**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР КАК СРЕДСТВА АКТИВИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

***Левченко Юлия Викторовна,***

*студентка гуманитарного факультета*

*Филиала СГПИ в г. Железноводске*

***Научный руководитель: Кобышева Наталья Ивановна,***

*старший преподаватель кафедры*

*гуманитарных и социально-экономических дисциплин*

*Филиала СГПИ в г. Железноводске*

**THE USE OF OUTDOOR GAMES AS A MEANS OF ACTIVATING THE PHYSICAL ACTIVITY OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN**

***Levchenko Yulia Viktorovna,***

*student of the Faculty of Humanities*

*Branch of Stavropol state pedagogical**Institute in Zheleznovodsk*

***Scientific supervisor: Natalia Kobysheva,***

*Senior Lecturer at the Department*

*of Humanities and Socio-Economic Disciplines*

*Branch of Stavropol state pedagogical**Institute**in Zheleznovodsk*

**Аннотация:** *в данной статье изучены особенности использования подвижных игр как средства активизации физической активности детей младшего школьного возраста. В работе раскрыто понятие физической активности, особенности активизации физической активности детей младшего школьного возраста, определены возможности подвижных игр в активизации физической активности детей младшего школьного возраста, представлены результаты экспериментального исследования по рассматриваемой проблеме.*

**Annotation:** *This article examines the features of the use of outdoor games as a means of activating the physical activity of primary school children. The paper reveals the concept of physical activity, the features of activating the physical activity of primary school age children, identifies the possibilities of outdoor games in activating the physical activity of primary school age children, and presents the results of an experimental study on the problem under consideration.*

**Ключевые слова:** *дети младшего школьного возраста, физическая активность, активизация физической активности, подвижные игры, использование подвижных игр.*

**Keywords:** *primary school children, physical activity, activation of physical activity, outdoor games, use of outdoor games.*

Ведущей задачей современной начальной школы является активизация физической активности детей младшего школьного возраста как важного фактора сохранения и укрепления их здоровья [5, c.4]. Необходимость активизации физической активности детей младшего школьного возраста обуславливает поиск оптимальных средств, направленных на решение проблемы. В качестве такого средства может выступить использование подвижных игр.

Анализ научных исследований позволил определить физическую активность как «целеустремленную двигательную деятельность человека, направленную на укрепление здоровья, развитие физического потенциала и достижение физического совершенства для эффективной реализации своих задатков с учетом личностной мотивации и социальных потребностей» [2].

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным для формирования практически всех физических качеств и координационных способностей, реализуемых в физической активности. В этот возрастной период происходит становление основных социальных, психологических и биологических компонентов физической активности личности ребенка. Активизация физической активности детей младшего школьного возраста происходит посредством сочетания двух взаимодополняющих друг друга направлений, на каждом из которых используются разнообразные средства:

- больших форм занятий (уроков физкультуры и работы спортивных секций во внеурочное время);

- малых форм занятий, вводимых в структуру учебного дня (вводной гимнастики до учебных занятий; физкультминуток и физкультурных пауз; динамических пауз; физических упражнений на удлиненной перемене) [4, c.38].

Особое место в активизации физической активности детей младшего школьного возраста занимают подвижные игры [3, c.5]. Подвижная игра – это «сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся четким и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами; вид деятельности, для которой характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом» [1, c.8].

С целью активизации физической активности детей младшего школьного возраста применяются различные виды подвижных игр: без разделения на команды, с водящим и без водящего; простые и сложные; большой, средней и малой подвижности; с элементами общеразвивающих упражнений, с бегом, с прыжками, с мячом, с метанием [1, c.14].

По рассматриваемой проблеме проведено экспериментальное исследование, целью которого стало изучение особенностей использования подвижных игр как средства активизации физической активности детей младшего школьного возраста. В качестве респондентов выступили обучающиеся 4 «А» и 4 «Б» классов муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей казачества имени Анатолия Федоровича Дьякова» города-курорта Железноводска Ставропольского края.

Целью констатирующего этапа эксперимента стало определение начального уровня физической активности детей младшего школьного возраста. С этой целью были использованы следующие диагностические методики:

1. Для диагностики уровня двигательной активности детей младшего школьного возраста - «Методика диагностики двигательной расторможенности детей» (М. Алворд, П. Бейкер).

2. Для диагностики уровня развития физических качеств детей младшего школьного возраста - тест для выявления уровня развития физических качеств (В.И. Лях).

# 3. Для диагностики мотивации детей младшего школьного возраста к занятиям физической культурой - анкета для оценки уровня мотивации школьников к занятиям физической культурой (Н.Г. Лусканова).

