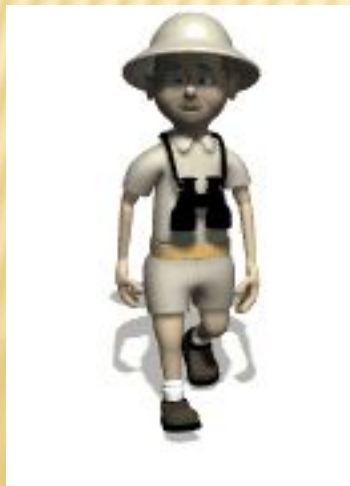


Исследовательская работа

по теме: «**Использование элементов туризма на уроках физической культуры в начальных классах.**»

**Исследование провела
Печерская Светлана
Александровна, учитель
физической культуры
МБОУ СОШ №6 г. Киржач
Владимирской области**



Введение

Согласно последним данным научно-исследовательского института гигиены детей и подростков Министерства социального развития здоровья детей младшего школьного возраста оценивается многими специалистами как удовлетворительное. Это выражается в низких показателях физического развития, физической подготовленности и состоянии устойчивости к заболеваниям детского населения. Известно, что необходимым условием нормального развития растущего организма является двигательная активность.

Особые условия туристской деятельности способствуют воспитанию нравственных качеств личности: взаимоподдержки, взаимовыручки, организованности и дисциплины, принципиальности, чуткости и внимания к товарищам, смелости, стойкости и мужества, чувства долга и ответственности, высоких организаторских качеств.

Эта тема актуальна в наше время, интересна, познавательна, поэтому туризм и элементы туризма необходимо использовать на уроках физической культуры. В настоящее время разрабатываются новые программы по физическому воспитанию, имеющие спортивную, оздоровительную и образовательную направленности. Одним из таких направлений является детский туризм. Однако имеющиеся публикации по применению средств и методов туризма на уроках физической культуры относятся в основном к школьникам среднего и старшего возраста. Работ по обоснованию средств физического воспитания на основе туризма для детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры нет.

Использование элементов туризма пробуждает ещё больше интерес к урокам

Объект исследования:

Урок (учебный процесс по физическому воспитанию с детьми младшего школьного возраста).

Предмет исследования:

Развитие двигательных и функциональных возможностей младшего школьника на уроках физического воспитания с использованием средств туризма в начальной школе.

Цель работы:

Значимость использования упражнений с элементами туризма для развития двигательных и функциональных возможностей младшего школьника на уроках физического воспитания с использованием средств туризма в начальной школе.

Задачи исследования:

- определить перечень средств туризма для использования в физическом воспитании детей младшего школьного возраста;
- разработать комплекс упражнений и игр на основе использования элементов туризма на занятиях физической культуры в начальной школе;
- рассмотреть, что основными факторами такой структуры являются:
 - фактор I- функциональной возможности и общая выносливость,
 - фактор II- скоростно-силовые способности и сила,
 - фактор III- координационные способности и быстрота,
 - фактор IV- гибкость.

Гипотеза исследования :

Если в процессе физического воспитания младших школьников ввести элементы туризма то это будет способствовать различным двигательным и функциональным возможностям ученика.



I Глава: Психолого-педагогическое обоснование элементов туризма на уроках физической культуры.

Туристские умения и навыки надо обязательно прививать детям уже в начальной школе. В этом возрасте школьники смотрят на мир широко открытыми глазами и, как губка, впитывают в себя всё интересное. А занятия туризмом и увлекательны, и полезны.

Уроки физической культуры с использованием средств туризма в младшем школьном возрасте имеют свои особенности .

Во-первых, в содержание таких уроков включают не только выполнение разнообразных физических упражнений, но и формирование знаний о природе, отношения человека к природе. Такие уроки учат коллективизму, товариществу и взаимопониманию, что, несомненно, делает их познавательно- образовательными и носит воспитательный характер.

Во-вторых, урок физической культуры с использованием средств туризма, подчинен единой сюжетной линии и игровой форме, что обеспечивает интерес и потребность в физических упражнениях.

В-третьих, уроки с использованием средств туризма проводят на открытом воздухе, что позволяет решать одну из главных задач физической культуры – оздоровительную.

Исходя из теоретической части мы сгруппировали упражнения и игры с элементами туризма на уроках физической культуры по возрастным, половым особенностям по развитию физических качеств.

№ п/п	Раздел	Название игры	Класс	Частные задачи
1.	Легкая атлетика	Перепрыгни «ручей»; «Гусеница»; Салки в лесу; Погоня за «лисицей»;	1 3 4 2	Разв. прыгучести и др. Разв. быстроты, выносливости и др. Разв. выносливости, быстроты и др. Разв. быстроты, ловкости.
2.	Гимнастика	Переправа по узким жердям; Борьба на бревне; Соблюдай равновесие; Альпинисты; «Завяжи узел на веревке»	1 2 3 4 3-4	Разв. ловкости, внимания, расчетливости и др. Разв. координации, делового упорства и др. Разв. смелости, координации, расчетливости и др. Разв. ловкости, координации и др. Разв. пальчиковой гимнастики.
3.	Подвижные игры	Погоня за «лисицей»; Салки в лесу; «Остров»; «Спасение упавшего в овраг»; «Шумная река»;	2 4 2 3 1	Разв. быстроты, выносливости. Разв. выносливости, быстроты и др. Разв. координацию, формирует командные действия и др. Разв. координацию, формирует командные действия и др. Разв. взаимопонимание и др.
4.	Лыжная подготовка	Скольжение на одной лыже; То на правой, то на левой; Спуск по снежному склону; Спуск вдвоем; Штурм вершины; Вакантное место; Спуск с метанием снежков; Не задень веревку;	1 2 2 4	Разв. силы отталкивания палками и др. Разв. равновесия, быстроты и др. Разв. ловкости, смелости и др. Разв. ловкости, смелости и др. Разв. ловкости, быстроты и др. Разв. быстроты, внимания и др. Разв. расчетливости, смелости и др. Разв. внимания, смелости и др.

