

УДК 37.016:796

Методика проведения спортивной квест-игры на факультативных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с учащимися 6–7-летнего возраста

Д. В. РУДАЯ,
старший преподаватель
Барановичского государственного университета

Аннотация: в статье рассматривается методика использования спортивной квест-игры на факультативных занятиях по дисциплине «Физическая культура и здоровье» с детьми 6–7 лет. Методика разработана в рамках факультативного курса «К олимпийским вершинам», целью которого является подготовка детей 6–7 лет к решению задач первой ступени «Олимпийские надежды» физкультурно-оздоровительной программы Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса*.

Ключевые слова: методика преподавания физической культуры, спортивная квест-игра, первая ступень общего среднего образования, факультативные занятия по физическому воспитанию.

Annotation: the article discusses the methodology of using a sports quest game in optional classes in the discipline «Physical culture and health» with children 6–7 years old. The methodology was developed as part of the optional course «To the Olympic Peaks», the purpose of which is to prepare children 6–7 years old to solve the problems of the first stage «Olympic Hopes» of the State Physical Culture and Health Complex.

Key words: methods of teaching physical culture, sports quest game, the first stage of general secondary education, optional physical education classes.

Введение

Методика преподавания физической культуры представляет собой совокупность методов и приемов физического воспитания учащихся, ее предметом является «установление частных закономерностей физического воспитания и реализация общих закономерностей в педагогическом процессе, имеющем конкретную направленность (методики общей и профессиональной физической подготовки, методика спортивной подготовки, методика преподавания физической культуры в младших, средних, старших классах и т. д.)» [1, с. 5].

Среди методов работы учителя с учащимися начальных классов особое место занимает игра. Игра как один из ведущих видов деятельности детей 6–7 лет позволяет учесть их социальный опыт, возрастно-половые и психофизиологические особенности развития, регламентированные положениями образовательного стандарта начального образования, утвержденным постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 26 декабря 2018 г. № 25 [1; 2; 3]. Уроки по физической культуре в начальных классах традиционно насыщены

*Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс (далее – Комплекс) представляет собой совокупность программ и нормативов в качестве основы физического воспитания населения с учетом половозрелых и иных факторов. Физкультурно-оздоровительная программа комплекса включает в себя 6 ступеней, первая из которых – «Олимпийские надежды» – предназначена для детей 6–10 лет.

различными игровыми упражнениями и соревнованиями. Основой рассматриваемой в статье методики является спортивная квест-игра.

В педагогической литературе понятие «квест» трактуется как «поиск или предмет поисков» [4]. В то же время в проанализированных источниках отсутствует общепринятая интерпретация понятий «квест-игра» и «спортивная квест-игра», а эти понятия авторы истолковывают с разных позиций. Мы придерживаемся мнения Л. В. Серых, которая описывает квест-игру как «разновидность интеллектуально-логических активных игр», сопоставимую синониму «активный отдых» [4].

В нашем исследовании мы рассматриваем спортивную квест-игру как соревновательно-игровую деятельность детей, в процессе которой осуществляется чередование интеллектуально-творческих и двигательных заданий, объединенных сюжетом и реализуемых в соответствии с установленными правилами состязания [5]. Выполнение интеллектуально-творческих заданий подразумевает решение головоломок, ребусов, загадок, пазлов с проявлением интеллектуальных и творческих способностей (знаний, смекалки, логики, сообразительности), двигательных заданий — эстафет, подвижных игр, в том числе с элементами спортивных [1; 6].

Тематика и содержание спортивных квест-игр призваны создать положительный эмоциональный фон и мотивировать к осуществлению умственных и физических усилий. Участие в коллективной соревновательной деятельности позволяет участникам игр испытывать эмоции радости, влияющие на формирование волевых качеств для преодоления возникающих трудностей. Создание благоприятной атмосферы и проявление положительных эмоций во время проведения спортивной квест-игры усиливают позитивный настрой, повышают собственную значимость и благоприятно влияют на развитие физических качеств. Использование разнообразного спортивного инвентаря, олимпийской атрибутики, присутствие группы болельщиков из числа сверстников и родителей, оформление помещения с использованием баннеров, плакатов, рисунков привносит в эмоциональное состояние детей уверенность и решительность, необходимые для выполнения заданий квест-игры [7, с. 191].

Командная соревновательная деятельность, объединяемая общим результатом с ориентацией на принципы Фэйр Плэй — «Уважение к правилам и решениям судей», «Уважение к сопернику» — направлена на проявление доброжелательности к участникам своей команды, взаимопомощи и взаимоподдержки, нацеливает на преодоление возникающих трудностей, способствует развитию морально-волевых качеств, стимулирует дисциплинированность, а также осуществление воспитательной функции спортивной квест-игры [8; 9; 10].

Процесс коммуникации между детьми ориентирует на развитие словесно-логического мышления, а проявление физических усилий во время выполнения двигательных заданий создает условия для развития физических качеств.

Использование методики спортивной квест-игры на факультативных занятиях по предмету «Физическая культура и здоровье» с детьми 6–7 лет способствует слаженности и эффективности выполнения заданий, формированию основ знаний в сфере физической культуры и развитию навыков коммуникации в совместной деятельности.

В ходе исследования были поставлены задачи:

1) разработать методику проведения спортивной квест-игры на факультативных занятиях по предмету «Физическая культура и здоровье» с учащимися 6–7-летнего возраста;

2) проверить на практике результативность применения разработанной методики для повышения физической подготовленности учащихся, формирования у них знаний в сфере физической культуры и развития навыков коммуникации в совместной деятельности.

Целью данной статьи является описание результатов использования разработанной методики проведения спортивной квест-игры на факультативных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье».

Результаты использования методики проведения спортивной квест-игры на факультативных занятиях по предмету «Физическая культура и здоровье»

Внедрение методики и обоснование ее эффективности осуществлялось на следующих базах исследования: СШ № 47 г. Минска, Гимназия № 2 и СШ № 18 г. Барановичи с детьми 6–7 лет (экспериментальная группа — 56 учащихся, контрольная группа — 56 учащихся). Методика применения спортивной квест-игры для обучающихся 6–7 лет разрабатывалась в рамках факультативного курса «К олимпийским вершинам». Его цель направлена на решение задач первой ступени «Олимпийские надежды» физкультурно-оздоровительной программы Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса, утвержденного постановлением № 16 Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 02 июля 2014 г. [11].

Содержание факультативного курса отвечает требованиям учебного плана учебных предметов «Физическая культура и здоровье» и «Человек и мир» в форме модульной структуры (3 модуля) с обязательным контролем знаний и умений посредством использования спортивных квест-игр.

Для каждого модуля факультативного курса («Здоровый образ жизни», «Виды спорта», «Принципы

Фэйр Плэй») определены цель, темы, формы работы и контроля. Содержание модуля «Здоровый образ жизни» определяет знакомство детей с правилами соблюдения личной гигиены для человека; влиянием сил природы на процесс закаливания организма; актуальностью двигательной активности для здоровья. Содержание модуля «Виды спорта» позволяет детям расширить знания о зимних и летних видах спорта. Содержание третьего модуля раскрывает значение «честной игры» посредством знакомства с принципами «Уважение к правилам и решениям судей», «Уважение к сопернику».

Методическое сопровождение является авторской разработкой и представлено программой, рабочей тетрадью для детей 6–7 лет, комплексом спортивных квест-игр (таблица 1).

Факультативный курс «К олимпийским вершинам» рассчитан на 34 часа, 9 из которых отводятся на теоретические занятия с использованием рабочей тетради, 24 часа — на практические занятия в форме спортивных квест-игр. Количество часов, планируемых для решения заданий рабочей тетради, по усмотрению педагога может варьироваться в сторону увеличения (два-три), а количество часов, отведенных на спортивные квест-игры, может снижаться на один-два часа. Освоение

содержания модулей выполняется в очередности от первого к последующим.

В теоретической части осуществляется работа детей 6–7 лет над проблемными заданиями (проблемные вопросы, создание проблемных ситуаций), размещенными в рабочей тетради. В практической части организуется спортивная квест-игра, объединяющая интеллектуально-творческие и двигательные задания.

Теоретические занятия с использованием рабочей тетради организуются в учебном классе или на свежем воздухе в зависимости от погодных условий и вида заданий (игровые, творческие). На каждом занятии обучающиеся выполняют по три задания, продолжительностью 7–10 минут, которые распределены по следующим рубрикам: «Интервью со спортсменом», «Твое творчество», «Выполни», «Определи», «Обоснуй», «Действуй».

Содержание теоретических и практических занятий направлено на решение задач, связанных с формированием у детей интереса к занятиям физической культурой и спортом; развитием основных двигательных умений и навыков; удовлетворением потребности детей в двигательной активности; мотивации к занятиям физической культурой.

