

Оглавление

| | |
|---|----|
| Введение..... | 3 |
| Глава 1. Теоретический анализ физического воспитания детей младшего школьного возраста в условиях школы и семьи..... | 5 |
| 1.1. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста в условиях школы..... | 5 |
| 1.2. Физическое воспитание детей в условиях семьи..... | 10 |
| 1.3. Взаимодействие семьи и школы в процессе физического воспитания..... | 13 |
| Вывод..... | 14 |
| Глава 2. Организация и методы исследования..... | 17 |
| 2.1. Организация исследования..... | 17 |
| 2.2. Методы исследования..... | 18 |
| 2.3. Педагогическая модель взаимодействия семьи и школы в физическом воспитании детей младшего школьного возраста | 24 |
| Глава 3. Результаты исследования и их обсуждения..... | 27 |
| 3.1. Состояние физического воспитания детей в условиях семьи..... | 27 |
| 3.2. Обоснование педагогической модели взаимодействия семьи и школы в процессе физического воспитания младших школьников..... | 28 |
| 3.3. Практические рекомендации..... | 29 |
| Заключение..... | 38 |
| Библиографический список | 40 |
| Приложение..... | 44 |

Введение

Актуальность темы: В современном обществе проблема взаимодействия семьи и школы становятся особенно важными. Главные роли в процессе становления личности каждого человека играют родители и педагоги, значимость которых невозможно преувеличить. Связь между школой и семьей очень важна при воспитании ребенка. Ему становится намного интереснее учиться и физически развиваться, когда родители участвуют в его спортивном воспитании (в качестве жюри, судей, участников соревнований, эстафет, спортивных праздников). Важное значение приобретает взаимодействие, основанное, прежде всего, на взаимопонимании, взаимодополнении, сотрудничестве школы и семьи в воспитании и образовании новых поколений.

В настоящее время во взаимодействии семьи и школы в процессе физического воспитания детей возникает ряд объективных трудностей. Во-первых, родители не всех детей могут отдать ребенка в секцию, так как это требует определенных материальных затрат. Во-вторых, загруженность детей на уроках не оставляет времени на дополнительные мероприятия, связанные с воспитанием физической культуры. В-третьих, отношение самих педагогов к данному вопросу зачастую поверхностны: физическое воспитание, как правило, не воспринимаются учителями всерьез. Следует отметить, что учебный процесс современной начальной школы в основном направлен на развитие интеллектуальных способностей, в связи с чем у детей возникает учебная перегрузка и гиподинамия. Забота о сохранении и укреплении физического здоровья младших школьников уходит на второй план.

В научно-педагогической литературе предложено рассмотрение вопросов по сотрудничеству семьи и школы в образовательном процессе, но решение данной проблемы в процессе физического воспитания практически не рассматривались.

Следовательно, рассмотренная проблема взаимодействия семьи и школы в процессе физического воспитания младших школьников является актуальной.

Объект исследования: физическое воспитание детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: взаимодействия семьи и школы в процессе физического воспитания.

Цель работы: Определить эффективность взаимодействия семьи и школы в ходе физического воспитания учащихся.

Для решения поставленной цели, решались следующие **задачи:**

1. Изучить научную литературу по теме исследования.
2. Разработать педагогическую модель взаимодействия семьи и школы в физическом воспитании младших школьников.
3. Обосновать основные формы совместной деятельности семьи и школы в физическом воспитании учащихся.

Гипотеза исследования: Мы предполагаем, что разработанная педагогическая модель взаимодействия семьи и школы, на основе различных нетрадиционных форм и создания родительского клуба, позволит повысить физическую подготовленность учащихся.

Теоретическая значимость работы: разработанного проекта заключается в том, что рассматривались новые формы проведения внеклассных мероприятий, совместных уроков, благодаря которым, теоретические и практические знания усваиваются гораздо быстрее и не вызывают особых затруднений. Создают благоприятные условия для физического воспитания детей младшего школьного возраста.

Практическая значимость работы: разработанная педагогическая модель может быть использована в общеобразовательных школах как фактор укрепления здоровья, формирования здорового стиля жизни детей младшего школьного возраста и приобщения к систематическим занятиям физической культурой.

Глава 1. Теоретический анализ физического воспитания детей младшего школьного возраста в условиях семьи и школы

1.1. Физическое воспитание детей младшего школьного возраста в условиях школы

Период младшего школьного возраста длится с 7 до 10 лет. Для детей этого возраста потребность в высокой двигательной активности является естественной. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющих функциональных возможностей органов и структур организма детей [1].

Физическое воспитание - это вид воспитания, специфическим содержанием которого является обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специфическими физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях [10].

Ориентация современной школы на гуманизацию процесса образования и разностороннее развитие личности каждого ребенка предполагает в частности необходимость гармоничного сочетания собственно учебной деятельности, в рамках которой формируются базовые знания, умения и навыки, с деятельностью творческой, связанные с развитием индивидуальных задатков учащихся, их познавательной активности способствуют самостоятельно решать нестандартные задачи.

Л.П. Матвеев, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов считают, что целью физического воспитания является оптимизация физического развития человека, всестороннего совершенствования свойственных каждому физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств, характеризующих общественно активную личность.

Физическое воспитание в системе начинается в дошкольном возрасте, физическая культура - обязательный предмет в школе. Различные формы

внеклассной и внешкольной работы являются существенным дополнением к урокам физической культуры. Задачу формирования всесторонне гармонически развитой личности решает физическое воспитание, тесно связанное с другими составными частями воспитания.

Воспитание устойчивого интереса и потребности в систематических занятиях физической культурой. Постоянная внутренняя готовность личности к физическому самосовершенствованию лежит в основе здорового образа жизни. Она является результатом регулярных (в течении многих лет) занятия физическими упражнениями при положительном и активном отношении к ним самих учащихся. В рамках физического воспитания нужно обеспечить детскую подвижность, моторику в правильных формах, дать ей направленный выход. Во время физических упражнений, получаемый интерес и удовольствие, формируют привычку заниматься ими, затем перерастающую в устойчивую потребность, сохраняющуюся на долгие годы.

Приобретая необходимый минимум теоретических знаний из области четкое представление о режиме дня и личной гигиене, о значении физической культуры и спорта для укрепления здоровья, и поддержания высокой работоспособности, о гигиенических правилах при занятиях физическими упражнениями, о двигательном режиме и природных факторах закаливания, об основных приемах самоконтроля, о вреде курения и алкоголя.

Для достижения цели физического воспитания применяются следующие группы средств:

- 1) физические упражнения;
- 2) оздоровительные силы природы;
- 3) гигиенические факторы.

Физические упражнения являются основным специфическим средством физического воспитания, вспомогательными средствами - оздоровительные силы природы и гигиенические факторы. Комплексное использование этих средств, по мнению А.П. Матвеева, Ж.К. Холодова, В.С. Кузнецова, позволяет

эффективно решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Урок физической культуры является основной формой занятий физическими упражнениями в начальной школе, он формируется с общими педагогическими положениями, а также с методическими правилами физического воспитания.

К формам организации физического воспитания относятся:

- 1) физкультурные занятия;
- 2) физкультурно-оздоровительные занятия (утренняя гимнастика, физкультминутки, закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями);
- 3) Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (подвижные игры, прогулки, индивидуальная работа с отдельными детьми и с небольшими группами, самостоятельные занятия учащихся различными видами физических упражнений, праздники).

Находясь во взаимосвязи, все эти формы, соответствуют задачам физического воспитания и всестороннего развития ребенка; каждая из них имеет свои специальные задачи, определяющие ее место в режиме дня школьного учреждения.

Для того чтобы добиться от школьников заниматься самостоятельно физическими упражнениями по мнению В.Е. Гриженя, необходимо, во-первых, когда учащиеся занимаются на уроке по отделениям, не надо давать им задания всегда строго по предписаниям. В некоторых случаях желательно ставить только общую задачу, а подбирать упражнения, придумать, как провести игру, выбрать снаряды и инвентарь, измерять результаты, определять победителей соревнований могут сами дети. Чем больше мера ответственности и самостоятельности, тем выше и интерес к уроку, дети в таких условиях могут быть очень изобретательными.

Значение физической культуры в школьный период жизни человека заключается в создании фундамента для всестороннего физического развития,

укрепления здоровья, формирование разнообразных двигательных умений и навыков. Все это приводит к возникновению объективных предпосылок для гармоничного развития личности.

Без активных физкультурных занятий полноценное развитие детей младшего школьного возраста практически недостижимо. Доказано, что недостаток двигательной активности серьезно ухудшает здоровье растущего организма человека, ослабляет его защитные силы, не обеспечивает полноценное физическое развитие [4].

Основы физического воспитания подрастающего поколения закладываются в школе. Это осуществляется благодаря всей системе воспитания: урокам, внешкольной работой, массовой оздоровительной работой, т.е. комплексом мероприятий.

По мнению Ю.А. Копылова, Л.Л. Головиной, недостаточная физическая активность детей особенно опасна в периоды активного роста тела ребенка и подростка, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания и ростом силового потенциала ребенка. Такие диспропорции развития часто являются основными причинами ухудшения здоровья детей, снижения у них жизненного тонуса. Правильно же организованный двигательный режим, разумное чередование различных физических нагрузок и закаливание позволяют не допустить возникновения заболеваний, помогают организму лучше сбалансировать процессы роста и физиологического созревания.

В.А. Плеханов, считает, что противоречия и их отрицательные последствия преодолеваются за счет включения детей в систему всеобщего физического воспитания, использования всех механизмов и стимулов физического совершенствования. Основным механизмом физического воспитания является физкультурно-спортивная деятельность. Благодаря физкультурно-спортивной деятельности крепнут мышцы, укрепляются костная, нервная, сосудистая системы, растет сопротивляемость организма к

заболеваниям, оттачиваются физические способности, повышается уровень морально-психологической устойчивости.

В ней проявляются, закрепляются такие черты характера, как выдержка, упорство само преодоление и самодисциплина, настойчивость и трудолюбие.

Выстраивая режим дня школьника и рассматривая вопросы двигательной активности младших школьников, необходимо учитывать характер их повседневной деятельности, связанной с обучением в школе. Начало обучения в школе для ребенка является критическим переходом из «играющего» в «сидящего». По данным исследований Н.А. Яблочниковой, свидетельство тому – снижение двигательной активности в среднем на 50% по сравнению с дошкольниками. У младших школьников наблюдается существенные различия между мальчиками и девочками в двигательной активности: мальчики имеют эти показатели в среднем на 16-30% выше.

