

Подвижные игры, как средство развития двигательных качеств.

В статье рассматривается вопрос использования на уроках физкультуры подвижных игр, проведения нестандартных уроков, в частности урока-сказки в начальной школе. Утверждается о полезности и эффективности таких уроков, дается пример упражнений из урока-сказки для начальной школы «Колобок», проведенного в форме подвижных игр.

Физическое воспитание, подвижная игра, урок-сказка, начальная школа, нестандартные формы уроков

N.Torosyan

The article discusses the use in physical education classes, active games, conducting non-standard lessons, in particular lesson-tales in elementary school. States the usefulness and effectiveness of these lessons, is an example of the exercises of lesson for primary school "the Gingerbread man", conducted in the form of active games.

physical education, active games, lesson-tales, primary school, non-standard forms of lessons

Игра – одна из важных сфер жизнедеятельности ребёнка. Ведь игру не зря называют королевой детства. Только в игре дети бывают счастливы, изобретательны, неутомимы.

Фрейд писал: «Самая любимая и всепоглощающая деятельность ребенка – это игра. Возможно, мы можем сказать, что в игре каждый ребенок подобен писателю: он создает свой собственный мир так, как ему больше нравится. Было бы неверно сказать, что он не принимает свой мир всерьез, напротив, он относится к игре очень серьезно и щедро вкладывает в нее свои эмоции». [цит. по 1, с. 103]

Известно, что игра для детей – это способ научиться тому, чему их никто не может научить, способ ориентации в реальном мире, пространстве и времени, способ исследования предметов и людей. Включаясь в процесс игры, дети учатся жить в современном мире. Игра помогает ребенку раскрепостить свое воображение, овладеть ценностями культуры и выработать определенные навыки. [4, с. 15]

Специалисты отмечают, что основные особенности подвижных игр школьников - их соревновательный, творческий, коллективный характер. В них проявляется умение действовать за команду в непрерывно меняющихся условиях. Велико значение подвижных игр в нравственном воспитании. Они развивают чувство товарищеской солидарности, взаимопомощи, ответственности за действия друг друга.

Прогрессивные русские ученые – педагоги, гигиенисты (П.Ф.Лесгафт, А.П.Усова и многие другие) раскрыли роль игры как деятельности, способствующей качественным изменениям в физическом и психическом развитии, оказывающей разностороннее влияние на формирование его личности. [5, с. 43]. Подчеркивается, что игра, в отличие от строго регламентированных движений (например, гимнастики), всегда связана с инициативными моментами решения физических задач. Игра является потребностью для восстановления как физических, так и духовных сил.

Подвижные игры помогают не только в решении ряда специальных задач, но и (имея в виду природу игровой деятельности) всегда встречает хороший приём у занимающихся, новый интерес к тренировочным занятиям. Игра является толчком к спорту. Провести игру или эстафету, т.е. включить “эмоциональный” рычаг у занимающихся продолжать тренировку с желанием и интересом. В спорте широко используются игры, основным содержанием которых является содействие развитию силы, быстроты, ловкости и др. качеств.

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Своим становлением в современном мире человек в огромной мере обязан игре. Под игрой принято понимать сознательную деятельность, направленную на достижение поставленной условной цели [3, с. 11].

Свойственная подвижным играм многообразная двигательная деятельность, несущая в себе зародыши спортивного состязания, оказывается чрезвычайно полезной и даже необходимой для правильного развития моторно-психологической сферы и воспитания личностных качеств. Поэтому игры — это не только средство полноценного развития организма, но и широко раскрытые ворота в мир физической культуры и спорта [7, с. 6].

Игра по праву занимает одно из центральных мест в сфере физического воспитания. Только игра является одновременно и средством и методом физического воспитания. Игровая деятельность характеризуется рядом принципиальных особенностей, отличающих ее от других видов деятельности человека, носит активный, творческий характер, вызывающий целостную реакцию организма. Она проходит с участием всех функциональных систем организма при ведущей роли психических процессов и деятельности мозга. Игровая деятельность протекает в рамках определенных целевых установок, достижение которых служит побуждающим мотивом действий играющих [7, с. 32].

Важнейшая особенность подвижных игр состоит в том, что они представляют универсальный вид физических упражнений. Занятия играми оказывают влияние одновременно на двигательную и психическую сферу занимающихся. Выбор поведения в постоянно меняющихся условиях игры предопределяет широкое включение механизмов сознания в процессы контроля и регуляции. В результате увеличивается сила и подвижность нервных процессов, совершенствуются функции регуляции деятельности всех систем организма корой головного мозга и центральной нервной системой.

