главе рассматриваются общие теории, классификации и особенности применения подвижных игр для детей 8-9 лет в оздоровительном лагере. Также описывается организация и содержание занятий с использованием подвижных игр.

Во второй главе описываются методы и организация исследования.

В третьей главе анализируется эффективность применения экспериментальной методики, ее характеристика и результаты педагогического эксперимента.

В заключение излагаются основные выводы исследования в соответствии с поставленными целями и задачами.

Глава 1. Анализ литературы: подвижные игры как средство физического воспитания в детском оздоровительном лагере.

1.1. Теоретические основы и классификация подвижных игр

Игра считается довольно эмоциональной деятельностью, вследствие этого в воспитательной работе она занимает одно из важнейших мест. Среди множества игр именно подвижные игры играют особую роль в формировании всесторонне развитой личности ребенка.

Подвижные игры являются одновременно и средством и методом воспитания: благодаря физическим упражнениям, которые задействованы в игре в виде двигательных упражнений, характеризуется разнообразием воздействия этих заданий на ребенка [14, 18].

Известно, что подвижные игры положительно влияют на физическое развитие детей, отлично воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье, так как в любой такой игре присутствуют прыжки, различные упражнения, бег и т.д [13].

Как было указано выше, подвижным играм принадлежит большая роль в формировании личности. В игре активизируются представления и память, развиваются мышление, воображение, так как действуют определенные правила, которым необходимо следовать [1].

Правила в игре служат не только контролирующим элементом для игроков, но и способствуют выработке таких качеств, как коллективизм, взаимопомощь, честность и дисциплинированность. Вместе с тем сама необходимость соблюдать правила, а также преодолевать препятствия, которые являются неотъемлемой частью любой игры, содействует развитию волевых качеств: решительности, смелости, выдержки, умению справляться с отрицательными эмоциями [18].

Подвижная игра с правилами — это сознательная, активная деятельность ребенка, которая характеризуется точными и вовремя выполненными заданиями, которые связаны правилами, обязательными для

всех играющих. По определению П.Ф.Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Захватывающий сюжет, эмоциональная насыщенность игры заставляют ребенка применять определенные усилия как физического так и умственного характера. Особенностью подвижной игры является быстрая, молниеносная, мгновенная ответная реакция ребенка на такие сигнальные слова как «Лови!», «Беги!», «Стой!» и другие [5].

В подвижных играх на ребенке лежит ответственность за свои решения, так как ему самому необходимо решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная перемена условий побуждает искать другие новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности.

Иногда подвижные игры могут сопровождаться считалками, стихами, песнями. Такие игры расширяют словарный запас, а, следовательно, и обогащают детскую речь [1, 5].

Подвижная игра рассматривается также как нужное средство обогащения ребенка знаниями и представлениями об окружающем мире, а также средство для развития мышления, смекалки, ловкости и других морально-волевых качеств. Большое ее значение состоит также в полноценной роли в физической и духовной жизни. Подвижную игру можно выделить как отдельный важнейший воспитательный институт, который способствует как развитию физических и умственных способностей, так и изучение нравственных норм, правил поведения, этических ценностей общества [21].

Подвижные игры с правилами берут свое начало от народных игр, для которых характерны простота, содержательность, занимательность и яркость замысла.

Народные подвижные игры служат средством подготовки к занятиям спортивными играми путем соревновательного элемента, который

присутствует в естественных видах движений. Правильный выбор и организация игр играют важную роль в воспитании занимающихся чувства коллективизма, сознательной дисциплинированности, инициативы, настойчивости в достижении поставленной цели, активности и смелости [1, 22].

Игра считается первой деятельностью, которой принадлежит огромная роль в формировании личности ребенка. В играх дети воспроизводят накопленный опыт, расширяют, закрепляют своё представление о происходящих событиях, о жизни в целом. Ребёнок, равно как и взрослый, познаёт мир в процессе деятельности. Занятие играми способствует обогащению участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями. Игры не только расширяют круг представлений и развивают наблюдательность, сообразительность, но и развивают умение анализировать, сопоставлять и обобщать увиденное из наблюдаемых явлений в окружающей среде и на основе этого делать выводы.

Существует несколько классификаций подвижных игр. Как правило, они зависят от наличия/отсутствия инвентаря, от количества участников и степени их физической подготовки, от наличия/отсутствия ведущего, от самого места проведения (улица/помещение), от системы подсчета очков, от сюжета и т.д [3].

Наиболее традиционная классификация подвижных игр это деление на элементарные и сложные. В свою очередь элементарные игры делятся на сюжетные и бессюжетные, игры-забавы и аттракционы.

Сюжетные игры, как следует из названия, имеют готовый сюжет, который отражает явления действительности (движение транспорта, движение животных и их повадки, профессии людей и т.д.) и строгие правила, подчинение которым обязательно для всех. Игровые действия зависят от развития сюжета и от роли, которую выполняют дети, а правила обуславливают начало и конец того или иного действия, определяют поведение играющих и их взаимоотношения, а также уточняют ход игры.

Преимущественно сюжетные подвижные игры носят коллективный характер и используются во всех возрастных группах, но наиболее популярны они для детей младшего школьного возраста [34, 35].

Бессюжетные игры не имеют сюжета, но имеют правила и роли («Ловишки», «Перебежки»). В их основе лежит выполнение определенного движения, которое требует от детей быстроты, ловкости, большой самостоятельности и хорошей ориентировки в пространстве.

Для младшего школьного возраста характерны подвижные игры с соревновательными элементами (индивидуальным или групповым), например: «Кто первый», «Чье звено быстрее» и др. Соревновательный элемент побуждает к большей активности в выполнении разного рода движений. Ребенок играет либо за себя, либо за команду, стремясь сделать упражнение как можно лучше и быстрее [6, 11].