В современном мире наблюдается, постоянный дефицит двигательной активности, что тормозит необходимое физическое развитие, угрожает здоровью. Около 30% детей школьного возраста составляют группу риска.

Уроки физкультуры в школе, по данным профессора Н.Т. Лебедевой, компенсируют в среднем лишь 11% суточной нормы двигательной активности ребенка. Дефицит движений, в свою очередь, приводит к нарушению осанки, избыточному весу, заболеваниям сердечно - сосудистой системы даже у младших школьников.

Главным стимулом деятельности для ребенка является стремление развить физические силы, сохранить здоровье, быть полезным и активным членом общества, оказывать помощь людям благодаря приобретенным физкультурно-спортивным умениям и навыкам. С этими стимулами сочетается естественное стремление детей к деятельности, подвижности, активности, которое лучше всего реализуется в общественно значимых формах физкультуры и спорта.

1.2. Физическое воспитание детей в условиях семьи

По мнению М. Шакуровой, семья – основа первичной социализации личности. Именно с семьей начинается процесс индивидуального усвоения ребенком общественных норм и культурных ценностей.

Физическое воспитание детей в семье предполагает организацию специальных физических упражнений и создание родителями определенных условий, влияющих на укрепление здоровья, на общее физическое развитие организма.

Главным и одним из важнейших институтов воспитания является семья. То, что ребенок приобрел в детские годы в семье, он сохраняет в течении всей последующей жизни. По длительности воздействия на личность ни один из институтов воспитания не сравнится с семьей, в ней ребенок находится в течении значительной части своей жизни. Основы личности ребенка закладываются в семье, и к поступлению в школу он уже более чем на половину сформировался как личность.

Большое значение физическая активность в воспитании навыков и умений, обеспечение высокой работоспособности, необходимых ребенку уже в детском возрасте. Значительное умственное и нервно-психическое напряжение во время учебного процесса постоянно увеличивается из-за усложнения учебной программы и требований к ребенку. Успешно ему может противостоять только физически подготовленный и организованный ребенок. Способствуют выработке внутренней дисциплины и собранности, повышения работоспособности и воспитанию умения экономить и целесообразно распределять свои силы, систематические занятия физическими упражнениями.

Хорошие физические данные обусловлены в первую очередь двигательной активностью ребенка он должен быть ловким, подвижным и выносливым.

По мнению Т.И. Бонкало, совместная деятельность родителей и детей в процессе физического воспитания - это важный фактор сплочения семьи, укрепления нравственного климата, создания добрых традиций, общих интересов.

Интерес детей к физическим упражнениям, спорту их активность и инициатива во многом определяется отношением семьи. Этому способствует близкое эмоциональное общение детей и взрослых, в различных жизненных ситуациях, возникающих при их совместной деятельности.

В совместных семейных занятиях физкультурой и спортом кроются огромные возможности и для повышения воспитательного потенциала семьи, улучшения отношений родителей со своими детьми [11]

По мнению Н.А. Симон, в связи с трудностями родители всё меньше времени уделяют детям, а у тех, кто это время находит, зачастую не хватает знаний и опыта для правильного воспитания ребенка. Большую ошибку совершают родители, если они стараются уберечь своих детей от физических нагрузок, спрятать от влияния окружающей среды, тем самым замедляя адаптацию ребенка к жизненным условиям, что замедляет и физическое и умственное развитие. Ограничение ребёнка в движении, желание избавить от физических нагрузок – прямой путь к ухудшению его здоровья, так как тормозится развитие организма.

В наше время детей, страдающих гиподинамией (дефицит усилий), даже самого раннего возраста, становится все больше и это понятие уже не так часто связывают с людьми более старшего поколения, как с детьми школьного возраста. Значительно увеличить двигательную активность ребенка без особых затрат времени и сил, родители могут в постоянном общении с детьми. Главное не забывать об этой важной задаче и проявить выдумку и терпение. Не следует упускать время, отведенное самой природой на формирование определенных физических качеств.

На последующих после рождения этапах жизни, родителям желательно владеть педагогика-техническим контролем над физическим состоянием ребенка. Они должны быть доступны для понимания родителей, точно отражать соответствующий уровень развития ребенка, выполнимые в домашних условиях. Для этого необходимо чтоб родители владели необходимым объемом знаний для укрепления здоровья своего ребенка через наиболее эффективные средства окружающей среды, сил природы, гигиенических факторов и физических упражнений. Родители должны осознать важность знаний приемов страховки и мер безопасности детей. Упражнения, предназначенные для домашних заданий, как правило, несложны, но все, же травмы не исключены, особенно для учащихся младшего возраста. Они ещё не обладают в достаточной мере ловкостью и координацией [3].

Родителям необходимо знать, как организовать занятия физическими упражнениями для того чтобы школьник физически развивался. Родители должны хорошо знать особенности развития и возможностей детей для правильного выбора двигательного режима. Так же важно приучить ребенка к новому режиму дня. До школы жизнь ребенка шла по определенному расписанию – естественно сложившемуся или установленному родителями.

Для начала необходимо помочь подобрать детям те упражнения или спортивные снаряды, которые им больше нравятся. Так как ребенку это будет нравиться его будет легко приучить к физическим упражнениям, при этом для него это не будет являться затруднительным и не возникнут эмоциональные затруднения.

Родители должны осознать важность знаний приемов страховки и мер безопасности детей. Упражнения, предназначенные для домашних заданий, как правило, несложны, но все, же травмы не исключены, особенно для учащихся младшего возраста. Они ещё не обладают в достаточной мере ловкостью и координацией. Для того чтобы школьник физически развивался

необходимо родителям знать, как организовать занятия физическими упражнениями.

Если родители видят, что у школьника возрастает интерес в выполнении физических упражнений, он регулярно занимается физкультурой, то следует поощрять его т.к. главная цель в дальнейшем будет достигнута, а это – улучшение здоровья детей, повышение их работоспособности, успеваемости и самостоятельности [7].

1.3. Взаимодействие семьи и школы в процессе физического воспитания

«Взаимодействие» - система взаимообусловленных индивидуальных действий, связанных циклической причинной зависимостью, при которой поведение каждого из участников выступает одновременно и стимулом, и реакцией на поведение остальных [16].

«Семья» – малая группа, основанная на браке или кровном родстве, члены которой связаны общностью быта, взаимной помощью и моральной ответственностью. Семья - это социальный институт, в котором ребенок получает основы социального развития во взаимодействии с окружающими людьми [13].

Создание благоприятных условий для личностного развития и роста детей, организации активной жизни школьников в этом и состоит главная суть педагогического взаимодействия школы и семьи. По мнению А.В. Шукаевой, основной задачей педагога в организации взаимодействия с родителями - активизировать педагогическую, воспитательную деятельность семьи, придать ей целенаправленный, общественно значимый характер.

По мнению Е.В. Быстрицкой главным условием взаимодействия школы и семьи является полное представление о функциях и содержании деятельности друг друга. Чтобы эти субъекты могли понимать друг друга и представлять образ воспитательных возможностей, могли устанавливать

реальные действия взаимопомощи, отдавать себе отчет, зачем это делается и четко представлять задачи воспитания, средства и конечный результат [3].

Необходимо чтоб родители умели анализировать деятельность и поведение своих детей, для успешного взаимодействия семьи и школы. А для этого необходимо: разработать содержание и методику педагогического просвещения родителей с учетом подготовленности их к нравственному воспитанию, пробудить как у родителей, так и у детей воспитателей интерес к процессу самообразования в области специальных педагогических и физических знаний, совершенствовать взаимоотношения родителей с детьми, расширять сферу их совместной деятельности и общения [2].

Наиболее эффективно формировать у школьников здоровый образ жизни, стремление к занятиям физической культурой и спортом способствует физическое воспитание детей, основанное на тесном взаимодействии семьи и школы.

От целенаправленной, организованной, совместной работы родителей и учителей зависит, формирование положительной мотивации младших школьников к занятиям физической культурой, здоровому образу жизни и воспитание ответственного отношения к здоровью.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы можно повысить при активном взаимодействии семьи и школы, направленных на формирование здорового образа жизни и укрепление физического здоровья младших школьников.

В физическом воспитании детей необходим индивидуальный подход. Его также можно осуществить лишь при условии тесного контакта школы с семьей.

Вывод: Анализ литературы позволил выявить, что для детей младшего школьного возраста естественной является потребность в высокой двигательной активности. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость

постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей.

Основной формой занятий физическими упражнениями в начальной школе является урок физической культуры, который строится в соответствии с общими педагогическими положениями, а также с методическими правилами физического воспитания.

Формы организации физического воспитания представляют собой воспитательно-образовательный комплекс разнообразной деятельности школьников, основу которой составляет двигательная активность ребенка. Совокупность этих форм создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

К формам организации физического воспитания школьников относятся: 1) физкультурные занятия 2) физкультурно-оздоровительные (утренняя гимнастика, физкультминутки, закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями) 3) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (подвижные игры, прогулки, индивидуальная работа с отдельными детьми и с небольшими группами, самостоятельные занятия учащихся различными видами физических упражнений, спортивные праздники).

Одним из действенных средств укрепления взаимоотношений в семье следует рассматривать совместную физкультурную деятельность.

Физическое воспитание учащихся в семье предполагает с одной стороны организацию специальных физических упражнений, с другой – создание родителями определённых условий, влияющих на укрепление здоровья, на общее физическое развитие детского организма.

Ни семья, ни школа, в отдельности не исчерпывают всего многообразия факторов, влияющих на личность ребёнка. Поэтому целостный,

систематический процесс воспитания предполагает соединение усилий всех заинтересованных сторон.

Главное условие взаимодействия школы и семьи – полное представление о функциях и содержании деятельности друг друга. Чтобы эти субъекты могли понимать друг друга и представлять образ воспитательных возможностей друг друга, могли устанавливать реальные действия взаимопомощи, отдавать себе отчет, зачем это делается и четко представлять задачи воспитания, средства и конечный результат.

Глава 2. Организация и методы исследования

2.1. Организация исследования

Наше исследование было проведено в три этапа в период с 2016 по 2018 года на базе МБОУ ООШ №1 г. Нытва.

Первый этап проходил с сентября по ноябрь 2016 года, основной задачей в этом периоде было ознакомиться с научно-методической литературой по вопросам: возрастной характеристики детей младшего школьного возраста, физического воспитания детей младшего школьного возраста в условиях общеобразовательного учреждения, физическое воспитание детей в семье, а также взаимодействие семьи и школы в физическом воспитании детей младших классов. Была определена цель и поставлены задачи исследования, сформулирована гипотеза исследования, разработан опрос для родителей и детей.

