

ИГРЫ-ЭСТАФЕТЫ КАК СРЕДСТВО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Семенова Т.А.¹

¹ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет» (МПГУ), Москва, e-mail: semenovatatiana@mail.ru

Теоретически обоснована и уточнена методика организации и проведения игр-эстафет с детьми дошкольного возраста. Доказано, что игры-эстафеты могут проводиться только с детьми старшего дошкольного возраста, так как содержание этих игр обусловлено двигательным опытом детей и качеством выполняемых движений. В игры-эстафеты педагог включает только те движения, которые хорошо знакомы детям и находятся на этапе совершенствования техники. Оптимальный состав команды для участия в эстафете — пять-шесть человек. В целях профилактики детского травматизма направление движения игроков планируется таким образом, чтобы каждый участник обегал ориентир с правой стороны (левым плечом к ориентиру). Если передача эстафеты условна, то первый ребенок передает эстафету левой рукой следующему участнику, слегка касаясь ладони его левой руки. Только после этого второй участник может начинать движение. Выполнение правил обязательно для всех участников игры-эстафеты. Победа команды может быть достигнута только в результате быстрого и ловкого выполнения заданий каждым ее участником на своем этапе. Оценка, которую дает педагог по окончании эстафеты, направлена на формирование у детей осознанности выполняемых движений.

Ключевые слова: подвижные игры, игры-эстафеты, совершенствование двигательных навыков, методика проведения игр-эстафет, дети дошкольного возраста, физическое воспитание

RELAY RACE GAMES AS MEANS OF MOTOR SKILL IMPROVEMENT IN SENIOR PRESCHOOLERS

Semenova T.A.¹

¹FGBOU VO "Moscow Pedagogical State University (MPSU)", Moscow, e-mail: semenovatatiana@mail.ru

As methods of relay race games organization and implementation have been theoretically proved and specified it became evident that relay races can be played with senior preschoolers only, as it requires a proper motor skill and a certain quality of motion. In relay races a teacher includes nothing but motions that are well known to children and can be technically developed. The optimal number of relay race players is 5-6 children. Each player runs the turning point around from the right side (left shoulder to the turning point) in order to avoid childrens' traumatism. If a relay is conventional, the first child hands off the relay to another player by slightly touching his left palm. That is when the second participant is allowed to start running. The rules are strictly obligatory for all the participants. A team can win if all members perform the task fast and dexterously. The mark given by the teacher is used to form motional awareness in children.

Keywords: active games, relay race games, improvement of motor skill, methods of relay race games implementation, preschool children, physical education

Совершенствование двигательных навыков и воспитание психофизических качеств детей дошкольного возраста является одной из приоритетных задач физической культуры. Работы отечественных и зарубежных специалистов, в том числе: П.Ф. Лесгафта, Е.А. Аркина, А.В. Кенеман, Л.М. Коровиной, Н.В. Полтавцевой, Э.Я. Степаненковой, О.И. Кокоревой, Е.В. Ольховой, Т.А. Семеновой и иных, доказывают необходимость рационального использования дошкольниками собственного двигательного опыта и переноса его в повседневную деятельность. Решение поставленной задачи возможно средствами целенаправленного обучения физическим упражнениям, использованием

методики поэтапного разучивания движений, направленной на осознание техники выполняемых движений. Наивысшим показателем сформированности двигательного навыка является проявление ловкости, которая наиболее эффективно развивается в подвижных играх [2, 3, 7].

Подвижная игра – сознательная активная двигательная деятельность детей, направленная на решение двигательных задач и выполнение игровых правил. Отличительной особенностью или спецификой подвижной игры является мгновенная ответная реакция ребенка на сигнал («Лови!», «Беги!», «Замри!» и т.д.) [4, с. 273]. Таким образом, любая подвижная игра может рассматриваться как средство совершенствования двигательных навыков детей, поскольку в процессе игры внимание ребенка направлено на достижение цели, а не на способ выполнения движения. Поэтому, действуя в соответствии с игровыми условиями, он проявляет ловкость, оттачивает сенсорные коррекции и тем самым совершенствует движения [2, 7]. Тем не менее особое место в классификации подвижных игр отводится играм с элементами соревнования, к которым относятся игры-эстафеты.

Эстафета [фр. estafette] — «соревнование спортивных команд в беге, плавании и др. – прохождение определенного расстояния спортсменами, сменяющими друг друга в пути и передающими (нередко условно) друг другу какой-либо предмет, также называемый эстафетой» [6, с. 607]. Фактор соревнования создает особый эмоциональный фон, который усиливает воздействие физических упражнений и способствует максимальному проявлению функциональных возможностей организма.