В бессюжетных играх также могут использоваться предметы, поэтому двигательные с ними задания требуют определенных условий: проводятся с небольшими группами детей от двух человек, правила направлены на очередность действий играющих, на порядок расстановки предметов и правила пользования ими. Соревновательный элемент в этих играх также наблюдается в достижении лучшего результата [5].

В играх-забавах и аттракционах двигательные упражнения выполняются в необычных условиях и зачастую включают соревновательный элемент, где несколько ребят участвуют (бег в мешках и т.д.), а остальные выполняют роль зрителей [30].

Сложные игры – это спортивные игры: футбол, хоккей, волейбол, баскетбол, пионербол, лапта, бадминтон, настольный теннис, городки). В дошкольном возрасте элементы этих игр применяются с упрощенными правилами.

Подвижные игры рассматриваются с точки зрения двигательного содержания (игры с прыжками, с бегом, метанием и др.), физической нагрузки (игры большой, средней и малой подвижности).

О подвижной игре имеется довольно большое количество информации. Существует большое количество теоретической и методической литературы, в которой рассматривается роль игры, ее распространение, особенности методического характера, сходство и различие игрового фольклора среди разных народов и т.д. На основе работ ряда педагогов и учета зарубежных публикаций можно сделать вывод, что подвижная игра рассматривается как осмысленная деятельность, которая направлена на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. В ней проявляется творческая инициатива играющего, выражающаяся в разнообразии действий, согласованная с коллективными действиями. [1, 7].

1.2. Особенности применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в оздоровительном лагере

Состояние здоровья детей, было, есть и будет актуальной проблемой, которую необходимо решить, и детские оздоровительные лагеря здесь выполняют важную функцию: отдых направлен на улучшение состояния здоровья детей как психического и духовного, так и физического [4].

Дети, проводящие за партами большую часть своего времени, нуждаются в физических нагрузках, которые в оздоровительном лагере выполняют занятия с подвижными играми. Более того, они еще способствуют укреплению дружеских отношений между детьми.

Условия оздоровительного лагеря особенно благоприятны для самостоятельного применения любимых подвижных игр, а не только под руководством взрослых (вожатого или спортивного тренера) [12].

Организационная форма подвижных игр в ДОЛ может быть разнообразной. Планирование разрабатывается с учетом дневного распорядка в сочетании с другими заданиями физического характера. Игры могут проводиться как отдельные мероприятия между группами одного отряда или между несколькими отрядами или входить в программу

спортивных соревнований. Особое место занимают подвижные игры на свежем воздухе на местности, которые от вожатого или спортивного тренера требуют большую подготовку и соблюдение правил безопасности (проверка местности на наличие колющих и режущих предметов первостепенна) [12].

Как было указано в первой части данной работы, игра является отличным средством воспитания детей школьного возраста. В любой игре есть цель и многообразные установки с мотивированными действиями. В детском возрасте игровая деятельность имеет много общего с трудом, но сам процесс игры не нацелен на материальные ценности, которыми можно удовлетворить жизненные потребности, для детей важна именно сама игровая деятельность, поэтому вожатый или спортивный тренер должны в совершенстве владеть методикой проведения разного рода игр [1, 37].

Дети в возрасте 8-9 лет уже владеют всеми видами естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), но не на достаточно совершенном уровне, поэтому подвижным играм, которые непосредственно с ними связаны, отводится особое место [8, 27].

Для детей младшего школьного возраста характерна не только особая подвижность, но и постоянная потребность в ней. Однако нельзя забывать при выборе игр о том, что их организм еще не готов к перенесению длительных напряжений, хотя и имеется особенность быстрого восстановления. Ввиду этого, игры не должны быть слишком долгими по времени и необходимы паузы для отдыха [10].

Для этого возраста также характерно овладение навыками и умениями на уровне произвольного запоминания, а игра самое эффективное средство. Более того, по анатомо-физиологическим и психологическим особенностям детям 8-9 лет свойственна большая податливость и быстрая утомляемость. Это связано со слабым развитием сердца, лёгких, сосудистой системы и мускулатуры, особенно мышц спины и брюшного пресса. Опорно-двигательный аппарат также не крепкий, поэтому возможность его повреждения довольно велика, т.к. слабость мускулатуры и повышенная

растяжимость связок повышают возможность нарушения осанки. Наиболее подходящими для этого возраста играми являются игры-перебежки («Волк во рву», «Октябрята»), в которых после кратких перебежек имеется возможность отдохнуть, или игры с поочередным в движении участием играющих («Пустое место», «К своим флажкам») [28, 29].

При выборе подвижных игр необходимо также учитывать внимание детей 8-9 лет, которое недостаточно устойчиво. Зачастую объяснение правил игры не дослушивается, поэтому следуют предложения их услуг и ролей. Учитывается и тот факт, что в этом возрасте дети уже владеют навыками чтения и письма, что значительно расширяет их умственный кругозор. Сюда подходят такие игры, как «Совушка», «Гуси-лебеди», «Два мороза» [17, 20].

В данный период развития с помощью подвижных игр воспитывается основа поведения, умения следовать правилам общественного порядка, простейшие нормы поведения [15].

В младшем школьном возрасте подвижные игры должны стоять особняком, так как это соответствует их возрастным особенностям, укрепляет их здоровье, воспитывает привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями и повышает физическую подготовленность, ведь дети знакомятся с основами техник различных видов спорта в доступной форме [23].

1.3. Организация и содержание занятий для детей 8-9 лет с использованием подвижных игр в условиях оздоровительного лагеря

Следует еще раз отметить, что подвижные оздоровительные игры считаются одним из основных средств физического воспитания детей школьного возраста, так как не требуется никакая специальная физическая подготовка, притом оказывается благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки, сердечно-сосудистую и дыхательную системы [31].

Чтобы правильно организовать занятия с подвижными играми для детей 8-9 лет в оздоровительном лагере и провести их, вожатому или спортивному тренеру необходимо сначала изучить теоретические основы и основы методики применения той или иной подвижной игры, а потом подготовить описание подвижной игры (название, возраст детей, для которых предназначена данная игра, педагогические задачи (оздоровительная, воспитательная, развивающая, образовательная, используемый инвентарь) и таблицу из трех колонок (подготовка площадки к игре и ход игры, распределение времени (Т) и методика проведения «Как я провожу игру», состоящая из 10 вопросов) [16].

Для наглядности приведем пример описания одной подвижной игры для детей 8-9 лет «К своим флажкам»:

«К своим флажкам»

(возраст детей: 8-9 лет)

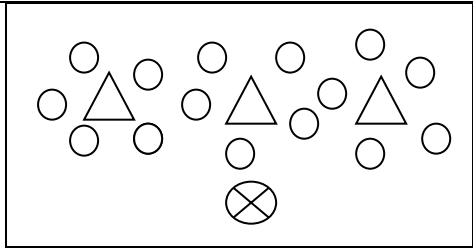
Педагогические задачи, решаемые в игре:

1. *Оздоровительная*: профилактика плоскостопия, укрепление здоровья
2. *Воспитательная*: воспитание решительности, смелости, целеустремленности, внимания, дисциплины.
3. *Развивающая*: развитие координации, быстроты, ловкости;
4. *Образовательная*: развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.

Инвентарь: флажки, свисток.

Таблица 1.1.

Подготовка площадки к игре, ход игры	Распределение времени (Т)	Методика проведения (вопросы)
	Т общее = 15 мин. Т от построения до начала = 2 мин. Т игры = 11-12	1. Как привлечь внимание детей, как провести построение 2. Как объявить

 <p>○ - игроки △ - дежурный ⊗ - руководитель игры</p> <p>Ход игры: 3 группы по 5-6 человек становятся в кружки. В центре каждого круга стоит дежурный (один из группы) с флажком (у каждой группы свой цвет). По сигналу все играющие разбегаются и закрывают глаза, а дежурные меняются местами. По сигналу «Все к своим флажкам» играющие открывают глаза и бегут к своему дежурному, образуя кружок. Выигрывает та группа, которая первой образовала кружок.</p>	<p>мин. Т подведение итога = 30 сек.</p>	<p>название игры</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Как выбрать дежурных и делить на команды 4. Как возвращать играющих в исходное положение 5. Как объяснить ход игры 6. Как объяснить какая команда побеждает 7. Как объяснять правила игры 8. Как руководить игрой 9. Как предупреждать об окончании игры 10. Как подвести итоги игры
--	--	---

Вожатый или спортивный тренер перед тем, как предложить игру, сначала ее объясняет, стоя в кругу на его линии, а не в центре, потому что дети не должны оказаться за спиной [19].

Порядок объяснения подвижной игры для детей 8-9 лет рекомендуется следующий:

- название игры и краткая характеристика;
- исходное положение игроков и их роли;
- цель, ход игры и ее конечный результат;
- четко сформулированные правила, которым необходимо следовать.

При необходимости на собственном примере вожатый или спортивный тренер показывает моменты и приемы игры, обозначает условные сигналы

начала и конца игры (это может быть свисток, взмах флажком или рукой, словесная команда и т.д.) [26].

Любая подвижная игра это командная игра, поэтому участники делятся на команды. Это может быть самостоятельный выбор играющих, выбирают капитаны или выбирает сам вожатый или спортивный тренер по своему усмотрению или по расчету «первый-второй, первый-второй».

Практически в каждой подвижной игре требуется водящий или капитан команды, которого выбирают одним из нескольких способов: по желанию самих играющих, по решению волшебства, по назначению вожатого или спортивного тренера, по считалке, по жребью [26, 32].

Детский оздоровительный лагерь требует от вожатого или спортивного тренера чёткой организации занятий с подвижными играми с детьми 8-9 лет, поэтому они выступают и в роли организатора и в роли судьи одновременно. Вожатый или тренер следит за длительностью игры в основном по состоянию играющих, так как многие подвижные игры неопределены по времени (салки, жмурки, прятки). Самое главное вовремя дать сигнал конца игры, когда еще дети не перенасытились, но стали уставать, при этом это должно выглядеть естественно, к примеру – смена водящих [16, 36].

Завершение игры, подведение ее итогов – важный момент с педагогической точки зрения, поэтому вожатый или спортивный тренер в первую очередь спокойным тоном обязательно хвалит, а потом делает замечания и разъясняет некоторые моменты, вселяя веру в новые достижения, проводит разбор игры, при котором все достижения и недостатки обсуждаются коллективно [24, 33].

В задачи вожатого или спортивного тренера входит не только правильное проведение той или иной игры, но и донесение мысли играющим о том, что главное не победа, а удовольствие в игре, их физический и духовный рост.

Правильно организованные подвижные игры в детском оздоровительном лагере благоприятно отражаются на состоянии и самочувствии детей [12].

Выводы по Главе 1

Таким образом, в первой главе мы узнали, что игра считается первой деятельностью, которой принадлежит огромная роль в формировании личности ребенка: расширение кругозора, развитие наблюдательности и сообразительности, развитие умения анализировать, сопоставлять и обобщать. Подвижную игру можно выделить как отдельный важнейший воспитательный институт, который способствует как развитию физических и умственных способностей, так и изучение нравственных норм, правил поведения, этических ценностей общества. Акцент в работе мы сделали именно на подвижную игру, которая рассматривается как осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Нами были рассмотрены такие классификации подвижных игр как: элементарные и сложные, сюжетные и бессюжетные, игры-забавы и аттракционы [1, 3].