Второй этап (декабрь-январь 2016 года) проведен опрос, в котором приняли участие, экспериментальная группа ученики 2-х классов МБОУ ООШ №1, контрольная группа ученики 2-х классов Гимназии г. Нытва и их родители (прил.1). После проведения опроса обобщались результаты исследования и на основании полученных данных разрабатывалась педагогическая модель взаимодействия семьи и школы в физическом воспитании детей младшего школьного возраста (рис.1.).

На третьем этапе (февраль 2016 по декабрь 2017 года) проведен педагогический эксперимент, внедрение разработанной педагогической модели взаимодействия семьи и школы в процессе физического воспитания младших школьников на уроках физической культуры и во внеурочное время на базе МБОУ ООШ №1 г. Нытва.

На четвертом этапе (январь – март 2018 года) формулировались выводы проведенного эксперимента и выполнялось оформление дипломной работы.

2.2. Методы исследования

Для решения этих задач нами были использованы следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Опрос.
3. Тестирование физической подготовленности.
4. Педагогический эксперимент.
5. Математическая обработка.

1. Анализ научно-методической литературы

В следствии анализа и обобщения научно-методической литературы мы выявили обстоятельства, воздействующие на состояния здоровье детей и систематизировали имеющиеся физкультурно-оздоровительные средства и методы физического воспитания, как в семье, так и в школе и их влияние на младших школьников.

2. Опрос.

Проведение диагностики семей с целью выбора оптимальных форм взаимодействия. Организация опроса детей и родителей для определения пожеланий в проведении совместных мероприятий. При формировании вопросов мы ссылались на педагогические и социологические разработки О.А. Мильштейн, 1991, А.В. Пирог, Н.М. Козлова, 1994, В.П. Каргаполов, 2000.

Нами было разработано два опросника закрытого и открытого типа, один для учащихся 3 классов, второй для их родителей (Прил. 1, 2).

3. Контрольные испытания физической подготовленности.

Для определения уровня физической подготовки детей были проведены контрольные испытания, в них входили бег на 30 метров, сгибание и разгибание рук из положения лежа, метание мяча (150 гр.) на дальность, прыжок в длину с места.

1. Бег 30 метров. Выполняется на беговой дорожке на время. После выполнения старта преподаватель включает секундомер, а после финиша

выключает и фиксирует время прохождения дистанции. При беге на 30 метров старт осуществляется с верхней позиции, по команде преподавателя (на старт, марш!) ученик начинает движение по прямой линии с ускорением до финишной черты.

2. **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.** Выполняется в упоре лежа. Руки на ширине плеч, сгибаются до прямого угла в локтевом суставе. Учитывается количество правильных повторений.

3. **Метание мяча на дальность (150 гр.)** Выполняется в специальной зоне для метания от линии, не заступая за нее. Исходное положение: правая нога отставлена назад, на носок, туловище повернуто грудью в сторону метания, правая рука согнута в локте, локоть опущен, кисть с мячом на уровне лица. Из исходного положения правую руку отвести в сторону, туловище повернуть направо, правую ногу слегка согнуть в колене, туловище наклонить вправо. Затем пронося правую руку сверху над плечом, перейти в положение «натянутого лука» и выполнить финальное усилие броска активным за хлестом кисти руки. Во время финального усилия туловище. И ноги выпрямляются. После броска левая нога сгибается в колене, туловище наклоняется вперед, левая рука отводится назад. А правая свободно продолжает двигаться вперед-вниз.

4. **Прыжок в длину с места.**

Выполняется в специальной зоне для прыжков. Необходимо встать у стартовой линии, ноги располагаются на ширине плечевого сустава, приподнимая руки одновременно приподниматься на носках, прогибая поясницу. Руки опускаются вниз и слегка отводятся назад. Локтевые суставы необходимо согнуть, чтобы появилась возможность выдвинуть тело вперед, ноги ставятся на все стопу. Сгибайтесь коленные и тазобедренные суставы так, чтобы они оказались на уровне носков. Резко выбрасывайте руки вперед, подтягивайте вперед тазобедренные суставы, разгибайтесь коленные суставы. Взрывным движением отрывайте стопы от земли. При контакте с землей необходимо вывести руки вперед, чтобы было проще удерживать равновесие.

Коленные суставы сгибаются, чтобы приземление было упругим и тем самым снижается нагрузка на суставно-связочный аппарат. Когда атлет приземлился, он должен выпрямиться и покинуть зону выполнения упражнения.

5. Педагогический эксперимент.

Педагогический эксперимент – это специальная организация педагогической деятельности учителей и учащихся с целью проверки и обоснования заранее разработанных теоретических предположений, или гипотез. (И.Ф. Харламов).

Заключался в разработке и создании модели педагогического процесса и его составляющих содержащий основные идеи, методы, формы, средства, приемы и технологические решения которые подлежат экспериментальному изучению в условиях реального педагогического процесса.

Для реализации педагогического эксперимента были использованы урочные и неурочные формы проведения занятий. К занятиям привлекались родители, для совместной деятельности, которая носила нетрадиционные формы и способствовала развитию не только физических качеств, но и интеллектуальных. При применении технологий во время работы с детьми:

- Педагогическое сотрудничество.
- Развития критического мышления.
- Здоровье сберегающие.
- Игровая.
- Компьютерные (новые информационные).
- Соревновательные.

Для вовлечения и «оживления» уроков использовались нетрадиционные формы проведения уроков:

- Урок – викторина проводился с целью повышения знаний детей о физической культуре и ее пользе. Рассматривались различные направления в области спорта. Активизирует деятельность учащихся, достигается положительное эмоциональное состояние детей.

- Урок – поиск направлен на самостоятельную деятельность детей в приобретении теоретических и практических знаний. Формирует ответственное отношение к своей деятельности.

- Урок – экскурсия приобретение новых знаний, опыта, возможность поучаствовать в новом и специфическом виде деятельности, формирование мотивации к занятиям физической культурой.

- Проектный урок направлен на развитие творческих способностей детей, возможность организовать исследовательскую деятельность. Формирование новых умений и знаний в области физической культуры.

- Урок – экспедиция формирование творческого подхода в разрешении затруднительных ситуаций, развитие воображения, развитие физических качеств.

- Урок – взаимообучения возможность поделиться приобретенными умениями и знаниями в физической культуре, воспитание ответственности, терпимости. Развитие умения правильно излагать свои мысли, сплочение коллектива.

- Урок без учителя развитие ответственности, творчества. Создание условий для саморазвития детей. Формирование мотивации занятий физической культурой.

- Урок – сказка способствует развитию физических качеств в нестандартной обстановке и нестандартными упражнениями.

- Интегрированный урок осознание физических упражнений с помощью внедрения других научных предметов.

Для реализации этих уроков были проведены следующие мероприятия:

- Спортивный праздник «Веселые старты».
- Проведение спортивной игры «Городки»
- Разучивание танцевальных флэш-мобов.
- Спортивно - театрализованный праздник «Зимняя фантазия».
- Веселые эстафеты на лыжах.

- Спортивная игра в гостях у «индейцев».
- Спортивный праздник «мама, папа я – спортивная семья».
- Веселые старты с учителями и родителями.
- Военно – патриотический праздник в день защитника отечества.
- Сюжетно-игровой урок «Путешествие по родному краю».

Для совершенствования теоретических знаний с детьми проводились беседы о пользе ЗОЖ, экскурсии в спортивные школы, встречи с тренерами и спортсменами. Дети с родителями выполняли стенгазеты, готовились к семинарам и защищали доклады.

Создание клуба «Активная семейка» помогло сплотить детей и родителей, контролировать выполнения заданий и стимулировать к занятиям физической культуры, организованных не только на базе образовательного учреждения, но и к совместному семейному досугу, что способствовало более интенсивному развитию физических качеств детей.

Для формирования теоретических знаний о физической культуре были проведены следующие мероприятия:

- Лекция для родителей «Особенности физиологического развития детей младшего школьного возраста».
- Заседание круглого стола, планирование деятельности для реализации проекта.
- Родительское собрание «учебная перегрузка и гиподинамия современных школьников».
- Родительское собрание «распорядок дня и двигательный режим школьника».
- Выпуск классной газеты «Здоровейка».
- Презентация «Моя спортивная семья».
- Конкурс рисунков «Спорт и я, не разлучные друзья».
- Родительская конференция «О пользе самостоятельных занятий физкультурой».

- Домашнее задание «Сочиняем вместе с родителями сказку Физкультура и спорт».
- Беседа выполнение домашних заданий по физкультуре.
- Составление фотоальбома «Мы дружим со спортом».
- Встреча учащихся с тренерами спортивной школы.
- Презентация на тему «Мой любимый вид спорта».
- Видеоотчет класса спорт наша жизнь.
- Выпуск журнала «Физкультура наша жизнь».
- Презентация мои спортивные достижения (портфолио).
- Круглый стол с участниками проекта. Анализ результатов и планирование на следующий год.

6. Математическая статистика

Математическая обработка полученных данных осуществлялся с использованием «Пакета анализа» (статистических функций) программы Microsoft Excel, при этом определялись следующие параметры:

- среднее арифметическое значение показателя;
- стандартное отклонение показателя по выборке;
- средняя ошибка разности показателей;
- достоверность разности показателей по критерию Стьюдента (t).

2.3. Педагогическая модель

Модель взаимодействия семьи и школы в физическом воспитании детей младшего школьного возраста



Рис. 1. Модель взаимодействия семьи и школы в физическом воспитании детей младшего школьного возраста

1. Родительские собрания проводились с целью просвещения родителей в физическом воспитании детей рассматривались вопросы, возникающие у родителей в процессе воспитания, обменивались опытом. Решались организационные вопросы.

2. На конференциях родители получали новые знания о физической культуре и физическом воспитании детей.

3. На тренингах родители работали с психологом для разрешения возникающих проблем в общении с детьми.

Клуб «Активная семейка» направлен на реализацию трех основных функций воспитательную, познавательную и развлекательную.

Воспитательная функция не является явной, о ее существовании детям знать не стоит. Но именно она имеет для родителей и педагогов ключевое значение. Эта функция осуществляется в процессе организации совместной деятельности детей и родителей при выполнении домашних заданий, подготовки стенгазет, проведение совместных уроков.

Познавательная функция осуществляется ненавязчивым образом тем самым не вызывает у детей негативного отношения и не имеет образ обязанности.

