**«Подвижные игры как средство воспитания физических качеств у обучающихся начальных классов »**

**Баранбаева Элина Аскаровна, студентка 4 курса гуманитарного факультета**

**Научный руководитель:**

**Доцент кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин Ярлыкова Ольга Васильевна**

**Филиал ГБОУ ВО «Ставропольский государственный**

**педагогический институт»**

**в г. Железноводске**

На сегодняшний день в России фиксируют высокий уровень заболеваемости населения, особенно среди детей. В частности, за период обучения в школе в 3-4 раза уменьшается количество здоровых детей. Нехватка двигательной активности, задерживает развитие таких основных физических качеств, как сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость. Поэтому, сохранение и укрепление здоровья детей, повышение уровня их двигательной активности, развитие и совершенствование физических качеств являются главными задачами физического воспитания у обучающихся начальных классов.

Процесс становления образования и воспитания в России создают условия внедрения и применения подвижных игр в системе физического воспитания школьников. Будучи важным средством достижения и передачи социального опыта, подвижные игры должны войти сегодня во все сферы воспитательной работы, эмоционально обогащая личность, вызывая потребность в творческой деятельности и повышение физической работоспособности.

Младший школьный возраст является сенситивным для формирования большинства физических качеств. Уровень социального, психического и анатомо-физиологического развития детей на данном возрастном этапе способствует становлению координации движений посредством специально организованной деятельности.

Совершенствование физических способностей в младшем школьном возрасте является актуальной задачей процесса воспитания, так как подготавливает базу для овладения сложными двигательными навыками, а также тренирует пластичность процессов центральной нервной системы.

На этапе работы с педагогической и методической литературой были проанализированы источники, касающиеся проблемы развития физических качеств, а также материалы, посвященные приемам и методам их развития у обучающихся начальных классов. Осуществлялся подбор диагностирующего инструментария по выявлению и диагностике результативности воспитания физических качеств средствами подвижных игр.

В процессе выполнения работы нами были сделаны следующие выводы:

1. Новые требования к личностным характеристикам выпускника начальной школы и актуализация формирования ориентиров и норм поведения в аспекте здоровья всех членов общества, усиливают внимание к формированию физических качеств на уроках физической культуры в современной начальной школе, реализующей ФГОС НОО.

2. Эффективным средством развития физических качеств младших школьников является игровой метод, т.е. посредством подвижных игр, так как именно в этом возрасте более отвечает характеристикам и интересам детей.

3. Существует необходимость проведения работы по оптимизации методики развития физических качеств младших школьников, посредством использования подвижных игр. Был подобран комплекс подвижных игр, который внедрялся в учебно-воспитательный процесс на уроках физической культуры.

4. Сравнительный анализ данных диагностики констатирующего и контрольного этапа показал, что у обучающихся возрос уровень развития физических качеств. Младшие школьники улучшили показатели физических качеств.

5. Полученные результаты свидетельствует о правильности выбранных подвижных игр для развития физических качеств обучающихся начальных классов на уроках физической культуры.

6. В педагогическом процессе физического воспитания обучающихся начальных классов подвижная игра выступает не только как средство воспитания физических качеств, но и как метод развития психофизических качеств.

7. Наиболее приемлемы в физическом воспитании обучающихся подвижные игры, содержание и правила которых обеспечивают активную, самостоятельную деятельность детей под руководством и с участием взрослого.

8. Правильный подбор, продуманное сочетание и чередование игр с разным содержанием обеспечивают процентный прирост показателей физических качеств обучающихся начальных классов.

Полученные результаты подтверждают данные литературных источников о том, что на уроках, где используется подвижная игра, обучающиеся начальных классов выполняют упражнения легко и без психического напряжения, легко развиваются основные физические качества, т.е. активное развитие мышечной системы, выход накопленной энергии, смекалка, ловкость реализуются в игре при высоком эмоциональном уровне. Таким образом, умение правильно использовать активную форму работы, такую как игру, и знание своего предмета помогают найти тот самый общий язык между учителем и обучающимися, необходимый для проведения плодотворной работы, помогающей стать детям сильными, ловкими и здоровыми.

Приведенные в данной работе результаты экспериментальной работы дают основание утверждать, что для результативности проведения урока обучающихся начальных классов необходимо вовлекать в процесс обучения и воспитания посредством игры, которая развивает у них интерес к спортивным занятиям, укрепляет организм, закаляет его.

**Список литературы:**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357) – [Электронный ресурс] URL: <https://fgos.ru/>
2. Аникин, А.И. Использование подвижных игр в занятиях подвижными играми / А.И. Аникин, В.В. Воронков // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: тезисы докладов VI науч.-практ. конф. по проблемам физического воспитания обучающихся. – Изд-во: Коломенский государственный педагогический институт, 1996. С. 91.
3. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры: Учеб.пособие для институтов физической культуры. – М.: ФИС, 1982. 128 с.
4. Вавилова Р.И. Сборник инструктивно-методических материалов по физической культуре. – М.: Просвещение, 2003.
5. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту. – М.: ФИС, 1985. 98 с.
6. Вильчковский Э.С. Физическое воспитание школьников в семье. – К.: Рад. шк., 2003.