Таблица 1. Структура факультативного курса «К олимпийским вершинам»

1. Модуль «Здоровый образ жизни»			2. Модуль «Виды спорта»		3. Модуль «Принципы Фэйр Плэй»	
Цель: формирование базовых знаний о здоровом образе жизни			Цель: формирование представлений о спортивном инвентаре; видах спорта (зимние и летние); правилах безопасного поведения на льду (спортивной площадке) и правилах безопасного поведения на воде		Цель: формирование представлений о принципах Фэйр Плэй: «Уважение к правилам и решениям судей», «Уважение к сопернику»	
Темы занятий			Темы занятий		Темы занятий	
Личная гигиена	Силы природы и процесс закаливания	Двигательная активность	Зимние виды спорта. Безопасное поведение человека на льду (спортивной площадке)	Летние виды спорта. Правила поведения на воде	Принцип «Фэйр Плэй»: «Уважение к правилам и решениям судей»	Принцип «Фэйр Плэй»: «Уважение к сопернику»
Теоретическая часть (по рабочей тетради) Проблемные задания (проблемные вопросы, создание проблемных ситуаций)						
Практическая часть (спортивная квест-игра) Выполнение интеллектуально-творческих и двигательных заданий						

Использование спортивной квест-игры на факультативных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с детьми 6–7 лет предполагает выполнение следующих сформулированных в ходе исследования методических требований:

- подбор двигательных заданий должен проводиться в соответствии с возрастными возможностями и интересами детей;
- актуализация знаний, освоенных на практических занятиях факультативного курса по рабочей тетради, должна осуществляться в соревновательных условиях;
- нормирование двигательной активности детей в спортивной квест-игре должно осуществляться на основании требований учебного предмета «Физическая культура и здоровье»;

- объем и интенсивность нагрузки следует регулировать количеством двигательных и интеллектуально-творческих заданий, их продолжительностью и моторной плотностью спортивной квест-игры;
- при проведении спортивной квест-игры важно соблюдать индивидуальный подход, учитывать особенности физической подготовленности каждого ребенка;
- для быстрого и правильного выполнения заданий спортивной квест-игры важно организовать эффективную коммуникацию между детьми.

Структура разработанной методики проведения спортивной квест-игры на факультативных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с детьми 6–7 лет, включающая в себя целевой, деятельностный и критериально-оценочный блоки, представлена в таблице 2.

Реализация цели и задач осуществляется на протяжении одного учебного года. Деятельностный блок методики включает средства, методы и параметры нагрузки в двигательных заданиях. Средствами реализации методики являются интеллектуально-творческие задания (головоломки, загадки, ребусы, пазлы) для актуализации полученных знаний; проблемно-спортивные ситуации для развития навыков коммуникации, а также двигательные задания (подвижные игры, в том числе с элементами спортивных игр, эстафеты) для повышения физической подготовленности детей.

Таблица 2. Структура методики проведения спортивной квест-игры на факультативных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с детьми 6–7 лет

ЦЕЛЕВОЙ БЛОК		
ЦЕЛЬ: формирование знаний, развитие коммуникативных навыков в соревновательных условиях, развитие физических качеств учащихся		
<p>Задачи</p> <p>Формирование знаний учащихся по темам модуля. Совершенствование у учащихся навыков коммуникации в процессе выполнения заданий спортивной квест-игры. Развитие физических качеств учащихся (быстрота, гибкость, силовые и координационные способности)</p>	<p>Принципы</p> <p>Общепедагогические:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ активности; ■ доступности; ■ интеграции содержания предметов учебного плана; ■ гармоничного развития личности. <p>Специфические принципы физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ непрерывности процесса физического воспитания; ■ системного чередования нагрузок и отдыха. <p>Авторские принципы проведения спортивной квест-игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ актуализации знаний в соревновательных условиях; ■ сочетания интеллектуальных и двигательных заданий 	
ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ БЛОК		
Средства	Методы	Параметры нагрузки в двигательных заданиях
<p>Интеллектуально-творческие задания: головоломки, загадки, ребусы, пазлы;</p> <p>Двигательные задания: подвижные игры, в том числе с элементами спортивных игр, эстафеты</p>	<p>Педагогические: методы проблемного обучения; наглядные; словесные.</p> <p>Специфические: игровые; соревновательные</p>	<p>Продолжительность одного задания (интеллектуально-творческого и двигательного) спортивной квест-игры. Количество двигательных заданий в спортивной квест-игре. Продолжительность всей спортивной квест-игры. Моторная плотность спортивной квест-игры</p>
КРИТЕРИАЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЙ БЛОК		
Формирование основ знаний о здоровом образе жизни	Развитие физических качеств (быстрота, гибкость, силовые и координационные способности)	Развитие навыков коммуникации
<p>Метод оценки: Анкетирование</p>	<p>Метод оценки: Тестовые упражнения физической подготовленности</p>	<p>Метод оценки: Методика Г. А. Цукерман «Рукавички»</p>
КОРРЕКЦИЯ СОДЕРЖАНИЯ И ФОРМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ		

В ходе применения разработанной методики определены параметры нагрузок в двигательных заданиях, которые определяются их объемом, интенсивностью и продолжительностью спортивной квест-игры. Объем нагрузки зависит от продолжительности одного двигательного задания, которое составляет 5–7 минут, и квест-игры в целом. В одной спортивной квест-игре выполняются четыре двигательных задания. Продолжительность спортивной квест-игры составляет 35–45 минут. Итоговая квест-игра объединяет содержание всех модулей для выявления эффективности освоенных знаний и приобретенных умений на факультативном курсе. Интенсивность нагрузки определяется моторной плотностью спортивной квест-игры.

Интеллектуально-творческие задания спортивной квест-игры объединяются сюжетом, общим замыслом и целями модуля. Содержание интеллектуально-творческих заданий (загадки, головоломки, ребусы) базируется на основе принципа «от простого – к сложному» и определяется последовательностью изучения материала учебных программ учебных предметов «Физическая культура и здоровье», «Человек и мир» и очередностью модулей. После освоения содержания рабочей тетради первого модуля следует актуализация освоенных знаний и умений в результате выполнения интеллектуально-творческих заданий спортивной квест-игры.

Приведем примеры интеллектуально-творческих заданий. В первом модуле используются загадки. Например:

На поляне поутру,
В холод, дождик и жару,
Зайка поднимает лапку.
Зайка делает ... (зарядку).**

В последующих модулях задания в виде загадок усложняются и представляют собой загадки-противопоставления (круглая, но не мяч, на шею надевают, но не шарф (медаль)**), загадки-обманки (бегут по снегу две подружки, скажите, дети, это ... (лыжи)**), загадки с описанием признаков или действий (быстрый, сильный, по воде плывет, руками и ногами гребет (пловец)**) и т. д.

Задания в виде ребусов представляют собой рисунки или рисунки в сочетании с буквами или цифрами. Повышение сложности в заданиях-ребусах определяется увеличением количества букв, их комбинаций с цифрами и т. д.

Задания в виде головоломок представлены головоломками-лабиринтами по запутанным линиям, картинками из пазлов, веревочными

головоломками, головоломками в виде раскрасок по цифрам, буквам и т. д., сложность которых определяется увеличением количества линий, букв, размеров пазла и др.

Двигательные задания включают подвижные игры, эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных игр, направленные на развитие быстроты, гибкости, скоростных и координационных способностей. К ним можно отнести:

- игры и игровые задания с бегом: «Кто быстрее», «Кто быстрее докатит обруч», «Успей догнать», «Замени предмет», «Быстро возьми и положи», «Собери мячи», «Успей взять», «С кочки на кочку», «Кенгуру» и др.;
- игровые задания с прыжками: «Пингвины с мячом», «Не наступи», «С кочки на кочку» и др.;
- игры и задания с метанием: «Мяч в корзину», «Успей поймать», «Подвижная цель», «Догони мяч»;
- задания с лазаньем и перелезанием: «Мяч под дугой», «Кто быстрее к флажку», «Переползи — не урони» и т. д.;
- эстафеты: «Мяч в кольцо», «Эстафета с обручами», «Три прыжка», «Гонка мячей»;
- подвижные игры с элементами футбола: «Сбей булавы», «Забей в ворота», «Попади в мишень»; хоккея: «Передай шайбу между флажками», «Попади в ворота», «Обведи мяч клюшкой»; баскетбола: «Десять передач», «Поймай мяч», «За мячом», «Передал – садись»; бадминтона: «Загони волан в круг», «Волан через сетку», «Попади воланом», «Не роняй»; гандбола: «Сбей кегли», «Мяч – за черту», «Посадка картофеля».

Задачи критериально-оценочного блока заключаются в экспертизе и коррекции уровня развития знаний, освоенных на факультативных занятиях «К олимпийским вершинам», физических качеств, навыков коммуникации в совместной деятельности. Методами оценки критериально-оценочного блока до начала и после окончания педагогического эксперимента являлись анкетирование, тестовые упражнения физической подготовленности и методика Г. А. Цукерман «Рукавички», которые реализовывались с учащимися экспериментальной и контрольной групп. Результаты анкетирования позволили определить у детей уровень сформированности основ знаний по вопросам ведения здорового образа жизни и их отношение к соблюдению правил во время игрового взаимодействия. Тестовые упражнения физической

**Загадки, приведенные в статье, — авторские.

подготовленности содействовали выявлению уровня развития быстроты, гибкости, силовых и координационных способностей. Методика Г. А. Цукерман «Рукавички» [12] позволила определить уровень развития коммуникативных навыков детей, которые формировались посредством выполнения заданий спортивной квест-игры.

За выполнение интеллектуально-творческих и двигательных заданий спортивной квест-игры участникам начисляются баллы (в интеллектуально-творческих — от нуля до пяти, в двигательных — от нуля до трех) путем оценивания правильности выполнения задания и достигнутого конечного результата. Команда-победительница получала наибольшую сумму баллов за интеллектуально-творческие и двигательные задания всей квест-игры.

В результате анкетирования, тестирования физической подготовленности и применения методики «Рукавички» были получены данные, подтверждающие положительную динамику результатов обучения в экспериментальной группе в сравнении с контрольной группой. Подробный анализ полученных количественных результатов планируется изложить в следующей статье.

Заключение

В процессе разработки методики были получены следующие результаты:

- теоретически обосновано значение применения спортивной квест-игры в рамках факультативного курса по учебному предмету «Физическая культура и здоровье»;
- разработано методическое сопровождение курса (программа, рабочая тетрадь, комплекс спортивных квест-игр);
- разработано содержание интеллектуально-творческих заданий спортивной квест-игры и выполнен отбор двигательных заданий;
- определены параметры нагрузки в двигательных заданиях, влияющих на развитие физических качеств (быстрота, гибкость, силовые и координационные возможности).

Применение разработанной методики на факультативных занятиях по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с учащимися 6–7 лет, осуществляемое на базах исследования в течение учебного года, позволило сделать вывод о ее результативности.

Список использованных источников

1. Методика преподавания физической культуры : краткий курс лекций / сост. В. Г. Шпак. — Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. — 84 с.
2. Выготский, Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка / Л. С. Выготский // Вопросы психологии. — 1966. — № 6. — С. 62–76.
3. Об утверждении образовательных стандартов общего среднего образования : постановление Министерства образования Республики Беларусь 26 декабря 2018 г. № 125 [Электронный ресурс]. — Режим доступа : <https://edu.gov.by/sistema-obrazovaniya/srenee-obr/normativnyye-pravovyye-dokumenty/postanovleniya/>. — Дата доступа : 10.09.2021.
4. Фаритов, А. Т. Некоторые аспекты классификации и применения квест-игр в школе // Современное образование. — 2019. — № 1. — С. 25–32.
5. Marjorie H. Charlop. More Than Just Fun and Games: Definition, Development, and Intervention for Children's Play and Social Skills [E-resource]. — Mode of access : https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-72500-0_1. — Date of access : 02.05.2020.
6. Василенко, А. В. Квест как педагогическая технология. История возникновения квест-технологии [Электронный ресурс] / А. В. Василенко. — Режим доступа : https://www.predmetnik.ru/conference_notes/69. — Дата доступа : 02.05.2020.
7. Панфилова, А. П. Инновационные педагогические технологии. Активное обучение : учеб. пособие для студентов учреждений высш. проф. образования / А. П. Панфилова. — 4-е изд., стер. — М. : Академия, 2013. — 191 с.
8. Солдатова, Е. С. Изучение сформированности сотрудничества у детей 6–7 лет / Е. С. Солдатова // Дошкольник на современном этапе : материалы студ. науч.-практ. конф. (Тольятти, 3–15 апреля 2017 г.) / сост. : О. В. Дыбина [и др.]. — Тольятти : ИПЦ «Гарт», 2017. — С. 172–178.
9. Гориневский, В. В. Физические упражнения, соответствующие данному возрасту / В. В. Гориневский. — СПб. : Петроградское товарищество Р. Голике и А. Вильборг, 1916. — 13 с.
10. Егоров, А. Г. Фэйр Плэй в современном спорте : учеб. пособие / А. Г. Егоров, М. А. Захаров ; Федерал. агентство по физ. культуре и спорту [и др.]. — Смоленск : СмолГУ, 2006. — 186 с.
11. Об утверждении Положения о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь и признании утратившим силу постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 24 июня 2008 г. № 17 [Электронный ресурс] : постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь, 2 июля 2014 г. № 16 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. — Режим доступа : <http://minksport.by/ru/gfok>. — Дата доступа : 14.12.2021.
12. Цукерман, Г. А. Диагностируем коммуникативные УУД: методика Рукавички / Г. А. Цукерман. — Н. Новгород, 2013. — 9 с.

Статья поступила в редакцию 18.11.2021