DOI: 10.17117/na.2016.10.02.045

<http://ucom.ru/doc/na.2016.10.02.045.pdf>

Поступила (Received): 03.10.2016

Булатова С.Ю. Игровой метод на уроках физической культуры

Bulatova S.Yu.
Game method at physical training lessons

Данная статья является обобщением опыта по использованию подвижных игр на уроках физической культуры и во внеклассной работе. Применяемые на уроках подвижные игры помогают овладеть необходимыми знаниями, умениями и навыками, закреплять их в игровых условиях, а также способствуют развитию и укреплению костно-связочного аппарата, мышечной системы, формированию правильной осанки

Ключевые слова: подвижные игры, физическая культура

This article is the generalization of experience on the use of mobile games at physical training lessons and in extracurricular activities. Applicable in class mobile games to help acquire the necessary knowledge, skills and abilities, to fix them in the game environment, and contribute to the development and strengthening of bones and ligaments, muscle system, the formation of correct posture

Key words: outdoor games, physical education

Булатова Светлана Юрьевна

Учитель

Средняя школа №11

Волгоградская обл., г. Михайловка, ул. Байкальская,
26

Bulatova Svetlana Yuryevna

Teacher

Secondary school №11

Volgograd reg., Mikhaylovka, Baykalskaya st., 26

Игра и детство неразделимы. О влиянии игры на формирование детской души и физических сил сказано немало лестных слов.

История мировой педагогики довольно интересно свидетельствует о том, что школьникам всех времен и народов гораздо больше нравилось играть, чем заставлять себя активно и настойчиво учиться. И умному, творчески мыслящему учителю физической культуры грех не воспользоваться этой неистребимой человеческой склонностью в благих профессиональных целях, грамотно и умело включая ситуационно подходящие подвижные игры в свои уроки.

Цель игры как метода заключается в том, что достижение цели, связанное с проявлением физических и психических усилий, доставляет ребятам чувство радости, удовлетворения, порождает желание предельно раскрыть свои способности.

Вспомните, как играющие дети бывают, счастливы, изобретательны, неутомимы, как, увлекаясь игрой, они отдаются ей всей душой, забывают о своих физических недостатках и слабостях и буквально превосходят сами себя, демонстрируя результаты, нередко не возможные в условиях обычной

деятельности. Связанные с игрой азарт, душевный подъем, неумное стремление к победе психологически закономерно вызывают у ее участников проявление необыкновенной смелости, сметливости, расчетливости, силы, быстроты, ловкости и целый ряд других ценных личностных качеств. Победа, одержанная в игре, повышает уверенность в себе и стимулирует дальнейшую жизненную активность развивающейся личности. При этом подвижные игры формируют и навыки честного, равноправного соперничества, приучают к совместным, коллективным действиям.

Игру можно рассматривать и как своеобразную прелюдию, предварительную тренировку перед серьезной и ответственной учебной работой на уроке или как специальное упражнение, нацеленное на проявление самообладания и находчивости в условиях острой конкуренции на требуемую педагогу тему. Порождаемые игрой положительные эмоции возбуждают у ее участников страстное желание подвергнуть проверке в условиях максимального напряжения свои физические и психические возможности, и при этом учащиеся не чувствуют усталости даже при значительно повышенных объемах работы.

Благотворно действуя на нервную систему учащихся, игра весьма специфично, а главное свободно, ненасильственно и более эффективно, воспитывает интерес к преодолению трудностей и препятствий на пути к поставленной цели, побуждает полнее использовать свои знания, умения и навыки в согласованных действиях с товарищами по команде, развивает мужество, решительность, внимание, оперативное мышление, чувство ответственности и взаимовыручки.

Применяемые на уроках подвижные игры помогают овладеть необходимыми знаниями, умениями и навыками, закреплять их в игровых условиях, а также способствуют развитию и укреплению костно-связочного аппарата, мышечной системы, формированию правильной осанки.

Играя в планомерно подобранные учителем подвижные игры, занимающиеся естественно и непринужденно учатся быстрее бегать, высоко и далеко прыгать, метко попадать в цель, дальше бросать мяч, уверенно передвигаться на лыжах или коньках, ловко и результативно действовать в единоборствах и командных состязаниях.

Если на уроке решается задача развития силы, то в него полезно включать игры, связанные с кратковременными скоростно-силовыми напряжениями, разнообразными формами преодоления мышечного сопротивления соперника в непосредственном соприкосновении с ним (перетягивания, удержания, выталкивания, элементы борьбы и т.д.), с различными двигательными операциями с доступными отягощениями (бег или прыжки с грузом, метания на дальность, подъемы спортивных снарядов нужного веса, разнообразные способы их перемещения в пространстве, передачи набивных мячей партнерам по команде).

Для развития быстроты подбирают игры, требующие мгновенных ответных реакций на зрительные, звуковые, тактильные сигналы, упражнения с внезапными остановками, стремительными рывками, мгновенными задержками, бегом на короткие дистанции в кратчайший срок и другими двигательными

действиями, направленными на сознательное и целеустремленное опережение соперника'

Для развития ловкости необходимо использовать игры, требующие точной координации движений и быстрого согласования своих действий с действиями партнеров, физической сноровки и тактической изворотливости, умения своевременно и эффективно использовать те редкие благоприятные ситуации, которые неожиданно и непредсказуемо складываются в условиях бескомпромиссного психофизического соперничества.

Для развития выносливости применяют игры, связанные с заведомо большой затратой сил и энергии, с частыми повторами двигательных операций или с продолжительной непрерывной двигательной деятельностью, обусловленной правилами игры.

В рамках запланированных педагогом задач урока помогающие их решению подвижные игры используют в тесной взаимосвязи с другими средствами физического воспитания путем комплексного применения вместе с обще развивающими и специальными упражнениями.

При планировании подвижных игр следует учитывать общую нагрузку урока и, соответственно, определять их основную цель и место среди других упражнений и учебных заданий. Трудность применяемых на уроках игр по физической нагрузке и сложности взаимодействия участников должна быть доступной занимающимся и возрастать постепенно.

В процессе проведения подвижных игр серьезное внимание необходимо уделять строгому соблюдению общепринятых на уроках физической культуры норм и правил техники безопасности играющих и окружающих лиц, особенно при метаниях различных предметов (гранат, копий, палок и т.п.); преодолении сложных препятствий в зале или на открытой местности; движении в сочетании с разными упражнениями на высоком бревне, узкой либо качающейся доске или иной приподнятой опоре; скоростном лазании по канату; прыжках с высоты в глубину и т.д.

Творчески трансформируя и целенаправленно развивая, применительно к новым программным требованиям и специфическим условиям урочных занятий в средней школе, двигательное содержание и идейную направленность как довольно распространенных в физическом воспитании, так и мало известных или совершенно новых подвижных игр для детско-юношеского возраста, разработан модифицированный комплекс вспомогательных и подводящих игр для уроков физической культуры в V–XI классах. Гармонично укладываясь в русло общих программных требований физического воспитания в общеобразовательной школе, эти игры одновременно облегчают и конкретизируют пути их практической реализации, преследуют цели стимулированного избирательного развития наиболее важной в данных конкретных условиях группы физических и психических качеств, умений и навыков, обеспечивающих более успешное выполнение запланированных на данном уроке основных учебных заданий.

Необходимый подбор вспомогательных и подводящих игр для повышения эффективности того или иного урока в каждом классе учитель физической культуры осуществит свободно и самостоятельно, исходя из профессионально

спланированных им конкретных задач уроков, условий их проведения и уровня подготовленности занимающихся. Эффективно решит он и задачу, в каком классе, с учащимися какого возраста наиболее целесообразно применить ту или иную игру.

Предлагаемые игры составлены таким образом, что их практическое проведение в ходе урока не требует длительной организационно-подготовительной работы.

При организации и проведении игр необходимо учитывать идейность, научность и плановость использования игр, направленность на достижение воспитательных, образовательных и оздоровительных результатов. Руководящая, или направляющая, роль при проведении игр должна принадлежать педагогам, воспитателям.

Воспитательная, образовательная и оздоровительная ценность игры зависит от руководства ею. С помощью одних и тех же игр можно воспитывать различные нравственные и физические качества. Влияние игр на занимающихся зависит, во – первых, от содержания (сюжет, двигательные действия, правила), во – вторых, от методических приемов, с помощью которых ребенок овладевает играми, в – третьих, от способов их организации. О том, что игры сами по себе не всегда имеют положительное воспитательное значение.

С приобретением в игре более совершенных навыков и умений у учащихся возникают новые интересы и потребности. Игры становятся более содержательными, дети приобретают новые навыки в технике и тактике игры.

Содержание игр зависит также от жизненного опыта детей, от приобретенных ими знаний и навыков дома, в детском саду, в школе. Поэтому у детей разного возраста, разного развития, игры различны, как по содержанию, так и по способам их проведения. Физическое воспитание ребенка в желаемом направлении с помощью игр и других видов физических упражнений возможно только при целенаправленном и регулярном педагогическом руководстве. (Курамшин Ю.Ф. 1991.)

Учитель обязан подбирать полезные и интересные игры в воспитательных и образовательных целях и передавать свой опыт другим. Для этого ему необходимо: постоянно изучать игры детей и использовать лучшие из них; обогащать методические приемы, анализируя свою практику и практику других воспитателей, изучать методическую литературу по игре. (Выдрин В.М. 1997).

Список используемых источников:

1. Выдрин В.М. Теория физической культуры (культуроведческий аспект). Л. 1988.
2. Выдрин В.М. Деятельность специалистов в сфере физической культуры. СПб., 1997.
3. Иванков Ч.Т. Теория и методика физического воспитания. М. 2000.
4. Курамшин Ю.Ф. Методы обучения двигательным действиям и развития физических качеств. Л. 1991.
5. Литвинов Е.И., Любомирский Л.Е., Мейксон Г.Б. Как стать сильным и выносливым. М. 1984.
6. Портных Ю.И. Спорт игры и методика преподавания. М. 1986.
7. Геллер Е.М., Коротков И.М. Веселые старты. М.: Физкультура и спорт, 1978. 119 с.