Мы затронули организационную форму подвижных игр в детском оздоровительном лагере: планирование разрабатывается с учетом дневного распорядка в сочетании с другими заданиями физического характера; игры могут проводиться как отдельные мероприятия между группами одного отряда или между несколькими отрядами или входить в программу спортивных соревнований. При проведении любой подвижной игры учитывается, прежде всего, возраст детей, их физическое состояние и внимание, в данной квалификационной работе мы рассматриваем возраст детей 8-9 лет. Спортивный тренер изучает теоретические основы и основы методики применения той или иной подвижной игры, далее готовит описание подвижной игры и ставит педагогические задачи.

Правильно организованные подвижные игры в детском оздоровительном лагере благоприятно отражаются на состоянии и самочувствии детей [14, 38].

В младшем школьном возрасте подвижные игры должны стоять особняком, так как это соответствует их возрастным особенностям, укрепляет их здоровье, воспитывает привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями и повышает физическую подготовленность, ведь дети знакомятся с основами техник различных видов спорта в доступной форме [18, 20].

Глава 2. Методы и организация исследования

2.1. Методы исследования

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение данных литературных источников;
- анкетирование;
- педагогическое наблюдение;
- контрольные испытания;
- методы математической статистики.

Теоретический анализ и обобщение данных литературных источников

Анализ общепедагогической и научно-методической литературы раскрывает теоретические основы и классификации подвижных игр, особенности применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в оздоровительном лагере, а так же организацию и содержание занятий для детей 8-9 лет с использованием подвижных игр в условиях оздоровительного лагеря. Знание всех этих особенностей помогло нам подобрать адекватные тестовые задания для изучения развития физических качеств с учетом возрастных особенностей.

Анкетирование детей, их родителей и инструкторов по физической культуре осуществлялось с целью получения от них сведений о подвижных играх, о степени их значимости в жизни детей. Специально разработанная анкета соответствовала общепринятым требованиям (прил. 1).

Педагогическое наблюдение осуществлялось с целью получения сведений о влиянии применяемых подвижных игр на уровень физической подготовленности детей 8-9 лет в летний период.

Контрольные испытания

Для выявления особенностей применения подвижных игр для детей 8-9 лет в условиях детского лагеря и исследования их влияния на физическое состояние детей нами были проведены контрольные испытания в начале смены и в конце, которые включали в себя тесты общей физической подготовленности:

- 1) бег на 30м - измерение скоростных возможностей, без затрагивания выносливости. Проводится с высокого старта, фиксируется время пробега дистанции;
- 2) челночный бег 3x10 – оценка ловкости координационных способностей. Предполагает преодоление дистанции в 10 метров три раза;
- 3) Прыжки в длину с места – тест для оценки скоростно-силовых способностей. Прыжок производится из положения «стоя обеими ногами на линии старта», дальность измеряется в сантиметрах;
- 4) Подтягивания на перекладине – тест для измерения силовых способностей. Мальчики подтягиваются на высокой перекладине, девочки – на низкой. Измеряется количество полных циклов подтягиваний за 30 секунд;
- 5) Бег в течение 6 минут – один из тестов К.Купера для оценки аэробных возможностей и выносливости. Проводится с высокого старта, есть возможность чередования бега и ходьбы, главная задача состоит в том, чтобы преодолеть как можно больше метров за 6 минут [9, 39].

Методы математической статистики

Фактический материал обрабатывался с помощью математико-статистических методов [25].

Для расчета достоверности различий выполнялся следующий порядок операций:

- 1) вычисление среднего арифметического показателя выборки (\bar{X});
- 2) вычисление среднего квадратического отклонения σ ;

- 3) определение стандартной ошибки среднего арифметического значения (m);
- 4) вычисление средней ошибки разности (t);
- 5) определение достоверности различий по таблице вероятности распределения Стьюдента.

2.2. Организация исследования

В экспериментальных исследованиях приняли участие дети 8-9 лет в количестве 24 человек, отдыхающих в летнем спортивно-оздоровительном лагере «Электроника» Шебекинского района в летнем оздоровительном лагере «Сосновый бор» Белгородского района. Состав отрядов в количественном отношении был равный, а в половом и возрастном практически идентичен, что не так важно, так как до начала полового созревания в физическом развитии мальчиков и девочек разница не существенна. Проводилось педагогическое наблюдение за ежедневными занятиями, включающими подвижные игры. В начале эксперимента нами было проведено первое контрольное тестирование, а в конце второе.

Исследовательская работа осуществлялась в несколько этапов.

1. Подготовительный этап (январь – август 2018) изучалось состояние вопроса по данным литературных источников и современной практики. Проведены педагогические наблюдения за детьми на занятиях с подвижными играми в детском оздоровительном лагере. Вместе с этим формулировались и уточнялись цель, задачи, гипотеза исследования, определялись методы педагогического контроля, этапы экспериментальной работы.

2. Основной этап (август 2018) проводился эксперимент, в ходе которого проводилось изучение особенностей применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в условиях детского оздоровительного лагеря.

3. Заключительный этап (сентябрь 2018 – апрель 2019) имел обобщающий характер. Полученные результаты обрабатывались с помощью методов математической статистики и оформлялись в виде выпускной квалификационной работы.

Глава 3. Влияние целенаправленного применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в условиях оздоровительного лагеря

3.1 Анализ результатов анкетирования «Подвижные игры»

Анкетирование «Подвижные игры» было проведено на базе детского спортивно-оздоровительного лагеря «Электроника» и детского оздоровительного лагеря «Сосновый бор» с целью выявления отношения детей, родителей и инструкторов по ФК к подвижным играм и их место в жизни. Респондентами соответственно были дети 8-9 лет (24 человека: 11 мальчиков, 13 девочек), их родители (24 человека) и инструкторы по физической культуре (2 человека). 3 анкеты по 6 вопросов, несущие одну смысловую нагрузку.