Тем не менее проблема организации и проведения игр-эстафет в дошкольных образовательных организациях сегодня представляет серьезную проблему. Анализ научной литературы показывает, что относительно содержания и методики проведения игр-эстафет с детьми младшего школьного возраста и подростков накоплен обширный материал, а специальные исследования, посвященные детям дошкольного возраста, практически отсутствуют. Так, в работе Л.В. Барковой и В.Л. Панкова показана возможность проведения игр-эстафет с детьми шести-семи лет. О.И. Кокорева рассматривает игры-эстафеты как средство развития точности движений детей шестого года жизни [1]. Э.Й. Адашкявичене рекомендует использовать игры-эстафеты при обучении старших дошкольников элементам спортивных игр. Однако сама методика проведения игр-эстафет с детьми дошкольного возраста раскрывается весьма поверхностно.

Таким образом, налицо противоречие между несоответствием состояния развития теоретических положений науки о значении игр-эстафет для совершенствования двигательных навыков детей дошкольного возраста, с одной стороны, и недостаточной разработанностью методического аспекта данной проблемы — с другой. Разрешение данного

противоречия составило цель исследования – уточнить методику проведения игр-эстафет с детьми дошкольного возраста. Опытнo-экспериментальная работа проводилась на базе ГБОУ Школа № 492 структурного подразделения № 2 «Кораблик» г. Москвы.

В ходе исследования решались следующие задачи: изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме проведения подвижных игр с детьми дошкольного возраста, уточнить методику проведения игр-эстафет с детьми старшего дошкольного возраста и апробировать ее в работе с детьми.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил заключить, что в отношении дошкольников игры-эстафеты рассматриваются как разновидность подвижных игр, в которых команды детей соревнуются между собой в преодолении различных препятствий путем быстрого и рационального решения двигательных задач. Важно подчеркнуть, что победа команды в игре-эстафете может быть достигнута только при условии быстрого и ловкого выполнения задания каждым ее игроком на своем этапе [4].

Участники эстафеты должны иметь большой объем двигательных навыков, поэтому игры-эстафеты проводятся только с детьми старшего дошкольного возраста. Содержание игр-эстафет составляют те физические упражнения, которые хорошо знакомы детям и находятся на этапе совершенствования техники [2, 8]. Данное обстоятельство определяет необходимость проведения предварительной работы, которая включает поэтапное обучение детей дошкольного возраста физическим упражнениям [5, 6].

В играх-эстафетах могут сочетаться самые разнообразные задания, например: пробежать, пролезть в обруч, пройти по скамейке, сохраняя равновесие; перепрыгнуть через препятствие, перенести груз; проползти, взять мяч, провести его, попасть в цель, вернуться прыжками на двух ногах к стартовой черте; катиться на самокате, отталкиваясь правой ногой, до расставленных на одной линии кеглей, проехать между ними змейкой, доехать до обозначенного места, остановиться, сойти с самоката, повернуть его, вернуться к стартовой линии, отталкиваясь левой ногой.

Организация игры-эстафеты начинается с предварительной работы, при планировании которой педагог руководствуется следующими положениями:

- включает в ее содержание только те движения, которые хорошо усвоены детьми;
- учитывает, что от количества и сложности заданий, длины дистанции, уровня физической подготовленности детей зависят величина и характер физической нагрузки;
- принимает во внимание интересы детей, подбирает движения, которые занимательны, при этом посильны для детей;

- организует игру-эстафету, ориентируясь на воспитание дружеских взаимоотношений между детьми с целью их нравственно-волевого поведения [4].

Обязательным условием проведения игры-эстафеты является распределение детей на команды. Каждая команда должна иметь свое название, соответствующую эмблему и капитана. Это организует и дисциплинирует дошкольников, сплачивает детский коллектив. При этом педагог объясняет, что капитан начинает эстафету, следит за порядком среди игроков команды и сигнализирует о завершении эстафеты. Общий успех команды зависит от результатов каждого игрока.

Так как эстафеты требуют от участников напряженного внимания, специалисты рекомендуют формировать команды не более чем по пять-шесть человек. Таким образом, группа разбивается на три-четыре команды, если позволяет помещение. Это сокращает время ожидания момента принятия эстафеты. В противном случае у детей дошкольного возраста на фоне эмоционального подъема и длительного времени ожидания своей очереди может наступить нервное перевозбуждение, а затем и переутомление, которое сведет на нет оздоровительный эффект проводимых упражнений.