Через подвижные игры на уроках физической культуры мы решаем задачи развития физического воспитания, т. к. это необходимо детям в их жизни. Участвуя в играх, дети усваивают правильные понятия о предметах и явлениях природы, практически закрепляют некоторые знания, получаемые на уроках по познанию мира, математике, чтению. Это, в свою очередь, способствует воспитанию у детей стремления к здоровому образу жизни, а также воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки. Мы знаем, что дети взрослеют не только в процессе учебы, но и в процессе игры они познают жизнь.

Одной из форм игровых, нестандартных уроков является урок-сказка. Являясь отличной базой для развития фантазии и воображения, вызывая живой интерес у ребенка, урок – сказка нацелен на то, чтобы в игровой форме донести до ученика необходимые знания. На таком уроке учитель может говорить с ребенком на простом, понятном ему языке о сложных вещах, что, несомненно, придает уроку характер непринужденности. Урок – сказка помогает преодолеть скованность, раскрепощает ученика, способствует быстрой адаптации ребенка. Следует учитывать, что урок – сказка не должен превращаться в развлечение, лишённое педагогической цели, поэтому педагог должен ответственно подходить к содержанию самой сказки и её объемам.

Конечно, нестандартные занятия требуют от учителя заинтересованности своим предметом, любви к ученикам, богатого воображения, отнимают много сил и времени, но, вместе с тем, являются стимулом для творческого поиска и реализации потенциала педагога.[2, с.124].

Таким образом, урок-сказочная игра :

- помогает детям закреплять свои знания и представления о предметах и явлениях окружающего мира,
- является одним из важнейших средств формирования личности,
- воспитывает, побуждает к активной деятельности,
- раскрепощает ученика, помогает быстрее и легче добиться поставленных педагогических целей
- повышает мотивацию к обучению.

Опираясь на вышеназванные выводы и теоретические положения, в школе 84 Петроградского района был разработан сценарий и проведен нестандартный игровой урок физкультуры в форме урока-сказки по сказке «Колобок». Целью урока стало развитие двигательных качеств учащихся посредством подвижных игр. Игровая форма и нестандартность урока позволили заинтересовать детей и без проблем решить все педагогические задачи. Каждое упражнение урока было связано со сказкой, например вначале дети разминались и «испекли Колобок», последовательно выполняя упражнения – имитацию пахоты, сева, роста ростков, уборки урожая, молотбы, замеса теста и выпечки. В основной части урока вместе с Колобком дети совершили путешествие по сказочному лесу. Здесь учащимся была предложена подвижная игра «Тропинка, озеро, капкан», цель которой развитие внимания, скорость реакции.

Класс делится на 3 команды, начинается бег по спорт. залу и по команде «тропинка» дети в своих командах собираются в колонну, по команде «озеро» - в круг, по команде «капкан» - в круг на корточках, побеждает команда, которая быстрее всех выполняла задания. Далее имитировались приключения колобка: подвижная игры «Бездомный заяц», «Волк и овцы», «У медведя во бору». В конце урока была игра на внимание, потому что лиса очень хитрое и внимательное животное. Весь урок дети проявляли интерес к предстоящему виду деятельности, прослеживался большой эмоциональный подъем. На протяжении всего урока дети были активны, организованы; прекрасно слышали учителя и выполняли задания.

В результате проведенного урока можно прийти к выводу о том, что подобные уроки очень нравятся детям, благодаря чему обладают большей эффективностью по сравнению с обычными занятиями, поэтому необходимо, чтобы подобные уроки были в арсенале каждого учителя физкультуры.

Литература:

1. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. Спб, 2003.-160 с.
2. Кудрявцева Л. Ю. Урок-сказка как форма педагогического воздействия//Педагогическое мастерство и педагогические технологии. № 3 (9). 2016. с.124-126
- 3.Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. Учебник. – М., «Советский спорт», 2007. – 320с.
- 4.Матвеев Л.П. и Новиков А.Д. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры. – М., «Физкультура и спорт», 1976. – 190с.
- 5.Портных Ю.И. Спортивные и подвижные игры. Учебник для средних специальных учебных заведений физической культуры. – М., «Физкультура и спорт», 1984. – 220с.
- 6.Шевченко А.А., Перевощиков Ю.А. Основы физического воспитания. – Киев, Издательство объединения «Вища школы», 1984 – 280с.
- 7.Жуков М.Н. Подвижные игры. Учебник – 2-е изд., - М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 160с.