Развлекательная функция очевидная, она является ключевой для детей, которые видят в ней цель создания клуба. Она опирается на такие потребности детей, как потребность в отдыхе, общении и гедонистическую потребность. Развлекательная функция реализуется через спортивную деятельность. Важно не заикливаются на одной и той же, пусть и увлекательной поначалу, но позднее однообразной деятельности.

Задачи клуба могут варьироваться в зависимости от степени развития коллектива, но в целом можно выделить наиболее общие из них:

- Организация досуговой деятельности детей.
- Вовлечение детей и родителей в активную общественно полезную деятельность.
- Создание ценностной ориентации школьников.

- Развитие инициативы и самостоятельности, творчества детей.
- Создание условий для развития и воспитания детей.

4. Выпуск газет формирует у детей теоретические знания в области физической культуры, способствует творческому развитию.

6 Математическая статистика

Математическая обработка полученных данных осуществлялся с использованием «Пакета анализа» (статистических функций) программы Microsoft Excel, при этом определялись следующие параметры:

- среднее арифметическое значение показателя;
- стандартное отклонение показателя по выборке;
- средняя ошибка разности показателей;
- достоверность разности показателей по критерию Стьюдента (t).

Глава 3. Результаты эксперимента и их обсуждение

3.1. Результаты опроса отношения респондентов к физической культуре

Результаты физического воспитания детей в условиях семьи

Результат физического воспитания детей в семье показали, что большинство родителей не имеют возможности уделять детям достаточного количества времени, а многие просто не знают, как правильно организовать физическое воспитание детей вне школы. (прил.1; табл. 1, 2) Так же на это влияет отсутствие условий для занятий (29%).

Опрос показал, что домашнее задание по физической культуре выполняют 26% детей, при этом 10% из них, ответили, что им в этом помогают родители. Но при опросе родителей были выявлены другие данные только 14% родителей подтвердили, что их дети выполняют домашнее задание по физкультуре и только 8% родителей помогают им в этом. При ответе на вопросы, связанные с прогулками на свежем воздухе, 35% детей ответили, что гуляют на улице более 2 часов в день и 30% из них гуляют совместно с родителями. На этот же вопрос родители ответили практически так же 38% ответили, что их дети проводят не менее 2 часов в день на свежем воздухе и 26% из них проводят это время совместно.

По данным проведенного опроса выясняли, что многим семьям не хватает знаний в области физической культуры (93%) для организации семейного досуга, что приводит к малой подвижности детей. Опрос выявил, что количество детей, выполняющих зарядку по утрам незначителен (10%).

Проанализировав результаты опроса можно сделать следующие выводы, что родители не обладают достаточным количеством знаний в области физического воспитания в следствии чего не уделяют достаточного количества внимания физическому воспитанию детей. Поэтому для физического воспитания детей, необходимо, улучшить взаимодействия семьи и школы в первую очередь необходима помощь школы в этом направлении.

3.2. Результаты физической подготовленности детей ЭГ и КГ до и после эксперимента

После проведенного эксперимента выросли результаты физической подготовленности детей в ЭГ и КГ, но в КГ результаты учащихся улучшены на не достоверном уровне (табл.1).

Таблица 1

Результаты физической подготовленности детей ЭГ и КГ до и после эксперимента

| Показатели | пол | Кол-во | Гр. | До эксперимента | После Эксперимента | t | p |
|---|-----|--------|-----|-----------------|--------------------|-----|-------|
| Метание мяча на дальность с места | М | 21 | ЭГ | 17,47±10,05 | 25±8,5 | 5,6 | <0,01 |
| | М | 23 | КГ | 16,56±10,2 | 18,47±9,5 | 1,4 | >0,05 |
| | Д | 25 | ЭГ | 10,48±6,03 | 17,08±6,5 | 6,7 | <0,01 |
| | Д | 23 | КГ | 11,26±6,01 | 12,82±6,01 | 0,2 | >0,05 |
| Сгибание и разгибание рук из упора лежа | М | 21 | ЭГ | 6±3,5 | 9±4,5 | 4,5 | <0,01 |
| | М | 23 | КГ | 5,8±4,5 | 6,91±2,5 | 0,1 | >0,05 |
| | Д | 25 | ЭГ | 4,28±3,5 | 6,76±2,5 | 6,2 | <0,01 |
| | Д | 23 | КГ | 3,83±3,5 | 4,34±3,03 | 0,2 | >0,05 |
| Прыжок в длину с места | М | 21 | ЭГ | 124±29,5 | 134,57±28,5 | 1,8 | <0,01 |
| | М | 23 | КГ | 125,3±25,5 | 128,47±24,03 | 0,6 | >0,05 |
| | Д | 25 | ЭГ | 115,96±39 | 126,96±33,5 | 1,9 | <0,01 |
| | Д | 23 | КГ | 113,3±40,5 | 117,86±38,5 | 0,7 | >0,05 |
| Бег 30 метров | М | 21 | ЭГ | 7,67±1,5 | 6,11±1,15 | 2,2 | <0,01 |
| | М | 23 | КГ | 7,25±1,5 | 6,96±1,05 | 0,1 | >0,05 |
| | Д | 25 | ЭГ | 7,19±1,35 | 6,11±1,55 | 6,4 | <0,01 |
| | Д | 23 | КГ | 7,1±1,15 | 6,94±1,1 | 0,1 | >0,05 |

В ЭГ у мальчиков достоверно выросли результаты в беге на 30 метров, прирост составил в КГ – 4%, а в ЭГ – 20,3%. В ЭГ у девочек прирост составил 15%, а в КГ всего 2,25%.

В прыжках в длину с места результат достоверно вырос у мальчиков в ЭГ на 8,52%. в КГ на 2,52%. У девочек в прыжках в длину с места результаты достоверно увеличились в ЭГ на 9,4%, а в КГ на 4,02%.

В сгибании и разгибании рук из упора лежа результаты после эксперимента у мальчиков ЭГ достоверно выросли на 50%, а в КГ на 19,13%. У девочек в ЭГ результаты выросли на 57,9%, а в КГ на 13,61%.

В метании меча на дальность у мальчиков в ЭГ результаты достоверно выросли на 43,10%, в КГ на 11,47%. У девочек результаты в метании мяча на дальность выросли в ЭГ на 62,97%, и в КГ на 13,95%.

3.3. Обоснование педагогической модели взаимодействия семьи и школы в процессе физического воспитания младших школьников

Важной целью взаимодействия семьи и школы является побуждение к совместным занятиям физкультурой родителей с детьми, которые являются источником радости и оздоровления семьи.

Совместный досуг не только способствует воспитанию детей, но и помогает укрепить здоровье семьи. Будни, наполненные полезным содержанием, совместным досугом и отдыхом укрепляют семью.

Важную роль в этом процессе играют различные социальные институты, однако общая позиция современных исследований позволяет утверждать, что именно семья является не просто важным, но и необходимым, в высшей степени действенным компонентом физического воспитания детей.

Решить вопросы всестороннего физического развития детей, вырастить их здоровыми можно только совместными усилиями родителей и школы. Координация воспитательной работы, проводимой в семье и школе, одно из важнейших направлений в воспитании детей младшего школьного возраста.

По итогам полученных данных результатов опроса нами была разработана педагогическая модель взаимодействия семьи и школы в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста (рис 1).

Основными компонентами, нашей педагогической модели являлись: цели, задачи, виды форм деятельности в семье и школе. Эти компоненты направлены на достижения основной цели – улучшение взаимодействия семьи и школы в процессе физического воспитания, взаимосвязаны между собой.

Задачами являлись:

1. Повышение двигательной активности детей.

Движения составляет основу практически любой деятельности ребенка. Если двигательная активность ребенка находится на недостаточном уровне наблюдается гиподинамия. В младшем школьном возрасте приводит к снижению уровня здоровья, уменьшению защитных сил организма, способствует задержке умственного и физического развития.

2. Формирование способностей к самостоятельным занятиям физической культурой детей и родителей.

Самостоятельные занятия имеют различное содержание. Это и выполнение упражнений, направленных на развитие физических качеств, и физкультурно-оздоровительные мероприятия, и отработка техники двигательного действия. Для повышения двигательной активности детей в нынешних условиях школы следует применять самостоятельные занятия физическими упражнениями в младших классах, т. к. младший школьный возраст является одним из наиболее благоприятных для развития двигательных качеств, формирования умений и навыков здорового образа жизни. Одним из видов самостоятельной деятельности является выполнение домашних заданий, характерной особенностью которых является отсутствие непосредственной помощи и руководства со стороны учителя. Домашние задания помогают учащимся овладевать программным материалом.

3. Улучшение взаимоотношений родителей и детей в семье.

Здоровье ребенка зависит от многих факторов, и ведущим из них являются отношения родителей и детей. Взрослые должны обладать определенным уровнем знаний по проблеме воспитания и взаимоотношения с ребенком. Именно поэтому, важное значение имеет, в физическом воспитании детей младшего школьного возраста, роль родителей их заинтересованность и отношения с детьми.

4. Выявить существующий уровень взаимодействия семьи и школы в физическом воспитании детей.

Для эффективного физического воспитания родителям необходимо знать, какое воспитательное влияние на детей осуществляется на уроках и во внеурочное время. Эти знания нужны для соблюдения преемственности и обеспечения единой педагогической линии в предъявлении требований к ребенку. Ведь в комплексе воспитательных мероприятий каждый элемент должен четко выполнять свои функции. Иначе система не сможет дать тот результат, который планировался.

5. Определение основной концепции педагогической модели.

Само собой, содержание обучения должно максимально предусматривать физическое, трудовое, нравственное, эмоциональное и эстетическое воспитание учащихся. Несмотря на свою обособленность по отношению к другим дисциплинам учебного плана, первое место занимает физическая культура в решении проблем. Известно, что правильно организованная двигательная активность – важнейший фактор формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья вне зависимости от возраста.

6. Информирование родителей о необходимости уделять внимание на физическое развитие детей.

Обеспечить родителей знаниями и практическими умениями помогут выступления врачей и учителей на родительских собраниях. Так же для решения этой задачи можно организовать постоянно действующие консультационные пункты, устраивать вечера вопросов и ответов, встречи с

людьми, которые пропагандируют физическую культуру и спорт как средство оздоровления и профилактики заболеваний. Организация и посещение тематических выставок помогут распространению соответствующих знаний среди родителей.

7. Развитие устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой.

У детей мотивация и интерес состоят из двух частей: внутренней и внешней. Внешняя мотивация, если она даже очень сильная, формируется лишь в результате внутренней мотивации, которая возникает лишь тогда, когда внешние мотивы и цели соответствуют возможностям школьника, когда они являются для него оптимальными, не слишком сложные и не слишком простые, и когда ребенок понимает субъективную ответственность за их реализацию. Успешная реализация мотивов и целей вызывает у ребенка вдохновение успехом, желания продолжить занятия по собственной инициативе, то есть внутреннюю мотивацию и интерес.