Распределять детей нужно так, чтобы силы команд были равны. В этой связи педагог объединяет в одну команду физически подготовленных детей с более слабыми, мальчиков с девочками. Иногда для поддержания интереса к физической культуре команда мальчиков может соревноваться с командой девочек. Делить детей на команды можно путем расчета на «первый-второй», «Ракету-Спутник» или с помощью сговора.

Распределив воспитанников на команды, педагог предоставляет им свободу в установлении очередности действий играющих, но при этом следит, чтобы они договаривались доброжелательно, уступая друг другу. Дети седьмого года жизни уже понимают значение разумного распределения сил, поэтому на первые и завершающие этапы обычно назначают наиболее подготовленных детей.

При проведении игр-эстафет важна четкая организация детей. Для этого в зале обозначают линию старта для каждой команды и ставят конус или стойку в конце дистанции. В целях предупреждения травматизма до линии старта и за конусом оставляют 2–3 м свободного пространства.

Для безопасного передвижения необходимо также объяснить участникам каждой команды, что конус необходимо обегать таким образом, чтобы их левое плечо было обращено к конусу. Если передача эстафеты условна, то первый ребенок передает эстафету следующему участнику, касаясь левой рукой ладони его левой руки. Только после этого второй участник может начинать выполнение своего этапа. Соблюдение данного правила имеет особое значение для подготовки детей к участию в школьных играх-эстафетах.

Детям дошкольного возраста в силу преобладания возбуждения над торможением довольно трудно стоять в колонну по одному. Поэтому, чтобы игроки не толпились у стартовой линии, для каждой команды можно поставить скамейку и предложить участникам эстафеты ожидать своей очереди, сидя на скамейке верхом, продвигаясь вперед и поднимая левую руку ладонью вперед для принятия эстафеты.

После того как ребенок выполнит свой этап, обежит конус и передаст эстафету следующему участнику, он пробегает некоторое расстояние (для снижения скорости) и встает в конец своей команды (садится на скамейку). Упражнение считается законченным, когда капитан команды, который открывал эстафету, вновь окажется впереди своей команды и поднимет руки вверх («Эстафета закончена»).

Для воспитания у детей дошкольного возраста выдержки Т.И. Осокина рекомендует следующий прием: расположить команды в колонну по одному спиной к линии старта, чтобы дети не видели приближение передающего эстафету. Только после принятия эстафеты ребенок может начать движение.

Результаты каждой команды, участвующей в эстафете, оцениваются воспитателем либо по качеству, организованности и согласованности действий детей, либо по времени, затраченному на выполнение задания. Выполнение правил эстафеты обязательно для всех ее участников. Если во время выполнения эстафеты были нарушены правила, например один из ее участников сбил ориентир (бег змейкой между кеглями), он должен остановиться, поправить его и продолжить движение. Если укатился мяч, игрок догоняет его и продолжает движение с того места, на котором оно было прервано. Нарушение правил фиксируется и учитывается при подведении итогов.

После объяснения правил эстафеты каждый ее участник пробегает этап, уточняя для себя задание. Только после этого игра проводится на скорость. Эстафета считается пройденной в том случае, если все ее участники выполнили задание. После завершения эстафеты выигравшая команда получает очко. Для большей наглядности можно использовать флажки, которые педагог ставит в стаканчик каждой команды.

Игры-эстафеты располагают широкими возможностями для воспитания нравственно-волевых качеств: честности, справедливости, отзывчивости, целеустремленности, настойчивости в преодолении трудностей и др. Важно приучать дошкольников не только добиваться высоких личных показателей, но и заботиться о командном результате.

Воспитатель помогает осознать, насколько необходимо выполнение правил. Например, если кто-то нарушил правила передачи эстафеты (выбежал раньше срока, помешал сопернику и т.д.), команде начисляется штрафное очко или она считается проигравшей, даже если первой выполнит задание. Безусловно, что строгость наказания

должна соответствовать характеру нарушения правил. Существенными нарушениями считаются те, которые могут повлиять на ход и итог игры, например: начало действий до сигнала, задержка противника, проявления грубости и др. К менее существенным нарушениям относятся нарушение стартовой линии (заступ), неумышленная задержка действий противника и др. Соблюдение правил и справедливость оценки поведения детей снижают излишнюю возбужденность, азарт, желание победить любой ценой; способствуют воспитанию честности и справедливости [4].

