**«Значение подвижных игр**

**на уроках физического воспитания**

**в начальных классах»**

Выполнил:

Пешкун Валерий Юрьевич

учитель физического воспитания

**Значение подвижных игр на уроках физического воспитания в начальных классах**

«Кажется, чего легче, как вести игру, - а между тем это самое трудное дело, и очень редко приходится встречать руководителя, стоящего на уровне своего положения»

П.Ф. Лесгафт

Подвижные игры – важное средство воспитания, одно из самых любимых и полезных занятий учащихся. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых учащиеся преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной, цели. Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряженной умственной работы.

Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движение, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению. В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, беге, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры. Приобретенный двигательный опыт и хорошая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности. Ценность подвижных игр в том, что приобретенные умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся в условиях. Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы. Воспитательное значение игры, ее всестороннее влияние на развитие учащихся трудно переоценить. Игра органически присуща детскому возрасту и при умелом руководстве со стороны взрослых способна творить чудеса. Ленивого она может сделать трудолюбивым, незнайку – знающим, неумелого умельцем. Словно волшебная палочка, игра может изменить отношение учащихся к тому, что кажется им порой слишком обычным, скучным, надоевшим. Игра поможет учителю

сплотить класс включить в активную деятельность учащихся замкнутых и застенчивых. В играх воспитывается сознательная дисциплина, учащиеся приучаются к соблюдению правил, справедливости, умению контролировать свои поступки, правильно и объективно оценивать поступки других. Игра для учащихся – важное средство самовыражения, проба сил. В играх учитель может лучше узнать своих учеников, их характер, привычки, организаторские способности, творческие возможности, что позволить ему найти наиболее правильные пути воздействия на каждого из учащихся и, что тоже очень важно, игры сближают учителя с учениками, помогают установить с ними более тесный контакт. Игры существуют разные: подвижные, сюжетные, подражательные, музыкальные, дидактические, познавательные и другие. Все они нужны и по-своему полезны учащимся, все должны быть использованы учителем в работе. Но особое место среди них занимают подвижные игры. Как показали специальные исследование, 85% времени бодрствования ученики проводят в сидячем положении, а это пагубно сказывается на их здоровье. Подвижные игры – самое лучшее лекарство для учащихся от двигательного «голода» - гиподинамии. Многие из них существуют с незапамятных времен и передаются из поколения в поколение. Время вносит изменения в сюжеты некоторых игр, наполняет их новым содержанием, отражающим современную жизнь. Игры обогащаются, совершенствуются, создается множество усложненных вариантов, но их двигательная основа остается неизменной. Важнейшее достоинство подвижных игр состоит в том, что в своей совокупности они, по существу, исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений: ходьбу, бег, прыжки, борьбу, лазанье, метание, бросание, и ловлю, упражнение с предметами – и потому являются самым универсальным и незаменимым средством физического воспитания учащихся. Характерной чертой подвижных игр является не только богатство и разнообразие движений, но и свобода их применения в разнообразных игровых ситуациях, что создает большие возможности для правления инициативы и творчества. Подвижные игры имеют ярко выраженный эмоциональный характер. Играя, ученик испытывает радость от напряжения физических и умственных сил, необходимых для достижения успеха. У учителя есть большие возможности научить учеников многим играм, привить любовь к ним, добиться того, чтобы они прочно вошли в детский быт. Для этого создаются необходимые условия, расписанием предусматривается специальное время. Не следует, однако, занятие или урок играми ограничивать только этим временем. Игра должна органически войти в жизнь каждого детского коллектива, умело сочетаться с другими видами деятельности. Она

уместна во многих случаях. Если ученики устали от занятий или урока и им нужна разрядка, если расшалились и их надо успокоить, если надо сделать интересным какое – то задание, трудовой процесс – в этих и во многих других случаях игра может быть незаменимым помощником учителя. Знание игр необходимо каждому учителю. Учителю надо постоянно уделять внимание изучению игр, помогать друг другу. Как известно, ученики – самые лучшие распространители и пропагандисты игр. Как выбрать игры? При выборе игры нужно учесть

1. учитывать возраст играющих.

2.Помещение для игр

3.Игры на воздухе (зависят от времени года и погоды, также учесть надо число участников и выбрать соответствующий инвентарь.)

Выбор игры зависит и от рода занятий детей до начала и окончания игр. Если дети долго сидели, занимались умственным трудом, им необходима разрядка. Нужны игры с бегом, прыжками, метанием и ловлей мяча или другими движениями.

Как объяснить игру :

Учитель должен стоять так, чтобы все ученики его видели и он видел всех учеников. Лучше всего для этого стать в круг вместе с учениками ( но в центр круга, чтобы ни к кому не стоять спиной ). Объяснение игры должно быть кратким, четким, но понятным, ярким и образным. Всегда, когда есть возможность, оно должно сопровождаться показом, демонстрацией отдельных этапов игры.