8. Воспитание у детей и родителей ответственного отношения к своему здоровью.

Состояние здоровья учащихся младших классов во многом зависит от них самих, а, следовательно, от учителя и родителей. Педагог, а также родители должны внушать детям не только, что это нужно, надо заниматься своим здоровьем, но и раскрывать цель, называть причину «зачем это нужно делать?», «для чего?». В «Основных направлениях реформы общеобразовательной и профессиональной школы» сказано: «Необходимо, чтобы каждый школьник овладел минимумом знаний в области гигиены и медицины, смолоду знал свой организм и умел поддерживать его в порядке». Только тогда ребенок будет ответственно подходить к своему здоровью.

Огромное значение имеет оздоровительная работа, целенаправленное физическое воспитание, закаливание, рациональное общественное питание школьников.

9. Формирование мотивации детей и родителей к здоровому образу жизни.

Воспитание таких мотивов – процесс длительный и сложный. Очень важно чтоб средства и методы решения этой задачи соответствовали возрастным возможностям и особенностям школьников. У младших школьников есть естественная врожденная потребность в движениях, новых впечатлений и новой информации, нужно ее всячески удовлетворять, формируя при этом учебно-познавательную мотивацию. Здесь необходимы конкретные и наглядные примеры, яркие и впечатляющие аргументы, убеждающие ребенка в эффективности технически правильного выполнения упражнений, необходимости соблюдения правил личной гигиены, режима дня, питания и т.д. Ведь это все относится к личной физической культуре школьника.

10. Разработка педагогических рекомендаций по организации совместной физкультурно - оздоровительной работы педагогов и родителей по формированию здорового образа жизни у детей младшего школьного возраста.

Становление личности школьника происходит, прежде всего, дома и на уроке в школе. Поэтому учитель старается повысить интерес к учению на каждом этапе урока через индивидуальную, самостоятельную, групповую работу, дифференцированный подход, игру, создание ситуации успеха на уроке. Для успешного осуществления педагогического процесса учителю необходимо взаимодействие с семьей.

Цель: формировать у младших школьников потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом, улучшить взаимодействия между семьей и школой в процессе физического воспитания детей.

В соответствии с результатами опроса нами были подобраны следующие формы взаимодействия.

Виды форм:

1. Агитационно – пропагандистская форма, содержит теоретический аспект, беседы и лекции с родителями на собраниях, с детьми.

По этой причине было запланировано проведение бесед и лекций с родителями и детьми в условиях школы. В соответствии содержанию программы образовательного учреждения были подобраны темы бесед и лекций. По важнейшим воспитательно–педагогическим проблемам физического воспитания детей в этой форме осуществлялась работа по выработке единой позиции учителей и родителей. Также этому способствовало проведение открытых уроков, где могли присутствовать родители. Если у родителей возникали вопросы по окончанию урока они могли получить консультацию у преподавателей. Уроки физкультуры совместные с родителями проводились два раза в месяц, рассматривались, как средство приобщения семьи к занятиям физической культурой, как коррекция недостатка знаний у родителей в области физической культуры.

2. Следующей формой были выбраны совместные уроки с родителями, организованные в условиях образовательного учреждения.

Она организована в форме проведения спортивных мероприятий, как обучающая, учителем физической культуры и родителями обучающихся. Выбрали такую форму на основании результатов опроса детей, которые показали, что подобные мероприятия проводятся редко. А большинству опрошенных хотелось бы чтоб спортивных мероприятий, где родители могли бы участвовать совместно с детьми и получать знания в области физической культуры, было бы побольше.

Так же особенностью этой формы было то что все мероприятия проводились с помощью нетрадиционных форм урока.

Многие учителя ищут разные способы «оживления» урока, привлечение учащихся к активной работе. Но придать уроку нестандартные оригинальные приемы в целях активизации мыслительной деятельности учащихся необходимо, и это не замена нестандартных уроков, а их дополнение и переработка, внесение в них оживления, разнообразие которых повышает

интерес учащихся, способствуя совершенствованию учебного процесса. На таких уроках учащиеся увлечены, их работоспособность повышается, результативность урока повышается.

Для учащихся нетрадиционный урок – переход в иное психологическое состояние: это другой стиль общения, положительные эмоции ощущения себя в новом качестве; это такой урок где повышается возможность развивать свои творческие способности и личностные качества оценить роль знаний, увидеть их применение на практике.

В подготовке и проведении нетрадиционных уроков помогают творческие принципы:

- Отказ от шаблонов в организации уроков, формализма в проведении.
- Вовлечение всех учащихся и родителей в активное взаимодействие на уроке с использованием различных форм групповой, индивидуальной работы на уроке.
- Занимательность и увлечение – основа эмоционального тона урока.
- Поддержка альтернативности, учет множества мнений.
- Развитие функций общения на уроке, как условия обеспечения взаимопонимания, побуждение к действию, ощущение эмоционального удовольствия.

3. Форма совместной деятельности родителей и детей в условиях семьи.

Эта форма направлена на улучшение родительски-детских отношений, которая проявлялась в совместной деятельности детей и родителей. Эта деятельность подразделялась на такие виды, как соблюдение режима дня, выполнения утренней гимнастики, совместные прогулки на свежем воздухе, организация и проведение спортивных праздников и подвижных игр.

Было отмечено, что многим детям нравится совместная деятельность с родителями, но по данным опроса большинство родителей не занимаются спортивной деятельностью совместно с детьми. Кроме этого было установлено недостаточное использование таких форм двигательной активности, как выполнение утренней гимнастики, домашних заданий по физической культуре, закаливающих процедур и прогулок на свежем воздухе.

Для того чтоб отследить выполнения домашней работы, мы разработали дневник самоконтроля, в котором родители и дети отмечали свои результаты. Главной задачей родителей в этой форме состояла в том, чтоб заинтересовать детей в выполнении совместных физкультурно – оздоровительных мероприятиях в условиях семьи.

План физкультурно – оздоровительных мероприятий основывается на разработанной нами педагогической модели взаимодействия семьи и школы.

Создание условий для систематических занятий физической культурой и спортом и улучшение взаимоотношений между детьми и родителями в условиях семьи является основной деятельностью взаимодействия семьи и школы.

4. Форма создания родительского комитета «Активная семейка».

«Только совместно с родителями, общими усилиями, учителя могут дать детям большое человеческое счастье», - писал В.А. Сухомлинский.

Родительский комитет избирается обще классной родительской конференцией сроком на один год.

Задачами комитета являются:

- Сотрудничество с педагогическим коллективом
- Создание единого образовательного и воспитательного направления с педагогами
- Привлечение наибольшего количества родителей к взаимодействию со школой
- Координация деятельности педагогического коллектива
- Оказание помощи в проведении мероприятий

Целью комитета является:

Организовать совместную деятельность педагогов и родителей класса по развитию открытого школьного сообщества.

В связи с этим возникает необходимость диалога с родителями и активное участие родителей в образовательной деятельности своих детей. И теперь на успехи детей, в освоении программы, влияет не только педагог, но и степень активности родителей в физическом воспитании детей. А благодаря образованию комитета «Активная семейка», создается мотивация для родителей в успешной семейной деятельности по физическому воспитанию детей и организации семейного досуга.

Заключение

В результате проведенного нами исследования мы можем сделать следующие выводы:

1. Анализ научной литературных источников и собственные исследования показали, что вопрос о совместной деятельности школы и семьи в области физического воспитания изучен и разработан не достаточно глубоко. При изучении научной литературы по теме были выявлены особенности воспитания детей в семье определены. При изучении физического воспитания детей в образовательном учреждении определили наиболее эффективные формы и методы проведения урочных и не урочных занятий, сформированы важные элементы взаимодействия семьи и школы.

2. Опрос показал, что активность родителей к совместной деятельности в физическом воспитании детей младшего школьного возраста растет, при активном вовлечении их творческую деятельность. Разработанная нами педагогическая модель основана на наиболее эффективных методах совместной деятельности взаимодействия семьи и школы: клуба «Активная семейка», нетрадиционные формы проведения уроков, творческие мероприятия спортивного характера и помощи в организации семейного спортивного досуга.

3. Об эффективности воздействия педагогической модели можно определить по результатам опроса и физической подготовленности. Изменились структура и содержание времяпрепровождения детей вне школы. Прибавилось число родителей, которые нашли время для физического воспитания своих детей (на 70%). Удельный вес двигательной активности детей возрос на 11,1%. На 60% увеличилось количество родителей, которые хотели бы, чтобы их ребенок занимался спортом.

За время педагогического эксперимента произошли существенные изменения в показателях физической подготовленности детей у ЭГ. Достоверное улучшение результатов произошло по следующим показателям:

бег на 30 метров, сгибание и разгибание рук из положения лежа, метание мяча (150 гр.) на дальность, прыжок в длину с места.

В КГ за это же время изменений произошло в меньших количествах.