Детям старшей группы детского сада целесообразно предлагать игры-эстафеты, состоящие из простых комбинаций движений, без сюжета. Особое внимание на данном этапе уделяется соблюдению правил, которые становятся самостоятельным регулятором поведения детей в игре, а также качеству выполняемых движений. Так старших дошкольников подводят к пониманию того, что в играх-эстафетах необходимо выполнять задания не только быстро, но и технически правильно. Только при соблюдении двух этих условий можно добиться успеха.

По мере усвоения детьми правил игры-эстафеты постепенно изменяются и предлагаемые им задания. Движения могут варьироваться, а комбинации — усложняться. Оценка, которую дает педагог по окончании игры, направлена на формирование у детей осознанности выполняемых движений. Так победа команды может рассматриваться как результат слаженных действий всех членов команды, целесообразного решения двигательной задачи, соблюдения правил. Проигрыш, наоборот, расценивается как следствие несогласованности действий игроков, неверного решения двигательной задачи или несоблюдения правил. Целесообразно отметить детей, которые не допустили ошибок и нарушения правил.

Обобщая вышесказанное, можно заключить, что методика проведения игр-эстафет с детьми дошкольного возраста предполагает соблюдение определенных условий.

Игры-эстафеты проводятся только с детьми старшей и подготовительной к школе групп детского сада.

Содержание игр-эстафет, как и содержание подвижных игр, составляют только те физические упражнения, которые находятся на этапе совершенствования техники.

Оптимальный состав команды для участия в эстафете пять-шесть человек. Если количество детей не позволяет сформировать одинаковые по численному составу команды, то некоторые дети могут быть привлечены к участию в игре в качестве помощников судьи. Возможен еще один вариант: дети с высоким уровнем физического развития и физической подготовленности, попавшие в команду с меньшим числом игроков, могут пройти этап

эстафеты дважды. В этом случае необходимо строго регулировать физическую нагрузку, не допуская переутомления детей.

Для безопасного перемещения игроков на спортивной площадке детям объясняют, что обегать стойку или конус необходимо левым плечом к нему, т.е. с правой стороны.

Передача эстафеты осуществляется левой рукой путем легкого прикосновения к левой ладони следующего участника. Только после этого он может начинать выполнение своего этапа.

Важнейшим условием проведения игр-эстафет является обязательное соблюдение правил всеми игроками. Команда, нарушившая правила, получает штрафное очко. Следовательно, она не может быть признана победившей даже при условии, что игроки данной команды закончили эстафету первыми.

Победа команды может быть достигнута только в результате быстрого и ловкого выполнения заданий каждым ее участником на своем этапе.

По окончании игры-эстафеты подводятся ее итоги. Оценка, которую дает педагог после завершения эстафеты, направлена на формирование у детей осознанности выполняемых ими движений, оценку их качества. К оценке результатов эстафеты могут быть привлечены сами участники.

Таким образом, в играх-эстафетах при грамотном их проведении содержатся огромные потенциальные возможности не только для совершенствования двигательных навыков, но и для всестороннего воспитания личности ребенка-дошкольника, формирования у него интереса к физической культуре и спорту.

Список литературы

1. Кокорева О.И. Игры-эстафеты для дошкольников [Текст] / О.И. Кокорева // Инструктор по физкультуре. 2008. — № 2. — С. 11–29.
2. Семенова Т.А. Воспитание ловкости у детей шестого года жизни в подвижных играх [Текст]: автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук (13.00.07) / Семенова Татьяна Анатольевна; МПГУ. – М., 2007. – 16 с.
3. Семенова Т.А. Воспитание ловкости у детей шестого года жизни в подвижных играх [Текст] / Т.А. Семенова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2007. — № 1. — С. 53–57.
4. Семенова Т.А. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях: учебник [Текст] / Т.А. Семенова. – М.: ИНФРА-М, 2016. – 448 с.

5. Семенова Т.А. Особенности формирования двигательных навыков у дошкольников [Текст] / Т.А. Семенова // Дошкольное воспитание. – 2014. — № 12. – С. 105–111.
6. Семенова Т.А. Технология поэтапного обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6. ; URL: <http://www.science-education.ru/120-16152> (дата обращения: 05.10.2016).
7. Словарь иностранных слов [Текст]. – 7-е изд., перераб. – М.: Русский язык, 1979. – С. 624.
8. Степаненкова Э.Я., Семенова Т.А. Воспитание ловкости у детей шестого года жизни в подвижных играх [Текст] / Э.Я. Степаненкова, Т.А. Семенова: монография. – М.: Изд. «Спутник+», 2013. – 198 с.