Выбор водящего:

Правильный выбор водящего имеет большое значение во многих играх. Особенно велика роль водящего в самодеятельных играх, где ученики затевают без участия взрослых. Руководитель, организуя с детьми , в которой многое зависит от водящего, может назначить его сам. Можно предложить выбрать водящего участникам игры, подсказав при этом, какими качествами он должен обладать ( того, кто хорошо бегает; кто не пропустить мяч; самого веселого и т.п. ). Этот способ особенно хорош, потому что выбранный водящий всегда старается как можно лучше оправдать доверие своих товарищей. Но есть игры, где водящим может стать любой, тем более что в процессе игры он будет часто меняться. В этих случаях лучший способ – прибегнуть к считалке. Сам процесс выбора водящего при помощи считалки является для детей игрой. Процедура выбора водящего при помощи считалок не одинакова. Иногда кто – нибудь читает забавный стишок и,

произнося каждое слово, указывает на участников, стоящих в кругу. Тот из детей, на кого выпадает последнее слово, идет водить.

Например:

Пчелы в поле полетели,

Зажужжали, загудели,

Сели пчелы на цветы,

Мы играем – водишь ты.

Но есть и такие считалки, в которых тот, на которого пришлось последнее слово, выходит из круга, и расчет произносится сначала. Считают до тех пор, пока останется один участник, который и становится водящим. ( Это способ применяется только тогда когда участников мало.)

Раз, два, три, четыре,

Кто у нас живет квартире?

Папа, мама, брат, сестренка,

Кошка Мурка, два котенка,

Мой щенок, сверчок и я –

Вот и вся моя семья!

Раз, два, три, четыре, пять,

Всех начну считать опять.

Игра с давних пор составляла неотъемлемую часть жизни человека, использовалась с целью воспитания и физического развития. Время изменяло игру, что-то забывалась, что–то возникало вновь, но отказаться от игры невозможно, потому что нельзя уничтожить живую потребность в игре.

Игра в школьной программе:

В средней образовательной школе занятия подвижными играми направлены на решение учебно-воспитательных и оздоровительных задач. Значительное место в программах по объему игровой материал. Игра моделирует многие виды спортивной деятельности, включает основные естественные движения, поэтому рекомендуется программой как эффективное средство освоения таких разделов, легкая атлетика, лыжи, плавание, спортивные игры. Игры, рекомендуемые школьной программой, направлены не только образовательных, но также воспитательных и оздоровительных задач. Это особенно важно, так как всех, кто причастен к педагогике, в последнее время беспокоит гиподинамия. Как показали исследования, двигательный режим ученика заметно

сокращается с момента поступления его в школу, что связано с началом новой деятельности – учебы. Единственным средством профилактики гипокинезии детей может стать создание оптимального объема двигательной активности с правильной постановкой учебной и внеклассной работы по физической культуре в школе. Игры являются одним из самых распространенных средств физического воспитания и представляют собой сознательную, активную и инициативную на достижение условной цели, добровольно установленной играющими. Игры отличаются большой эмоциональностью, поскольку в них всегда имеются широкие возможности для проявления личных качеств, инициативы. Игры доставляют удовольствие, создают хорошее настроение, содействуют укреплению дружбы, взаимопомощи. Регулярное проведение игр в процессе физического воспитания детей способствует формированию у них основных двигательных навыков, развитию быстроты, ловкости, силы и выносливости , улучшает деятельность их организма, увеличивает работоспособность и укрепляет здоровье. Играя, дети познают значение честного и добросовестного выполнения правил игры, что имеет важное значение не только для отдельного игрока, но и для команды или коллектива в целом здесь познается необходимость дружных, совместных действии для достижения общих целей. Это в свою очередь способствует воспитанию у детей чувства коллективизма и товарищества. Осложнения, вводимые в различные игры, преодоление встречающихся трудностей и применение в связи с этим наиболее рациональных действий и приемов, а также широкое использование ранее усвоенных двигательных навыков воспитывает у детей стойкость, смелость и умение преодолевать трудности. Требование к соблюдению правил игры и выполнению всех необходимых действий воспитывает дисциплинированность. Большое значение играм придавала Н. К. Крупская. Она писала: «В игре развиваются физические силы ребенка, тверже делается рука, гибче тело, вернее глаз, развиваются сообразительность, находчивость, инициатива». Желая подчеркнуть образовательное и воспитательное значение игр, она говорила: «Мы знаем, что дети растут не только в учебе, но что и в процессе игры они учатся, учатся организовываться, учатся узнавать жизнь». Н К. Крупская советовала так поставить дело, чтобы игры помогли воспитанию ребят. Высоко оценивал значение игр и великий писатель А.М. Горький, подчеркивая их образовательное значение. «Игра, -говорил Горький,- путь детей к познанию мира, в котором они живут и который призваны изменять». Большое значение придавал А.М. Горький условиям проведения игр. Он считал, что надо заботиться о распространении игр на воздухе, которые способствовали бы развитию и укреплению физического здоровья