В анкете для детей вопросы были направлены на выявление отношения к игре в общем и конкретно к подвижным играм. На первый вопрос все дети дали утвердительный ответ, все любят играть. Исходя из ответов на второй вопрос, где можно было выбирать несколько вариантов, дети младшего школьного возраста больше всего любят:

1. «Подвижные игры» - 18 (75%)
2. «Настольные игры» - 12 (50%)
3. «Компьютерные игры» - 8 (33%)
4. «Сюжетно-ролевые игры» - 2 (8%)

Проанализировав данную информацию можно сделать несколько выводов:

- для детей младшего школьного возраста характерна не только особая подвижность, но и постоянная потребность в ней, поэтому подвижные игры у большинства стоят в приоритете;

- дети возраста 8-9 лет очень любознательны и они настроены на познавательную деятельность, поэтому настольные и компьютерные игры также занимают их свободное время, но в меньшей степени;

- сюжетно-ролевые игры, которые способствуют воспитанию нравственных качеств, уже не являются основной игровой деятельностью для

детей возраста 8-9 лет, так как у них уже сформированы эти качества, а именно: коллективизм, товарищество, доброжелательность, справедливость, но они требуют дальнейшего развития.

С третьего по шестой вопрос были конкретно про подвижные игры. Все дети знают, что такое подвижные игры. Четвертый и пятый вопросы были необходимы для того, чтобы понять какие именно подвижные игры дети знают и в какие из них любят играть. Среди ответов больше всего было выборов за «Догонялки» (18 – 75% знают/11 – 46% любят играть), «Прятки» (17-71%/9-38%), «Футбол» (10-42%/8-33%). В списке игр, которые они знают и в которые играют, были также «Жмурки», «Салки», «Бадминтон», «Классики», «Красочки», «Казачьи-разбойники», «Выбивной», «Пионербол», «Чётики», «Резиночки», «Заморозка». Соотношение «игр, которые известны» и «игр, в которые любят играть» практически равно, за исключением игры «Догонялки». Последний вопрос выявил, что все дети знают какие предметы нужны для той или иной игры.

В анкете для родителей также было 6 вопросов. Проанализировав ответы, было выяснено, что с детьми гуляют на выходных все, но 75% (18 человек) делают это в выходные дни регулярно, 25% (6 человек) редко, аргументируя это тем, что дети уже самостоятельные и им интересно проводить время со своими сверстниками.

Второй вопрос выясняет куда именно родители ходят вместе с детьми:

- в детский парк – 9 (37,5%)
- во двор – 12 (50%)
- В магазин – 7 (29%)
- на спортивную площадку – 12 (50%)
- Ребенок гуляет один – 6 (25%)

Исходя из этих ответов, можно сделать вывод, что спортивная площадка и двор преобладают над детским парком и походом в магазин, что родители заботятся о физическом воспитании своих детей и приобщают к здоровому образу жизни, совместно играя или совершая пешие прогулки.

Третий вопрос был необходим для того, чтобы понять насколько хорошо родители знают о предпочтениях своих детей в играх и сверить результаты с ответами детей, которые по итогу не были идентичны, но приближенны. По мнению родителей, дети предпочитают подвижные игры (19 ответов – 79%) настольным и компьютерным (по 9 ответов – 37,5%), а сюжетно-ролевым играм не все дети уделяют внимание (4 ответа – 17%).

Четвертый и пятый вопрос касался названий подвижных игр, в которые играли в детстве родители и которые они вообще знают. Упоминались такие игры, как «Футбол» (10), «Прятки» (8), «Резиночки» (8), «Догонялки» (7), «Казачи-разбойники» (6), «Классики» (6), «Выбивной» (6), «Прыжки на скакалке» (4), «Салки» (3), «Пекарь» (2), «Лапта» (2), «Гуси-лебеди» (1), «Городки» (1), «Войнушка» (1).

На последний вопрос анкеты часто ли родители играют в подвижные игры с детьми, были даны такие ответы: 10 (42%) – часто, 9 (37,5%) – нет, 5 (21%) – редко. Можно сделать вывод, что дети 8-9 лет уже самостоятельно могут организовать игру и более интересно делать это с другими детьми, а не со взрослыми, так они хотят занимать в игре активную позицию.

Анкетирование с инструкторами по физической культуре также включало в себя 6 вопросов касательно игр. По их мнению, дети возрастной группы 8-9 лет с большим интересом любят играть в подвижные игры, что соответствует ответам самих детей и их родителей. На занятиях по физической культуре проводятся такие подвижные игры, как «Охотники и утки», «Гуси-лебеди», «День-ночь», «Вызов номеров», «Пятнашки», «Перестрелка», «Третий лишний», «Иголка – нитка», «Кошки-мышки», они же и преобладают в данной возрастной категории. Инструктора не используют отдельно подвижные игры для мальчиков и девочек и считают, что они способствуют физическому развитию детей. Шестой вопрос выявляет результаты, которых хотят добиться: развитие ловкости, быстроты, координации, укрепление общефизического состояния, развитие ответственности за себя и за команду, радостные эмоции.