II Глава: Использование средств туризма на уроках физической культуры в начальной школе в МБОУ СОШ №6

I. Киржа: Вторая глава заключается в том, чтобы показать необходимость введения элементов туризма и коммуникативных игр в уроки физической культуры начальной школы.

Цель исследования: опробировать введение элементов туризма в уроки физической культуры младших школьников.

Задачи практической работы:

Определить наиболее эффективные коммуникативные туристические игры для приобретения многих важных для жизни общеобразовательных и специальных знаний, различных двигательных умений и навыков, способствующих укреплению здоровья и разностороннему формированию личности.

Игры с элементами туризма, которые я включила, открывают большие возможности для приобретения многих важных для жизни общеобразовательных и специальных знаний, различных двигательных умений и навыков, способствуют укреплению здоровья и разностороннему формированию личности. Учащиеся получали возможность свободного выражения своих чувств, в процессе общения каждый участник группового общения оставался во внимании остальных, происходило самовыражение личности, поощрялись пути противоречия, парадоксальные, даже «неправильные» суждения, но свидетельствующие о самостоятельности учащихся, об их активной позиции, что позволяет им чувствовать себя уверенно и ощущать свою значимость.

Грамова Елена 4-"а" класс
На уроке физкультуры.
На уроке физкультуры мы
и в разные игры, а когда приходи
мы научились играть в многожес
еонных и новых игр. Она добри
сильная, но когда нужно может
грать конечно не слышно, а
можно с добродушием танка
она очень понравилась!

На уроке физкультуры.
Хочу рассказать о учителе физ
культуры Светлане Александровне.
Эта хрупкая девушка обладает
умикающей силой и жерлней способ
ности зарядить учеников. Всему пред
мету она не просто учит, а увлекает
и мотивирует, и девочек.
Физкультура важна для здоровья,
а здоровье самое главное в нашей жи
зни.
Она строгий учитель. У нее нас
тоящий командный дух. На ее уро
ке без дела никогда никто не сидит.
Всегда на то, что она предва
тительный человек, всегда сумеет понять
и дать нужный совет.
Светлана Александровна научила

Окаловская Елизавета 4-"д" класс

На уроке физкультуры.
Светлана Александровна - хороший
итель. Она добрая, хорошо ведет физ
культуру. Светлана Александровна научи
нас играть в новые игры, например:
"Шагмеры", "Альпинисты", "Белые мед
веди", "Пустое место". Все уроки
ходили очень весело! Я бы очень
тебя, что бы Светлана Алексан
дровна велела уроки физкультуры и давай

Васюшина Марина 4-"а"

На уроке физкультуры.
Физкультура - единственный урок
на котором нужно двигаться: бегать,
прыгать и играть в подвижные игры.
Несколько таких уроков были в 4 классе
се не обычными, а с прекрасным пре
подавателем, хорошо знающим свое
дело - Светланой Александровной.

Все уроки, которые велела Светлана
Александровна были интересными, весе
лыми и увлекательными. Она терпе
ливо занималась с нами, учила нас
новым подвижным играм - "Белые мед
веди", "Шагмеры", "Альпинисты".

Я была бы очень рада если бы Свет
лана Александровна велела у нас уроки
физкультуры в старших классах.

Светлана Александровна приходила
на урок всегда в хорошем настроении.
Мне нравится то, что она может са
ма показать разные упражнения и нам
становится легче выполнять их.

Заключение.

Мы уже привели примеры характерных задач, которые решаются в процессе проведения урока физической культуры с элементами туризма.

Поставленные задачи были выполнены.

Актуальность темы обоснована в теоретическом разделе работы. Проанализировав данные научно-исследовательской литературы по оздоровительной направленности элементов туризма в школе, можно сказать, что наиболее важной является оздоровительная функция. Анализ методических источников позволяет сделать вывод о том, что применение подобранного комплекса упражнений и игр на уроках способствует улучшению физической и функциональной работоспособности организма детей.

Подобранные упражнения и игры, которые проводятся в основной и заключительной части урока, подтверждают, что данный комплекс развивает выносливость и координацию, а также направлен на повышение развития гибкости, скорости и других физических качеств. Во время уроков физической культуры с элементами туризма дети приобретали различные двигательные умения и навыки, способствующие укреплению здоровья и разностороннему формированию личности. Кроме этого, интерес младших школьников к таким урокам повышается.

Из выше сказанного можно сделать вывод, что этот комплекс будет эффективным и актуальным при использовании его на уроках физической культуры.

На основе этого было создано и опробировано методическое пособие, которое можно использовать на уроках физической культуры в начальных классах.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !

