

Министерство образования
Республика Саха (Якутия)

Научно-практическая конференция «Шаг в будущее»

**«Влияние использования нестандартного
массажера из конских волос на
формирование интереса младшего
школьного возраста на уроках физической
культуры»**

Гоголева Мария Аммосовна,
учитель физической культуры

Этнопедагогика - педагогика национального спасения.



Актуальность:

В настоящее время в школах морально устаревшее спортивное оборудование, которое не позволяет эффективно проводить уроки физической культуры.

Вследствие этого у детей падает интерес к урокам физкультуры. Чтобы повысить уровень посещаемости и интереса у детей на занятиях использовать нестандартный массажер.

ЦЕЛЬ:

*Выявить влияние использования
нестандартного оборудования
на формирование интереса
школьников
на уроках физической культуры.*

ЗАДАЧИ:

- *Раскрыть процесс влияния использования нестандартного массажера на формирование интереса;*
- *Дать определение оборудованию и нестандартному инвентарю;*
- *Рассмотреть общую характеристику интереса учащихся;*
- *Рассмотреть применение нестандартного массажера на уроках физической культуры;*
- *Разработать методические рекомендации по использованию нестандартного оборудования.*

Объект и предмет исследования:

Формирование интереса у детей.

***Формирование интереса к урокам
физической культуры под влиянием
использования нестандартного
массажера.***



Гипотеза:

*При использовании нестандартного
массажера формирование интереса
на уроках физической культуры
будет повышено.*

Методы исследования:

- *Опрос;*
- *Анкетирование;*
- *Технология работы с конским волосом;*
- *Техника валяния;*
- *Техника изготовления массажера;*
- *Обработка полученных данных.*

Работа

С КОНСКИМ ВОЛОСОМ

экологически чистый, доступный материал



Способы валяния:

- *Валяние иглами
(фильцевание);*
- *Валяние мылом;*
- *Валяние в стиральной
машине.*

Технология валяния мячиков массажеров.



1. Распушить прядь.



2. Сжать в комок.



3. Профильцевать иглой.



4. Скатать в шар с применением мыльного раствора.

Получаются нестандартные массажеры (круглые, плоские)



*5. Получившийся шар
высушить.*



Нестандартный инвентарь «Массажеры» (изготовлены из конского волоса)



нестандартного массажера из конских ВОЛОС:

- способность справляться с последствиями психических стрессов и уменьшая подверженность депрессии;
- вовлечение эмоциональной сферы;
- уменьшение заболеваний;
- повышение работоспособности.

ЗАНИМАНИЕ С НЕСТАНДАРТНЫМ МАССАЖЕРОМ



Участники эксперимента :2 «а»,2 «б»



Результаты исследования:

№	Класс	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	2 «а»	+ 8	8	8	3	8	6	-	8	8	8
2.	2 «б»	+ 8	8	8	2	8	8	-	8	8	8

Для реализации этого нами разработаны следующие методические рекомендации:

- *нестандартные массажеры должны быть практичным, удобным и легко применяемым в использовании;*
- *при изготовлении нестандартного массажера привлекать учащихся;*
- *сочетать использование стандартного и нестандартного оборудования;*
- *нестандартный массажер должен соответствовать правилам техники безопасности;*
- *обязательно проверять исправность, целостность нестандартного массажера в начале и в конце урока.*

Строго соблюдать дозировку выполнения массажа:

- *Массаж мышцы шеи;*
- *Массаж плечевого сустава;*
- *Массаж локтевого сустава;*
- *Массаж кисти и предплечья;*
- *Массаж области позвоночника;*
- *Массаж нижней конечности и поясницы;*
- *Массаж коленного сустава.*

Упражнения на восстановление и укрепление организма На уроках физической культуры успокаивает, снимает эмоциональное напряжение, способствует расслаблению мышц.



Увеличивает подвижность тканей, растяжений, размягчает рубцовые ткани, сухожилий, связок, уменьшает боли, улучшает кровоток, снимает боль и отечность.



Основные приемы массажа:

- *Поглаживание (успокаивает, снимает эмоциональное напряжение, способствует расслаблению мышц.)*
- *Растирание (увеличивает подвижность тканей, растяжение, размягчение рубцовой ткани, сухожилий, связок, увеличивает приток крови к тканям, уменьшает боли).*
- *Разминание (этот прием используют при массаже мышц конечностей, оказывает возбуждающее действие, улучшает кровоток и лимфоток).*
- *Вибрация (прием выполняют нежно, не вызывая болезненности, расслабление мышц, снятию утомления, восстановление глубоких рефлексов, улучшает отток лимфов, снимает боль, отечность).*

Результаты исследования на уроке:

- *Формирование интереса к урокам физической культуры под влиянием использования нестандартного массажера.*
- *Применение нестандартного массажера из конских волос на уроках физкультуры повысил интерес к уроку, отношения к своему здоровью, знание традиций и обычаев своего народа, Формирование интереса к урокам физической культуры под влиянием использования нестандартного массажера.*
- *Массаж активизирует защитно-приспособленные механизмы организма, оказывая положительное влияние на процесс выздоровления при различных заболеваниях. Формирование интереса к урокам физической культуры под влиянием использования нестандартного массажера.*
- *Массаж может выполнить любой человек в целях улучшения своего здоровья, повышения работоспособности, снятия возбуждения и более быстрого восстановления работоспособности и профилактики заболеваний.*

ВЫВОДЫ:

- *В результате использования нестандартного оборудования у детей меняется отношение к урокам.*
- *Формирование интереса зависит не только от используемого массажера, но и от правильно применяемых методов и средств в зависимости от вида урока.*
- *Уроки с использованием нестандартного массажера повышают интерес к урокам.*

Рекомендации:

- Нестандартный массажер должен быть практичным, удобным и легко применяемым в использовании;
- При изготовлении нестандартного массажера привлекать учащихся;
- Сочетать использование стандартного и нестандартного оборудования;
- Нестандартные массажеры должны соответствовать правилам техники безопасности;
- Обязательно проверять исправность массажера в начале и в конце урока;

«Золотое правило» этнопедагогики:

Без памяти (исторической) – нет традиций, без традиций – нет культуры, без культуры – нет воспитания, без воспитания – нет духовности, без духовности – нет личности, без личности – нет народа.

Список использованной литературы

- Алексеев Н.И., Афанасьев В.З., Бессуднов А.И. Физическая культура. - М.: "Просвещение", 1995.
- Барышников В.Я. Мы выбираем физическую культуру. - Екатеринбург, 2007.
- Вавилов Е.Н. Учите бегать, прыгать, ползать, метать. - М.: "Просвещение", 1997.
- Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. - Я.: Издательский центр "Гринго", 1996.
- Вишнев В.Е. Физическая культура в школе // Педагогика, 2003. - №4
- Гладышев А.А. Многокомплексные гимнастические снаряды. - М.: "Просвещение", 2004.
- Горбунов А.И. Физическая культура в школе // Педагогика, 1989 - №11
- Готовцев П.И. Лечебная физкультура. - М., 1987.
- Джамгарова Т.Т., Пуни А.Ц. Психология физического воспитания и спорта. - М., 1999.
- Дубровский В.И. Спортивная медицина. - М.: Издательский центр "Владос", 2002.
- Кычкин Л.Н. Применение нестандартного оборудования для физического воспитания. - Якутск: 2007.
- Лепешкин В.А. Физическая культура в школе // Педагогика, 1990. - №6
- Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. - М., 1999.
- Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование. Под редакцией Железняк Ю. Д. - М.: Издательский центр "Академия", 2000.
- Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. - М., 1998.
- Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. - М.: "Просвещение", 1998.
- Субботин А.Д. Массаж. - М., 1987.
- Унт И.Э. Индивидуализация и дифференциация обучения. - М.: "Просвещение", 1998.
- Фиснеков Б.И. Физическая культура в школе // Педагогика, 2003
- Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. "Гигиена и здоровье школьника" изд. "Просвещение", 2000.
- Шишкина В.А. Движение + движение. - М., 1992.

Спасибо за внимание!