Таким образом, результаты анкетного опроса детей 8-9 лет, их родителей и инструкторов по физической культуре, показывают, что подвижные игры у детей данной возрастной категории стоят в приоритете. Это соответствует их возрастным особенностям, укрепляет их здоровье, воспитывает привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями и повышает физическую подготовленность, ведь дети знакомятся с основами техник различных видов спорта в доступной форме. Согласно данным анкет, дети играют в основном в те подвижные игры, в которые играли их родители, так как они не требуют контроля со стороны взрослых. Игры, которые предлагают инструкторы по физической культуре, требуют особых правил и контроля, определенного количества игроков, поэтому самостоятельно их организовать сложно. Чаще дети этого возраста меньше играют с родителями, так как уже могут организовать игры самостоятельно, что подтверждает факт о том, что благодаря подвижным играм у детей развивается самостоятельность, активность, инициативность и сообразительность, расширяется кругозор, развивается мышление, смекалка, ловкость.

3.2 Анализ результатов педагогического эксперимента

Любая игра для ребенка это, в первую очередь, приобретение навыков и умений, а подвижная игра - жизнь: активизируется дыхание, кровообращение, обмен веществ, что, безусловно, способствует развитию мышц, костей, суставов; повышенная активность сердца и легких положительно влияет на координацию движений, улучшает реакцию нервных окончаний и психологическое состояние.

Подвижная игровая деятельность несет эмоциональный подъем, который, в свою очередь, повышает физиологический тонус организма ребенка, что является сегодня целью всех детских летних оздоровительных лагерей.

Цель данной выпускной квалификационной работы состояла в определении особенностей применения подвижных игр в условиях

оздоровительного лагеря. Для этого был проведен педагогический эксперимент, с помощью которого можно отследить прирост показателей физической подготовки за время занятий, включающих подвижные игры, в лагере.

Во время эксперимента осуществлялось наблюдение за двумя отрядами двух разных оздоровительных лагерей, в которых на занятиях по физической культуре инструктора по ФК включали подвижные игры.

В спортивно-оздоровительном лагере «Электроника» и в оздоровительном лагере «Сосновый бор» применялись практически одни и те же подвижные игры, целью которых было развитие внимания, глазомера, ловкости, координацию движений, выносливость, силовую выносливость, быстроту реакции, скоростные качества, обучение прыжкам с места в длину и укрепление опорно-двигательного аппарата.

Для определения уровня развития физических качеств детей 8-9 лет были проведены предварительные измерения в начале смены и контрольные в конце для сравнительного анализа и выявления прироста. Результаты представлены в таблице 3.1.

Таблица 3.1

Динамика развития физических качеств детей 8-9 лет в начале и в конце лагерной смены

№ п/п	Тесты		В начале исследования $X \pm m$	В конце исследования $X \pm m$	t	p
1.	Бег 30 м. (сек.)	1Г	$6,7 \pm 0,3$	$6,4 \pm 0,27$	2,5	<0,05
		2Г	$6,9 \pm 0,5$	$6,66 \pm 0,4$	2,8	<0,05
2.	Челночный бег 3x10 м. (сек.)	1Г	$9,8 \pm 0,24$	$9,5 \pm 0,21$	2,8	<0,05
		2Г	$10,025 \pm 0,24$	$9,775 \pm 0,18$	2,5	<0,05
3.	Прыжок в длину с места (см.)	1Г	$129,7 \pm 3,7$	$133,4 \pm 3,9$	4	<0,05
		2Г	$124 \pm 6,7$	$129 \pm 5,8$	4,4	<0,05

4.	Подтягивания (р)	1Г	$4,7 \pm 0,8$	$5,7 \pm 0,6$	3,4	<0,05
		2Г	$5,2 \pm 0,75$	$6,7 \pm 0,8$	5	<0,05
5.	6-и минутный бег (м)	1Г	$880,8 \pm 65,1$	$925 \pm 65,1$	3,1	<0,05
		2Г	$867,5 \pm 69,7$	$941,7 \pm 60,4$	4,1	<0,05

Из материалов таблицы следует, что показатели 2-х групп в начале смены достоверных различий не имели и соответствовали средним показателям физической подготовленности для мальчиков и девочек 8-9 лет. В конце смены показатели возросли в каждой группе, однако результаты по прежнему соответствовали среднему уровню физической подготовленности.

Анализируя данные показатели физических качеств детей 8-9 лет в каждой из групп, необходимо отметить, что нулевая гипотеза отвергается, так как $t > 2,20$, т.е. можно быть уверенным в достоверности различий.

Есть вероятность, что прирост физических способностей, а именно скоростных, скоростно-силовых, силовых, координационных и выносливости, произошел не случайно, а под влиянием занятий, включающих подвижные игры.

В младшем школьном возрасте практически все физические качества имеют довольно высокие темпы прироста.

В беге на 30метров проявляются скоростные качества, которые по данным литературных источников наиболее благоприятно развиваются в возрасте от 8 до 13 лет, что подтверждает критерий достоверности 2,5 и 2,8, который находится в зоне определенности. Также очень важно то, что дети данного возраста могут иметь примерно одинаковые показатели скорости бега, так как в отличие от подростков у них нет зависимости роста от скорости.

Младший школьный возраст также благоприятен для развития координационных способностей, поэтому мы исследовали их с помощью челночного бега 3x10. Естественный прирост показателей КС с 7 до 10 лет

довольно высок. Согласно данным из таблицы, прирост показателей КС средний, критерий достоверности 2,8 и 2,5.

Скоростно-силовые качества были исследованы с помощью прыжков с места. Из таблицы видно, что данные качества увеличились в достаточной мере, показатель Стьюдента 4 и 4,4 находится в зоне значимости. Согласно литературным данным средний прирост скоростно-силовых качеств нижних конечностей приходится как раз на возраст 8-9 лет.

Силовые качества были исследованы нами с помощью подтягиваний (на низкой и высокой перекладине). Установлено, что от 7-12 лет идет интенсивное нарастание двигательных способностей. Согласно литературным данным, развитие силы происходит неравномерно, но в возрасте 8-11 лет она нарастает интенсивно, поэтому прирост оправдан: критерий Стьюдента 3,4 и 5.

