ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В РАЗВИТИИ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Физическое воспитание является важной составляющей образовательного процесса, в том числе и в начальной школе. Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту (ФГОС), основанному на системно-деятельностном подходе, целью физического воспитания является системное и всестороннее гармоничное развитие личности учащегося, а также освоение им знаний и компетенций, необходимых для успешного обучения и жизни в современном мире.Педагоги по физической культуре уделяют большое количество времени развитию у детей младших классов умений и навыков выполнения различных моторных действий . В этот период у школьников происходит завершение формирования анатомо-физиологических систем, отвечающих за двигательную активность. Однако развитие моторики продолжается и требует дальнейшего особого внимания и поддержки занимают координационные способности. Ученики младшего школьного возраста отстают в развитии этого качества в основном из-за не достаточной сформированности механизмов, которые регулируют их движения. Тем не менее, данный возрастной период является наиболее подходящим для целенаправленного педагогического воздействия на эти координационные механизмы .Однако, в период с 7 до 11 лет, наблюдается наиболее высокий прирост показателей разнообразных координационных способностей. Координационные способности делятся на три типа: специальные, специфические и общие. Специфические координационные способности особенно важно развивать в школе на уроках физической культуры, поскольку они служат основой для формирования общих и специальных координационных способностей.Достаточный уровень их развития позволяет успешно освоить физические упражнения программы, включенные в состав обязательных. Именно в целях освоения гимнастических, игровых, туристических и спортивных упражнений требуются общие и специальные координационные способности способностей оказалась в числе первостепенных. Одним из способов решения поставленной задачи на одном из классов нами были использованы упражнения, рекомендованные программой по физической культуре а именно: 1) упражнения для развития координации – шаги и бег с продвижением вперёд, сочетаемые с движениями рук; прыжки через скакалку; упражнения «школы мяча»; танцевальные шаги: «полька» или «буратино», «ковырялочка», «верёвочка»; 2) упражнения для развития моторики – вращение кистью руки скакалки, сложенной вчетверо, перед собой, сложенной вдвое – поочерёдно в лицевой, боковой плоскостях; 3) упражнения для освоения жизненно важных навыков и умений: равновесие: рабочая нога – колено вперёд; рабочая нога назад «арабеск» или «ласточка»; повороты в обе стороны на сорок пять градусов; прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом на сорок пять и девяносто градусов в обе стороны. Подвижные игрыв качестве средства развития координационных способностей школьников экспериментальной группы были использованы в том числе и потому, что игры, являясь естественным для детей видом деятельности, помогают развивать коммуникационные навыки, учат работать в команде, принимать решения и решать возникающие задачи. Они способствуют развитию таких качеств, как внимание и концентрация. В игровой форме дети могут лучше запоминать и усваивать информацию, а также развивать своё воображение и творческое мышление . Таким образом, в период с 10 сентября по 19 декабря 2024 года в контрольной группе школьники выполняли упражнения на развитие координации, моторики и освоение жизненно важных умений и навыков, рекомендованные программой по физической культуре, с проведением в заключительной части каждого занятия подвижных игр малой активности, а в экспериментальной проводились подвижные игры, которые были направлены на улучшение уровня различных координационных способностей .