Результаты диагностики показали, что уровень физической активности детей младшего школьного возраста преимущественно средний. Уровень физической активности обучающихся 4 «Б» класса выше, чем у обучающихся 4 «А» класса на 13% (таблица 1):

Таблица 1 - Уровень физической активности детей младшего школьного возраста (констатирующий этап эксперимента)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень | 4 «А» класс | | 4 «Б» класс | |
| Количество | Процент (%) | Количество | Процент (%) |
| Высокий | 3 | 20 | 3 | 20 |
| Средний | 6 | 40 | 8 | 53 |
| Низкий | 6 | 40 | 4 | 27 |

По итогам констатирующего этапа эксперимента 4 «Б» класс выбран контрольным, а 4 «А» класс - экспериментальным.

Целью формирующего этапа эксперимента явилась апробация работы по использованию подвижных игр как средства активизации физической активности детей младшего школьного возраста. При использовании подвижных игр соблюдалась методика их организации и проведения. Подвижные игры проводились на уроках физической культуры («Попади в цель», «Воробьи, вороны», «Охотники и утки», «Самый меткий» и др.), на переменах («Паучки и комары», «Рулет», «Светофор», «Стая уток» и др.) и на празднике «Веселые старты» («Сороконожка», «Кенгуру», «Зашнуруй ботинок», «Полоса препятствий» и др.). Подвижные игры стимулировали двигательную активность детей, способствовали развитию у них физических качеств, повышению интереса к занятиям подвижными играми и физической культурой в целом.

Целью контрольного этапа эксперимента было повторное определение уровня физической активности детей младшего школьного возраста. С этой целью были использованы те же диагностические методики, что и на констатирующем этапе эксперимента. Результаты диагностики показали, что уровень физической активности детей младшего школьного возраста преимущественно средний. Уровень физической активности обучающихся 4 «А» класса выше, чем у обучающихся 4 «Б» класса на 13% (таблица 2):

Таблица 2 - Уровень физической активности детей младшего школьного возраста (контрольный этап эксперимента)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень | 4 «А» класс | | 4 «Б» класс | |
| Количество | Процент (%) | Количество | Процент (%) |
| Высокий | 5 | 33 | 3 | 20 |
| Средний | 8 | 53 | 8 | 53 |
| Низкий | 2 | 14 | 4 | 27 |

После проведения формирующего этапа эксперимента уровень физической активности обучающихся 4 «А» класса стал выше на 26%.

Таким образом, использование подвижных игр способствует более успешной активизации физической активности детей младшего школьного возраста за счет нормализации уровня двигательной активности, повышения уровня развития физических качеств, а также уровня мотивации к занятиям физической культурой.

**Список литературы *(список по алфавиту)*:**

1. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста: учебное пособие / Е.В.Кузьмичева. - М.: Физическая культура, 2018. -112 с.
2. Логинов С.И. О понятии физической активности человека в российской педагогической науке / С.И. Логинов // Северный регион: наука, образование, культура. - 2022. - Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/o-ponyatii-fizicheskoy-aktivnosti-cheloveka-v-rossiyskoy-pedagogicheskoy-nauke?ysclid=

lo2nivycr788020951 (дата обращения: 27.10.2023)

1. Луткова Я.З. Подвижные игры как средство решения педагогических задач в различных звеньях физического воспитания: учебно-метод. пособие / M.B. Луткова, Л.Н. Минина. - СПб.: СПбТАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2013. - 83 с.
2. Лях В.И. Физическая культура. Методические рекомендации. 1-4 классы: Учебное пособие для общеобразовательных организаций. - М.: Просвещение, 2021. - 175 с.
3. Сухарев А.Г. Двигательная активность и здоровье подрастающего поколения / А.Г. Сухарев. - М.: Издательский центр «Академия», 2016. - 87 с.

**References *(alphabetical list):***

1. Kuzmicheva E.V. Outdoor games for children of primary school age: a textbook / E.V.Kuzmicheva. - M.: Physical culture, 2018. -112 p.

2. Loginov S.I. On the concept of human physical activity in Russian pedagogical science / S.I. Loginov // Northern region: science, education, culture. - 2022. - Access mode: https://cyberleninka.ru/article/n/o-ponyatii-fizicheskoy-aktivnosti-cheloveka-v-rossiyskoy-pedagogicheskoy-nauke?ysclid=lo2nivycr788020951 (accessed: 17/05/2024)

3. Lutkova Ya.Z. Outdoor games as a means of solving pedagogical problems in various levels of physical education: educational method. the manual / M.B. Lutkova, L.N. Minina. - St. Petersburg: SPbTAFK named after P.F. Lesgaft, 2013. - 83 p.

4. Lyakh V.I. Physical culture. Methodological recommendations. Grades 1-4: A textbook for general education organizations. - M.: Enlightenment, 2021. - 175 p.

5. Sukharev A.G. Motor activity and health of the younger generation / A.G. Sukharev. - M.: Publishing center «Academy», 2016. - 87 p.