Выносливость в разные возрастные периоды повышается неравномерно, так как в каждом периоде неодинакова продолжительность усилия различных групп мышц. Согласно таблице, выносливость повысилась существенно, критерий Стьюдента 3,1 и 4,1 в зоне значимости. Известно, что в младшем школьном возрасте существуют предпосылки для развития общей выносливости, только показатели у мальчиков и девочек разнятся: наибольший прирост у мальчиков приходится на возраст от 8-9 до 10 лет, а у девочек после 10 лет.

Анализ особенностей применения подвижных игр с детьми 8-9 лет в детском оздоровительном лагере показал, что уровень их физической подготовленности за лагерную смену остается практически на одном и том же уровне, хотя прирост показателей растет.

Таблица 3.2

Сравнительные результаты физических качеств детей 8-9 лет в конце лагерной смены

№ п/п	Тесты	1 группа $X \pm m$	2 группа $X \pm m$	$t(2,07)$	p
1.	Бег 30 м. (сек.)	$6,4 \pm 0,27$	$6,66 \pm 0,4$	0,52	$>0,05$
2.	Челночный бег 3x10 м. (сек.)	$9,5 \pm 0,21$	$9,775 \pm 0,18$	0,9	$>0,05$
3.	Прыжок в длину с места (см.)	$133,4 \pm 3,9$	$129 \pm 5,8$	0,6	$>0,05$
4.	Подтягивания (р)	$5,7 \pm 0,6$	$6,7 \pm 0,8$	1	$>0,05$
5.	6-и минутный бег (м)	$925 \pm 65,1$	$941,7 \pm 60,4$	0,2	$>0,05$

Сравнивая конечные результаты двух отрядов по каждому виду, критерий достоверности t везде меньше критического значения. Следовательно, мы пришли к следующему выводу: различия между полученными в результате наблюдения средними арифметическими значениями считаются недостоверными, а значит, недостаточно оснований для того, чтобы говорить о том, что особенности применения подвижных игр в одном лагере эффективнее, чем в другом.

Резюмируя выше сказанное, можно сделать вывод о том, что результативность применения подвижных игр есть, но она не систематизирована. Таким образом, работа по формированию физических качеств у детей возраста 8-9 лет в оздоровительном лагере с помощью подвижных игр должна строиться с учетом возрастных особенностей и быть направлена на развитие конкретных физических качеств, которые обладают наиболее благоприятными периодами, а именно: скоростные способности, силовые качества и координационные способности.

Выводы по Главе 3

Изменения произошли во всех тестах, характеризующих физические качества. Это доказывает, что подвижные игры воздействуют на все психофизические функции и качества детей младшего школьного возраста.

По показателям, характеризующим уровень развития силовых способностей, произошли более существенные изменения.

Нет отряда, у которого все показатели лучше, каждый отряд проявил все вышеперечисленные качества и умения в большей или меньшей степени.

В ходе наблюдения получило подтверждение наше предположение о том, что изучение особенностей применения подвижных игр с детьми 8-9 лет, позволит разработать практические рекомендации по их использованию в условиях детского оздоровительного лагеря с целью повышения уровня их физической подготовленности в летний период.

В начале лагерной смены между результатами тестирования учащихся разных отрядов значимых различий не было. По окончании смены в каждом отряде улучшились результаты по всем тестам на уровне значимости $p < 0,05$, только уровень физической подготовленности у большинства детей остался на прежнем среднем уровне.

Выводы

Литературное исследование показало, что подвижные игры можно выделить в отдельный важнейший воспитательный институт, который способствует как развитию физических и умственных способностей, так и изучению нравственных норм, правил поведения, этических ценностей общества. На основе работ ряда педагогов и учета зарубежных публикаций можно сделать вывод, что подвижная игра рассматривается как осмысленная деятельность, которая направлена на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях.

Организационная форма подвижных игр в ДОЛ может быть разнообразной. Планирование разрабатывается с учетом дневного распорядка в сочетании с другими заданиями физического характера, а также с учетом возрастных особенностей. Для детей 8-9 лет с помощью подвижных игр воспитывается основа поведения, умения следовать правилам общественного порядка. Чтобы правильно организовать занятия с подвижными играми для детей 8-9 лет в оздоровительном лагере и провести их, вожатому или спортивному тренеру необходимо сначала изучить теоретические основы и основы методики применения той или иной подвижной игры, а потом подготовить описание подвижной игры.

Правильно организованные подвижные игры в детском оздоровительном лагере благоприятно отражаются на состоянии и самочувствии детей, поэтому мы разработали практические рекомендации по организации и проведению занятий с применением подвижных игр в оздоровительном лагере для детей 8-9 лет.

Практические рекомендации

1. В результате наблюдения за особенностями применения подвижных игр для детей 8-9 лет в условиях оздоровительного лагеря и анализа научно-методической литературы мы выделили физические качества, которые в данный возрастной период особенно поддаются целенаправленной спортивной тренировке. В связи с этим, в возрасте 8-9 лет целесообразно более существенно акцентировать внимание на развитие силовых, скоростных и координационных способностях в процессе занятий, включающих подвижные игры.
 - 1.1 Подвижные игры на развитие силовых способностей: «День и ночь», «Коршун и наседка», «Удочка», Гонка мячей по кругу, перетягивание каната, бег с набивным мячом, прыжки на одной ноге, «Всадники».
 - 1.2 Подвижные игры на развитие скоростных способностей: «Свободное место», «Посадка картофеля», «Смени место».
 - 1.3 Подвижные игры на развитие координационных способностей: «Удочка», «Змейка», «Не урони мяч», «Охотники и зайцы», «Кружева», «Караси и щука», «Гуси-лебеди», «Попробуй поймай», «Пятнашки», «Кто дальше?» (бег со скакалкой), «Белые медведи», «Не попадись...», «Горелки», «С кочки на кочку».
- 2 Контроль за уровнем физической подготовки детей должен осуществляться на каждом занятии с подвижными играми.
- 3 Большую часть времени уделять подвижным играм, включающим кратковременно-интенсивные повторяющиеся действия с сюжетными паузами для развития быстроты, силы и координации.