Библиографический список

1. Бонкало Т.И. Совместные физкультурные занятия как эффективная форма оптимизации коммуникативных процессов в семье: автореф. дис. канд. пед. наук / Т.И. Бонкало. – Краснодар, 2004. – 24 с.
2. Бонкало Т.И. Об инновационном методологическом подходе к физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с семьями / Т.И. Бонкало, Б.Ф. Курдюков // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: тр. Научно-исследовательского института проблем физической культуры и спорта. – Краснодар, 2003. – Т.6. – С. 247-252.
3. Быстрицкая Е.В. Взаимодействие учителя и родителей учащихся / Е.В. Быстрицкая, В.О. Шумилова // Физическая культура в школе. – 2010. №3. – С. 59-62.
4. Болонов Г.П. Сценарии спортивно - театрализованных праздников / Г.П. Болонов, Н.В. Болонова. – М.: Шк. Пресса. – (Жур. «Воспитание школьников»; Вып. 46). – Кн.2: Игровые упр., физкультминутки, подвижные игры, полезные советы. – М.: 2004. – 92 с.
5. Баранцев С.А. Развитие выносливости у учащихся младших классов // Физическая культура в школе, 2002, № 10. -С. 10-12.
6. Буц Л.М. О формировании правильной осанки. М.: 2008.
7. Высоочин Ю.В. Физическое развитие и здоровье детей / Ю. В. Высоочин // Физическая культура в школе. 1999. - 69 с.
8. Герхард Ф., Берее Э. Упражнения на развитие координации у школьников с помощью картонных ящиков // Физическое воспитание и спорт в школах зарубежных стран. - М.: ЦООНТИ - ФиС, 2000. - С.45
9. Дьякова Т.А. Взаимодействие с семьей по вопросам физического воспитания и укрепления здоровья детей / Т.А. Дьякова // Инструктор по физкультуре. – 2009. – №2. – С. 100-105

10. Коренистова, Н.Г. Семья и школа: принципы, методы и формы творческого взаимодействия / Н.Г. Коренистова // Стандарты и мониторинг в образовании. – 2008. – №6. – С. 52-55.
11. Матвеев А.П. Теория и методика физической культуры: учеб. пос. / А.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 192 с.
12. Островская А.Ф. Педагогические ситуации в семейном воспитании / А.Ф. Островская. - М.: Просвещение, 1998. - 154с.
13. Популо Г.П. «Использование нетрадиционных средств, форм и методов организации физической оздоровительной деятельности» научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №8 с. 46 2014г.
14. Дуркин П.К., Лебедев М.П. «Формирование у школьников интереса к физической культуре» научно-методический журнал «Физическая культура в школе» №8 с.2 2015г.
15. Матвеев А.П. Методика физического воспитания в начальной школе / А.П.Матвеев. – М.: Владос Пресс, 2003. 246 с.
16. Михалев В.И. Планирование физкультурного образования учащихся в общеобразовательной школе//Учеб.пособие. - Омск, 2004. - 42 с.
17. Ким Т.К. Исходные предпосылки реализации специфических функций физической культуры в условиях семейного быта / Т.К. Ким // Теория и практика физической культуры. – 2009. - №9. – С. 58-62.
18. Ким Т.К. О методологических предпосылках к разработке концепции физического воспитания в системе «Семья-школа» и ее целевых установках / Т.К. Ким // Преподаватель XXI века. – 2009. – С. 37-48.
19. Коренистова Н.Г. Семья и школа: принципы, методы и формы творческого взаимодействия / Н.Г. Коренистова // Стандарты и мониторинг в образовании. – 2008. – №6. – С. 52-55
20. Лубышева Л.И. Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового стиля жизни детей младшего школьного возраста / Л.И. Лубышева, А.В. Шукаева // Физическая культура: Воспитание, образование, тренировка. – 2007. - №3. – С. 2-5.

21. Плеханов В.А. Влияние спортивно-массовой работы школы на заинтересованность и занятости учащихся / В.А. Плеханов, С.В. Лепешкина // Московская академия физ. культ. XXXII науч. конф. студентов: тез. док. – Малаховка, 2008. – Вып. 17. – 20-23.
22. Петрова Л.Г., Петров В, Г. Методика формирования правильной осанки у детей.- Екатеринбург, 2002.с - 9
23. Сулейманов И.И. Физкультурное образование учащихся: современные подходы и их соотношение //Тезисы науч.- практ. конф. "Проблемы совершенствования школьной физической культуры". - Омск: ОГИФК, 2004. -С.6-10.
24. Каргаполов В.П. Определение отношения учащихся средних школ, родителей и учителей к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни / В.П. Каргаполов, С.Ю. Щетинина, Т.В. Хромина. – Хабаровск, 2000. – 27 с.
25. Коренистова Н.Г. «Семья и школа: принципы, методы и формы творческого взаимодействия / Н.Г. Коренистова // Стандарты и мониторинг в образовании. – 2008 №6 с. 52-55
26. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. - М.: "Академия", 2003.
27. Шевцов В.В. Дифференцированный подход к развитию аэробных возможностей // Тезисы науч.- практ. конф. Проблемы совершенствования школьной физической культуры. - Омск: ОГИФК, 2002 - С.22-28.
28. Шакурова М. Программа, содержание, мониторинг по работе с семьей /М. Шакурова// Социальная педагогика 2006 №1. - С. 87-98.
29. Щетинкин Л.П. Дифференцированное развитие физических качеств на уроках физической культуры гимназистов третьего класса с использованием методов круговой тренировки // Тезисы науч.- практ. конф. Проблемы совершенствования школьной физической культуры. - Омск: ОГИФК, 2004.-С.25-28.

30. Щукевич Л.В. Развитие скоростно-силовых качеств у младших школьников // Физическая культура в школе, 2000, № 6 - С. 7-8.

Опрос родителей

Уважаемые родители! Мы обращаемся к Вам с просьбой ответить на вопросы нашего исследования об отношении к самостоятельным формам физического воспитания в условиях семьи.

Выберите из ниже приведенных ответов на вопросы те, которые наиболее точно отражают Ваше мнение и обведите кружком вариант ответа.

Опрос носит анонимный характер, и мнение каждого отдельного человека не будет оглашено.

1. Как Вы считаете, имеют ли какое-то значение активные занятия физкультурой и спортом для человека в настоящее время?

- а) Да имеет
- б) Нет не имеет
- в) Затрудняюсь ответить

2. Занимаетесь ли Вы спортом?

- а) да
- б) нет

3. Если занимаетесь, то каким видом спорта? Назовите

5. Если не занимаетесь, то почему?

- а) нет времени
- б) не хватает знаний
- в) нет условий

6. Занимаетесь ли спортом совместно с детьми?

- а) да
- б) нет
- в) не всегда

7. Как часто занимаетесь спортом?

- а) не занимаемся
- б) время от времени
- в) раз в неделю

г) 1-2 раза в неделю

д) 3-4 раза в неделю

е) больше 4 раз в неделю

8. Посещает ли ваш ребенок спортивную секцию?

а) Да

б) Нет

9. Каким видом спорта занимается ваш ребенок? Назовите

10. Кто выбрал этот вид спорта?

а) ребенок

б) родители

в) совместно

11. Установлен ли для вашего ребенка дома режим дня?

а) Да

б) Нет

12. Соблюдает ли Ваш ребенок режим дня?

а) Да

б) Нет

в) не всегда

13. Делает ли Ваш ребенок утреннюю гимнастику?

а) да

б) нет

в) иногда

14. Принимает ли кто-либо из родителей в этом участие?

а) мама с ребенком

б) папа с ребенком

в) все вместе

г) вообще не делаем гимнастику

15. Что делает ребенок после прихода из школы и в выходные дни?

а) гуляет

б) играет с друзьями

- в) смотрит телепередачи
- г) играет в игры совместно с родителями
- д) занимается трудовой деятельностью
- е) ходит в походы вместе с родителями

16. Играете ли Вы дома с ребенком в подвижные игры?

- а) да
- б) нет
- в) иногда

17. Нравится ли Вам и Вашему ребенку совместная спортивная деятельность?

- а) да
- б) нет
- в) нам да, ребенку нет
- г) нам нет, ребенку да

18. Проводите ли вы с ребенком закаливающие процедуры?

- а) да
- б) нет
- в) иногда

19. Какие закаливающие процедуры Вы проводите? Перечислите

20. Часто ли Вы бываете с ребенком на свежем воздухе?

- а) да, каждый день
- б) нет
- в) когда получается

21. Кто из членов семьи чаще гуляет с ребенком?

- а) мама
- б) папа
- в) все вместе

22. Сколько времени вы проводите на улице? Назовите

23. Ходите ли вы семьей в походы?

- а) да

б) нет

в) когда есть время

24. нравятся ли вашему ребенку уроки физической культуры в школе?

а) да

б) нет

в) не знаю

25. Выполняет ли ваш ребенок домашнее задание по физической культуре?

а) да

б) нет

в) не всегда

26. Помогаете ли вы ему в этом?

а) да

б) нет

в) не всегда

27. Указываете ли вы на допущенные ребенком ошибки в выполнении домашнего задания по физической культуре?

а) да

б) нет

28. Проводите ли вы беседы с ребенком о пользе самостоятельных занятий по физической культуре?

а) да

б) нет

29. Как вы думаете, какая польза в самостоятельных занятиях по физической культуре? Назовите

30. Принимаете ли вы участие в школьных спортивных праздниках?

а) да

б) нет

в) не всегда

31. Какие трудности в физическом воспитании своих детей вы испытываете?

а) отсутствие знаний

- б) нехватка времени
- в) ребенок этого не желает

32. Нужна ли вам помощь школы в улучшении физического воспитания детей в семье?

- а) Да
- б) Нет

33. Какую помощь вы хотели бы получить?

- а) дополнительные сведения
- б) проведение совместных спортивных праздников

Благодарим за участие.

Опрос учащихся младших классов

Дорогие ребята! Просим Вас ответить на вопросы о значении физической культуры и спорта в вашей жизни.

Прежде чем ответить на вопросы, внимательно прочтите все варианты ответов, отметьте кружком номера тех ответов (слева), которые выражают Ваше мнение.

Опрос носит анонимный характер, и мнение каждого отдельного ученика не будет оглашено.

1. Занимаетесь ли Вы спортом?

- а) да
- б) нет

2. Каким видом спорта вы занимаетесь? Назовите

3. Нравится ли вам заниматься спортом?

- а) да
- б) нет
- в) не занимаюсь

4. Нравятся вам уроки физической культуры в школе?

- а) да
- б) нет

5. Выполняете ли вы домашнее задание по физической культуре?

- а) да
- б) нет
- в) не всегда

6. Кто вам в этом помогает?

- а) мама
- б) папа
- в) все вместе выполняем
- г) не выполняем

7. Сколько времени у вас занимает выполнение домашнего задания по физической культуре? Назовите

8. Играете ли вы дома в подвижные игры?

а) да

б) нет

9. С кем из родителей вы играете в подвижные игры?

а) с мамой

б) с папой

в) все вместе

г) с друзьями

д) один (а)

10. В какие подвижные игры вы любите играть? Назовите

11. Вам нравится, когда родители играют вместе с вами?

а) да

б) нет

12. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику?

а) да

б) нет

в) иногда

13. Кто помогает вам делать утреннюю гимнастику?

а) мама

б) папа

в) я сам (а)

14. Чем занимаетесь после прихода из школы и в выходные дни?

а) гуляю

б) играю с друзьями

в) смотрю телепередачи

г) занимаюсь трудовой деятельностью

д) игра в подвижные игры с родителями

15. Сколько времени вы гуляете?

- а) не гуляю совсем
- б) не каждый день
- в) каждый день 1-2 часа
- г) более 2 часов в день

16. Кто ходит с вами на прогулки?

- а) мама
- б) папа
- в) всей семьей
- г) когда как

17. Чем вы занимаетесь во время прогулок?