Список использованной литературы

1. Аникеева Н.П. Воспитание игрой: кн. Для учителя. – М.: Просвещение, 1987.-144с.
2. Аршавский И.А. Основы возрастной периодизации //Возрастная физиология: Руководство по физиологии /Под ред. В.Н. Никитина – Л.:Наука, 1975. –С. 5 – 67.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: учебн. для студ. фак. физ. культуры пед ин – тов. – М.: Инфра-М, 2006. – 287 с.
4. Бабенко Т.И. Экспрес-оценка физического здоровья школьников, условий их обучения и воспитания: Метод, рек. /Т.И. Бабенко, И.И. Каченский. – Ростов - на - Дону, 2005. – 32 с.
5. Былеева Л.М., Коротков И.М. Подвижные игры "Физкультура и спорт" [Текст] / Л.М. Былеева.- М., 1986.-154с.
6. Видякин Н.Я. Физкультура внеклассного мероприятия в школе.- М.: Просвещение, 2006.- 153 с.
7. Виленская Т.Е. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста [Текст]: учеб. пособие / Т.Е. Виленская. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 160 с.
8. Гжемская, Н.Х. Особенности физического развития мальчиков 8-10 лет при различной двигательной активности / Н.Х. Гжемская, В.В. Павлов, С.А. Снесарев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 11 (141). – С. 44-48.
9. Годик М.А., Бальсевич В.К., Тимошкин В.Н. Система общеевропейских тестов для оценки физического состояния человека // Теория и практика физической культуры. - 2004. - № 5-6. - С.24-32.
10. Головина Л.Л. Физиологические особенности некоторых функций и мышечной деятельности школьников. – М., 2003. – 197 с.

11. Глазырина Л. Д., Лопатик Т. А. Методика преподавания физической культуры (1-4 классы). М: Владос, 2004. . – 206 с.
12. Григоренко Ю.Н., Кострецова У.Ю. Кипарис: Учебное пособие по организации детского досуга в лагере и школе. М.: Педагогическое общество России, 202. – 238 с.
13. Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология: Учеб. пособие для студентов ВУЗов. – М., 2005. – 80 с.
14. Жуков М.Н. Подвижные игры.- М.: Академия, 2000.- 160 с.
15. Зобков В.А. Психология младших школьников с различными типами отношения к физической культуре //Теория и практика физической культуры. – 1996. – №1. – С. 16–17.
16. Коваль М.Б. Ключ к успеху: Пособие для работников учреждений летнего отдыха и оздоровления детей. – М.: НИИ семьи, 1998. – 136 с.
17. Кузнецов В.С. Физическое упражнения и подвижные игры. Методическое пособие [Текст] / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - М.: НЦ ЭНАС, 2006. - 151 с.
18. Кузьмин Н.И. Подвижная игра как средство обучения и воспитания учащихся [Текст] / Физическая культура в школе - 2008. - № 6. - 20 с.
19. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] / Ю.Ф. Курамшин. - М.: Советский спорт, 2007. - 16 с.
20. Лаптев А.П. Возрастные особенности организма // Физическая культура и спорт. - 2004. - №8.
21. Ленерг Г., Лихман И. «Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста». М.:2003г.
22. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры.- М.: Академия, 2004.- 198 с.
23. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебн для ин-тов физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 543 с.

24. Методические рекомендации к Программе воспитания и обучения в детском саду. Под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005г.

25. Методы математической статистики в спортивно-педагогических исследованиях: учебно-методическое пособие / Л.А. Кадуцкая, А.В. Посохов, Т.А. Миронова и др. – Белгород: ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2017. – 67 с.

26. Найминова Э. Физкультура. Методика проведения. Спортивные игры.- Ростов-на-Дону.: Феникс, 2003.- 342 с.

27. Павлов, В.В. Эффективность физического воспитания детей 8-10 лет при различном планировании учебного процесса : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Павлов В.В. – Чебоксары, 2000. – 21 с.

28. Пензулаева Л.И. «Настольная книга учителя физической культуры». – М.: Физкультура и спорт, 2000г.

29. Погадаев Г. И. Настольная книга учителя физической культуры. Мб Физкультура и спорт, 2000.– 476 с.

30. Прибыщенко М. Н. и др. Спортивные праздники круглый год. М: МарТ, 2004. . – 76 с.

31. Решетников Н. В., Кислицын Ю. Л. Физическая культура. М: Академия, 2002, – 134с.

32. Рунова М.А. «Двигательная активность ребёнка в детском саду».: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.: Мозаика – Синтез, 2003г.

33. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания». – М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника». 2005г.

34. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». – М.: Мозаика - Синтез, 2005г.

35. Фомин Н.А., Фомин В.Е. «Возрастные основы физического воспитания». – М.: Физиология и спорт. 2008г.

36. Фролова В.Г. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке». М.: «Просвещение», 2001г.
37. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М: Академия, 2001.– 476 с.
38. Шапошников Е.А. Об индивидуальной и групповой оценке физического развития детей и подростков //Педиатрия. – 2004. – № 12. –С. 55–58.
39. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств [Текст] / Под общей ред. А.В. Карасева. - М.: Лептос, 2004. - 368 с.