- а) бегаю
- б) играю
- в) сидим, разговариваем с друзьями

18. Есть ли у вас дома велосипед, мяч, ролики, коньки, клюшки, скакалка, обруч. Нужно подчеркнуть

19. Проводятся ли в школе спортивные праздники?

- а) да
- б) нет
- в) очень редко

20. Участвует ли ваша семья в них?

- а) да
- б) нет
- в) не всегда

21. Хотелось бы вам чаще участвовать в совместных праздниках и соревнованиях с родителями?

- а) да
- б) нет

Благодарим за участие!

«Урок – викторина» по предмету физическая культура для учащихся 4 классов.

Цель: активизировать и разнообразить деятельность учащихся, закрепление знаний и навыков, полученных на занятиях по физической культуре. Достижение положительного эмоционального настроения детей.

Задачи:

- формирование у детей представления о здоровом образе жизни;
- развитие интеллектуальной деятельности учащихся через использование заданий занимательного характера;
- формирование дружеских отношений, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие и углубление потребностей и мотивов учебно – познавательной деятельности в предметной области «Физическая культура».

Инвентарь: карточки с викториной, аннограммой для команд; магнитофон; канат; конусы; мячи: 3 шт для настольного тенниса, 3 шт для большого тенниса, 6шт – волейбольных мячей, 6 шт – футбольных, 6 – волейбольных. Карточки с названием спортивных мячей по количеству мячей и учащихся. Обручи - 9 шт.

Ход урока: Перед началом урока учащиеся делятся на команды, способом «Выбор капитана». (3 команды по 8 человек).

Викторина: «Шаги в спортивную жизнь». (ответ фиксируют в таблице, на задание отводится 5 – 7 мин)

| №п/п | Вопрос | Ответ |
|------|--------|-------|
|------|--------|-------|

| | | |
|---|---|-------------------------------------|
| 1 | Как звучит девиз Олимпийских игр? | «Быстрее, выше, сильнее» |
| 2 | Как выглядит олимпийский символ? | Пять переплетенных колец |
| 3 | Как назывался стадион в Москве, на котором проходили церемонии открытия и закрытия XX II Олимпийских игр? | Центральный стадион им. В.И. Ленина |
| 4 | В каком городе проходили зимние Олимпийские игры – 2014? | В городе Сочи с 7 по 23 февраля |
| 5 | Назовите даты проведения летних Олимпийских игр – 2016? | С 5 по 21 августа 2016 |

Исключи лишнее слово. (работа с карточками)

Реши аннограмму и исключи лишнее слово. Объяснить сделанный выбор.

| Зашифрованное слово | Ответ |
|--------------------------------|-----------|
| РИСОВКОС | кроссовки |
| КАЙМА | майка |
| ШТОРЫ | шорты |
| ДМОНЧЕА | чемодан |
| Объясни сделанный выбор | |
| | |

Загадочная викторина.

Угадай загадку и определи, что не относится к спортивным играм?

Описание выполнения задания: команды поочередно отгадывают загадки и запоминают отгаданные виды спорта. Затем быстро проанализировав ответы, определяют, что не относится к спортивным играм, пишут ответ на листе маркером и поднимают вверх. За каждую правильно отгаданную загадку команда получает одно очко. Кто первый выполнил задание, тот и победил. Команда получает одно очко.

Соберем команду в школе

И найдем большое поле.

Пробиваем угловой -

Забиваем головой!

И в воротах пятый гол!

Очень любим мы... (футбол)

Здесь команда побеждает,

Если мячик не роняет.

Он летит с подачи метко

Не в ворота - через сетку.

И площадка, а не поле

У спортсменов в... (волейболе)

В этом спорте игроки

Все ловки и высоки.

Любят в мяч они играть

И в кольцо его кидать.

Мячик звонко бьет об пол,

Значит, это... (баскетбол)

Снаряд есть у боксеров – груша.

А в этом спорте «фрукт» лучше.

Там забивает мяч спортсмен

В ворота в виде буквы **Н**,

На сливу очень мяч похож.

Вид спорта этот назовешь? (регби)

Мы не только летом рады

Встретиться с олимпиадой.

Можем видеть лишь зимой

Слалом, биатлон, бобслей,

На площадке ледяной -
 Увлекательный... (хоккей)
 Громко музыка играет.
 Класс движенья выполняет.

Не просты движения,
 Это упражнения.
 Гимнастика под музыку
 Оздоровляет нас.
 Скажите-ка название
 Ее мне дружно, класс! (Аэробика)

Комплекс ОРУ по музыкальное сопровождение.

Аннограммы.

Отгадай аннограмму – загадку и узнаешь, какое будет следующее соревнование.

Настил из бревен мы возьмем
 И переставим буквы в нем,
 И переставленных букв ряд
 Даст гимнастический снаряд.
 (Накат - канат)

Перетягивание каната (по круговой системе)

Меня разыскивают все
 Когда спустился мяч в игре
 Но поменяй местами слоги
 И вырасту я у дороги.
 (Насос - сосна).

Конкурс: Кто быстрее накачает мяч.

Словарный пинпонг

Назвать виды спортивных мячей. Поочередно команды произносят названия и получают по 1 баллу.

- баскетбольный
- волейбольный
- футбольный
- ганбольный
- ватерпольный
- регбийный
- мяч для большого тенниса
- мяч для настольного тенниса
- бейсбольный
- мяч для хоккея на траве
- мяч для хоккея на льду.

Эстафета с мячами

Перед каждой командой лежат три обруча: один на линии штрафного броска, другой – на средней линии, третий на лицевой линии. В первом обруче лежат карточки с названием видов спортивных мячей. (один вид на карточке). Во втором обруче лежат разные виды мячей. По сигналу участник бежит к первому обручу берет карточку с названием мяча, выбирает во втором обруче тот мяч, название которого написано в карточке и относит его в третий обруч. Обратно возвращается бегом с карточкой в руках. За победу команда получает три балла.

Словарный пинпонг.

Назовите виды спорта, начинающиеся на букву «Б». За каждый названный вид спорта команда получает один балл.

- баскетбол
- бадминтон
- батут
- бейсбол
- биатлон
- бобслей
- бокс
- борьба

Викторина «Чемпион».

1. Назовите цвета Олимпийского флага?

- **зеленый, черный, желтый, голубой, красный.**
- зеленый, лиловый, желтый, коричневый, красный.
- оранжевый, черный, салатный, голубой, красный.

2. Что символизируют пять переплетенных колец? (объединение в олимпийское движение пяти континентов).

3. Какие звания присваивают спортсмену пожизненно?

- Чемпион Европы
- Чемпион мира
- **Олимпийский чемпион**
- Чемпион России.

4. Назовите российскую лыжницу, родом из города Комсомольска – на – Амуре, чемпионку Олимпийских игр 1998, 2002 и 2006? (**Чепалова Юлия Анатольевна**).

5. Олимпийский огонь зажигают с помощью:

- огнива

- **солнечных лучей**

-спичек

- кремня и трута

6. Как часто проводятся Олимпийские игры? (раз в 2 – 4 года)

7. Как называется спортивный переходящий приз? (серебряный кубок)

8. Сколько видов спорта существует в мире? (около 8000 различных видов спорта и спортивных игр)

9. Что стремятся установить спортсмены? (рекорд)

И мы с вами на каждом уроке, как настоящие спортсмены стараемся установить личные рекорды. И сегодня на уроке мы проверили ваше умение использовать полученные знания, быстро и главное правильно отвечать на вопросы, умение работать в команде. И подводя итог урока мы награждаем победителя «урока викторины» команду Стародубцева Алексея, занявшего 1 место с результатом...

Награждение.

Организованный выход из спортивного зала.

Урок «В походе»

Задачи: 1.Формирование навыка бега по прямой.

2.Закрепить навык ходьбы и бега с высоким подниманием бедра.

3.Способствовать воспитанию выносливости, внимания и сообразительности.

I ЧАСТЬ

Вместо привычных команд учитель говорит:

- Ребята, сейчас мы с вами отправляемся в поход. Наша дорога лежит через озеро, болото, речку.

Игра на внимание «Кочка, копна, тропинка».

1.Дети идут в обход по залу в колонне по одному. Задание можно озвучивать в стихотворной форме.

Мы сейчас в поход выходим,

По тропинке в лес заходим,

Руки за спину кладем,

По тропинке в лес идем.

2.Ученики подходят к гимнастической скамейке и разводят в стороны руки.

Вот предстал овраг преградой,

Перейти его нам надо,

Руки в стороны разводим,

Смело к бревнышку подходим!

3. Дети снова идут по залу, затем переходят на ходьбу с высоким подниманием бедра.

По тропинке в лес шагаем,

Вдруг ручей в пути встречаем,

Неужель, здесь поворот?

Нет, пройдем речушку в брод.

4. Дети проходят к наклонной гимнастической скамейке, закрепленной на гимнастической стенке и передвигаются по ней на четвереньках, спускаясь затем по стенке.

Дружно на берег крутой

Забираемся гурьбой,

Перешли на четвереньки

И спустились по ступенькам.

5. Учащиеся продолжают идти по залу, совершая наклоны, имитируя, сбор ягод, грибов, орехов.

II ЧАСТЬ

В основной части урока решаются задачи, направленные на изучение нового учебного материала, повторение пройденного, с целью совершенствования двигательных умений и навыков, а также разучиваются упражнения на формирование и развитие различных физических и морально-волевых качеств (особенно при проведении подвижных игр).

Особое место в решении этих задач для младших школьников занимают сюжетные игры. Время вносит изменения в сюжеты некоторых игр, наполняет

их новым содержанием, отражающим современную жизнь. Игры обогащаются, совершенствуются, создается множество усложненных вариантов, но их двигательная основа остается неизменной («Охотники и утки»).

Характерной чертой сюжетных игр является не только богатство и разнообразие движений, но и свобода их применения в разнообразных игровых ситуациях, что создает больше возможности для проявления инициативы и творчества. Сюжетные подвижные игры имеют ярко выраженный эмоциональный характер. Играя, ребенок испытывает радость от напряжения физических и умственных сил, необходимого для достижения успеха.

III ЧАСТЬ

Сюжетная игра «Шишки, желуди, орехи».

Сюжетные игровые уроки рекомендуется проводить в конце каждой четверти, чтобы проверить насколько учащиеся освоили основные движения, пройденные в четверти, проверить организованность и дисциплину. Игровой урок может состоять из 2-3 знакомых и 1-2 новых игр.

Сценарий спортивного праздника: «Веселые старты».

Цель: повышать интерес детей к занятиям физической культуре и воспитывать чувство товарищества.

Задачи:

- Привлечь детей к занятиям физической культурой и спортом
- Развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Обеспечивать высокую двигательную активность детей

Оборудование: спортивная площадка украшена шарами, гирляндами; корзина с овощами (муляжи), мешочки с песком, обручи, теннисные ракетки и мячи, мячи, воздушные шары, эмблемы команд.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ:

Под торжественную музыку дети входят на площадку и строятся в 2 команды.

Ведущий:

Начинаем мы свой праздник,

Будут игры, будет смех,

И веселые и забавы

Приготовлены для всех

Ведущий: Дорогие дети, уважаемые взрослые, сегодня состоится спортивный праздник «Веселые старты». Участники будут соревноваться в быстроте, силе, ловкости, находчивости. Участвовать в наших соревнованиях будут две команды. Команда «Солнечные» и команда «Звездные». За каждую победу в соревновании команда получает один флажок. У кого больше будет флажков – та команда и победила.

Ну а сейчас наши ребята расскажут для чего нужен спорт и что нужно делать, чтобы расти здоровыми и закаленными.

Дети

1-й Всем ребятам наш (все вместе) привет-

И такое слово:

Спорт любите с малых лет –

Будете здоровы!

2-й Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

3-й В мире нет рецепта лучше-

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет

Вот и весь секрет!

4-й Приучай себя к порядку-

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей

Будешь здоровей.

5 –й Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт- помощник, спорт – здоровье,

Спорт – игра, физкульт (все) ура!

Ведущий: Ну а теперь внимание начинаем наши соревнования. Прошу команды занять свои места и капитанов представить свои команды.

1 команда: Наша команда «Солнышко»

Наш девиз:

Чтоб расти

И закаляться ни по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься,

Заниматься надо нам

И мы уже сегодня сильнее, чем вчера

Физкульт - ура!

2 команда: Наша команда «Звездочка»

Наш девиз:

Спорт мы любим с детских лет!

И будем все здоровы!

Ну-ка дружно детвора

Крикнем все: Физкульт-Ура!

Ведущий: Внимание! Внимание! Начинаем наши соревнования!

1. Эстафета «Донеси, не урони» (Команды выстраиваются в две шеренги, капитаны берут в руки теннисные ракетки и положив на них теннисный мяч, по команде воспитателя должны добежать, сохраняя равновесие и стараясь мяч не уронить, до обруча. Оставив мяч там – вернуться к своей команде. Ракетку передать следующему игроку своей команды. Тот должен вернуться к обручу, положить мяч на ракетку и сохраняя равновесие - стараясь мяч не уронить вернуться к своей команде. Третий повторяет действия первого, а четвертый повторяет действия второго и т.д. Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием.)

2. Эстафета «Пингвинёнок Лоло».

(Игроки стоят в шеренгах, капитаны с воздушным шаром. По сигналу зажимают коленями шарик и прыжками на двух ногах, осторожно, но по

возможности быстро продвигаются вперед до стойки. Обрато возвращаются бегом с шариком в руках; встают в конец команды. Когда шарик передадут первому игроку, он продолжает эстафету. Эстафета заканчивается тогда, когда шарик вновь окажется в руках у впереди стоящего капитана. По окончании эстафеты, капитан *высоко* поднимает шарик над головой- главное, чтобы он не лопнул во время эстафеты. Его можно заменить мячом.)

Ведущий: Отдохнуть пришла пора! Вот еще одна игра: вам понравится она, вам вопрос хочу задать - ваше дело отвечать. Если вы со мной согласны - отвечайте хором братцы: «Это я, это я, это все мои друзья». Если не согласны вы - то в ответ молчите.

1. Отвечайте хором, вмиг, Кто здесь самый баловник?
2. Я спрошу сейчас у всех, Кто здесь любит песни, смех.
3. Кто привык у вас к порядку, утром делает зарядку?
4. Кто из вас скажите братцы забывает умываться?
5. И еще один вопрос, Кто себе не моет нос?

Ведущий: Молодцы. Ну а теперь продолжим наши соревнования, команды занимайте свои места.

3. «Эстафета «Паук плетущий паутину».

(В этой эстафете участвуют сразу по 4 участника от каждой команды. Они встают спиной друг другу и сцепляются руками, согнутыми в локтях. В такой сцепке они превращаются в паука, у которого 8 лапок. Теперь пауку необходимо быстро пройти дистанцию и вернуться обратно)

4. Эстафета: «Соберем урожай»

(Команды выстраиваются в шеренгу, по сигналу ведущего каждый игрок в команде должен добежать до корзины с фруктами и овощами – каждая команда собирает либо овощи, либо фрукты. Отнести, положить в обруч,

лежащий напротив его команды и вернуться к своей команде, следующий игрок повторяет действия предыдущего. Выигрывает та команда, которая быстро и правильно соберет свой урожай – одна команда – фрукты, другая овощи.)

Ведущий: Молодцы все участники соревнований были ловкими, быстрыми. Есть ещё одна игра, тоже классная она!

Проведем мы испытание и проверим ваши знания.

За лето все небось забыли? Чему вас в садике учили?

1,2,3,4,5-все мы можем сосчитать!

На вопрос мой отвечайте, повнимательней считайте!

-Сколько хвостов у шести котов? 6

-Сколько носиков у восьми песиков? 8

- Сколько ушек у двух старушек? 4

-Сколько ушей у трех мышей? 6

-Сколько пальчиков на руках у мальчиков? 10

-А у девочек? 10

-У стены стоят кадушки, в каждой ровно по лягушке.

Сколько было здесь лягушек, если было шесть кадушек? 6

Ведущий: Ну а теперь продолжим наши соревнования, команды занимайте свои места.

Эстафеты:

5. Эстафета: «Донеси и передай другому»

(Первый игрок каждой команды кладет на голову мешочек с песком и должен донести его до финиша и обратно, передать другому игроку своей команды. Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием и сможет донести мешочек ни разу его не уронив)

Ведущий: С эстафетой справились отлично,

Быстро бегать – это всем привычно.

А сейчас возьмём мы в руки мяч,

Мастерство оценим передач.

6. Эстафета: «Гонка мяча над головой»

(Первый игрок посылает мяч над головами игроков назад. Последний игрок каждой команды, ловит мяч и бежит с ним вдоль колонны вперёд, встаёт с ним в начале колонны и передает мяч над головами игроков. Теперь уже последний игрок в команде, получив в свои руки мяч посылает его над головами игроков назад и т. д. Побеждает та команда, которая закончит эстафету быстрее).

Ведущий : Вот и закончились наши соревнования. Сейчас судьи подведут итоги. (Судьи подводят итоги. Награждение)

Ну вот и выявили победителей.

Скажем спасибо жюри и зрителям.

Наш праздник заканчивается, а новый учебный год - начинается!

И пускай немало славных,

Разных дней в календаре,

Но один из самых главных-

Самый первый в сентябре!

Еще раз поздравляем всех детей, родителей и учителей с праздником, Днем знаний!

Таблица 1

Результат опроса респондентов (родители)

| Вопрос из опросника | До эксперимента | | После эксперимента | |
|--|---|---|---|---|
| | Экспериментальная группа | Контрольная группа | Экспериментальная группа | Контрольная группа |
| Занимаетесь ли вы спортом? | 20% | 30% | 60% | 31% |
| Если занимаетесь, то каким видом спорта? Назовите | Волейбол 46% Легкая атлетика 36% Баскетбол 18% | Волейбол 40% Легкая атлетика 33% Баскетбол 17% | Волейбол 49% Легкая атлетика 40% Баскетбол 20% | Волейбол 40% Легкая атлетика 35% Баскетбол 17% |
| Мешает недостаток знаний в физической культуре | 51% | 48% | 41% | 48% |
| Недостаток свободного времени | 50% | 30% | 15% | 27% |
| Отсутствие условий | 29% | 33% | 26% | 33% |
| Выполнение д/з детьми | 14% | 18% | 43% | 24% |
| Выполнение д/з совместно с детьми | 8% | 10% | 53% | 16% |
| Ежедневные прогулки детей на свежем воздухе | 38% | 36% | 86% | 64% |
| Ежедневные прогулки детей на свежем воздухе совместно с родителями | 20% | 21% | 74% | 30% |
| Выполнение утренней гимнастики детьми | 10% | 9% | 68% | 10% |
| Выполнение утренней гимнастики совместно с родителями | 5% | 6% | 50% | 7% |
| Нуждаются в помощи при организации семейного досуга | 93% | 90% | 56% | 90% |
| Считают, что недостаточно спортивных мероприятий в школе | 60% | 57% | 40% | 58% |

Таблица 2

Результат опроса респондентов (дети)

| Вопрос из опросника | До эксперимента | | После эксперимента | |
|---|---|---|---|---|
| | Экспериментальная группа | Контрольная группа | Экспериментальная группа | Контрольная группа |
| Занимаетесь ли вы спортом | 25% | 30% | 80% | 50% |
| Какой вид физической культуры на уроках вам нравится | Активные передвижения 20% Подвижные игры 80% | Активные передвижения 21% Подвижные игры 79% | Активные передвижения 15% Подвижные игры 85% | Активные передвижения 22% Подвижные игры 78% |
| Нравятся ли вам уроки физической культуры | 60% | 58% | 95% | 60% |
| Нравятся ли вам совместные занятия с родителями | 60% | 68% | 90% | 70% |
| Занимаетесь ли вы совместно с родителями физической культурой | 25% | 24% | 59% | 25% |
| Что отрицательно влияет на желание посещать уроки физкультуры | Выполнение зарядки 53% Отрицательная оценка учителя 15% Долгое объяснение 32% | Выполнение зарядки 20% Отрицательная оценка учителя 20% Долгое объяснение 30% | Выполнение зарядки 27% Отрицательная оценка учителя 13% Долгое объяснение 25% | Выполнение зарядки 49% Отрицательная оценка учителя 21% Долгое объяснение 30% |
| Выполняете ли вы д/з по физкультуре | 26% | 27% | 49% | 27% |
| Помогают ли родители вам в выполнении д/з по физкультуре | 10% | 9% | 78% | 15% |
| Гуляете ли вы на улице ежедневно более 2 часов | 35% | 32% | 73% | 42% |

| | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|
| Гуляете ли вы на улице ежедневно более 2 часов с родителями | 30% | 25% | 72% | 30% |
| Выполняете ли вы по утрам зарядку | 10% | 10% | 68% | 15% |
| Выполняете ли вы по утрам зарядку с родителями | 10% | 11% | 61% | 50% |
| Считают, что недостаточно спортивных мероприятий в школе | 90% | 87% | 60% | 84% |