ребят. В физическом воспитании игры занимают особо важное место. Значительное место игры занимают в школе. В начальных школах подвижные игры являются одним из основных средств физического воспитания учащихся. Они проводятся на уроках физической культуры, переменах, а также на занятиях групп и секций физкультурных коллективов. Значительное место в программах школы занимают игры. Они являются одним из важных средств разностороннего физического воспитания. В играх мы находим все основные виды движений: ходьбу, бег, прыжки, метания, преодоление препятствий, сопротивления. Правильно проводимые игры способствуют развитию внимательности, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости, а коллективные игры - воспитанию дружбы и товарищества. Во время игр учащиеся всегда активны и инициативны. В тоже время условия и правила игр вынуждают их сдержанности. Активность и сдержанность успешно сочетаются в правильно проводимых играх. В играх дети отличаются большой непосредственностью. Они полностью раскрывают положительные и отрицательные черты характера, а это имеет большое значение для лучшего изучения детей. Игры отличаются большой эмоциональностью. При правильной организации они всегда доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение. Детей в играх привлекают широкие возможности для проявления личных качеств, активности, инициативы. В играх больше, чем в других физических упражнениях, ученики могут выполнять различные двигательные действия так, как им хочется, как позволяют их индивидуальные особенности. Каким богатейшим разнообразием движений отличаются такие игры, как «Совушка» (после слов «День наступает - все оживает») или «К своим флажкам» (после второго сигнала)! Подвижная игра является обязательным компонентом практически каждого урока. При проведении игр не происходит повторение и закрепление пройденного программного материала по развитию движений, но значительно повышается положительный эмоциональный тонус учащихся всех классов. Игра доставляет учащимся радость, именно поэтому даже шалунов не следует исключать из игр. Новую игру учителю следует объяснить кратко и понятно, показать некоторые действия до начала, а не процессе игры. Если игра знакома, то можно ограничиться напоминанием, лишь основных правил. Предложенные варианты игр (разработанные учителем) должны быть посильны и доступны для младших ребят, занимательны для старших и младших классов одинаково, а также нести смысловую и двигательную нагрузку без искажения правил игры. Выбирать водящих следует с помощью коротких считалок или проводить убедительный аргумент (довод), те. по справедливости. В играх с

бегом, если учащиеся стоять по кругу, можно предложить по нескольку водящих. Другой вариант – образовать несколько кругов водящими и.т.д. В играх – эстафетах с бегом, прыжками, передачей мяча также необходимо продумывать наиболее целесообразный вариант построение и проведения. Проводимые игры всегда должны соответствовать возрасту и подготовленности играющих, быть доступными, простыми по содержанию легко объяснимыми, интересными и увлекательными. Комплекс игр составляется так, чтобы в нем была игры с различным содержанием и нагрузкой и чтобы эти игры правильно чередовались. В одно занятие вводятся игры спокойные и игры с большой подвижностью. При этом наиболее подвижные игры проводятся в середине занятия, а игры с пением – в конце его. Если вводятся новые игры, которые на уроках не были пройдены, то их в одном занятие должно быть не более двух: одна игра с большой подвижностью и другая относительно спокойная. Игры по своему характеру и содержанию должны быть простыми и легко разучиваемые даже с большой группой детей. В числе полезных и интересных развлечений для учащихся начальной школы большое применение имеют игровые упражнения типа заданий. К таким относятся «удочка», «Набрось кольцо» и.т.д. Большую помощь в этом учителю может оказать игра – постоянная и неизменная спутница детства. Учитель должен знать игры владеть методикой их проведения, уметь подбирать их в соответствии с возрастом играющих для достижения определенных педагогических целей. Подвижная игра вариативна, художественно и сюжетно многообразна, многофункциональна по своему назначению, направлению и содержанию. Детская игра полностью удовлетворяет природное состояние ребенка его потребность в жизнерадостных движениях. Ознакомлении с окружающей средой непосредственно через, приобретении трудовых навыков в интересных видах движений и. т.д. Игра – всегда инициатива, фантазия, творчество, круговорот эмоций. В ней всегда много веселых неожиданностей, обыденное явление становится необычным, сказочным, чудным. Игра имеет чрезвычайное значение в жизни ребенка – «Каков ребенок в игре, таков во многом он будет в работе, когда вырастет». (Макаренко С.). Таким образом, воспитание ребенка происходит, прежде всего, в мире. Поэтому умение адекватно использовать игры, правильно их организовывать имеет исключительное значение. Подвижные игры используются не только как средство повышения двигательной активности детей, совершенствования умений и навыков, развития двигательных качеств, но и в качестве формы развития детских, наклонностей и природных задатков ребенка. В играх у детей развивается инициатива, организаторские

способности, самостоятельность, умение выдумать, дисциплинированность (соблюдение правил игры, уважение сопернику, подчинение личного успеха интересу коллектива). Бесспорная значимость подвижных игр в жизни ребенка, его развитии предполагает и эффективное использование посредством четкой и целенаправленно построенной, методически правильной организации физического воспитания. Четко рассказывать содержание игры, постараться быть эмоциональным. Через мимику и жест, выразительно объяснять и интонацией передать суть действий. Ознакомление должно быть кратким, точным, не отвлекаясь на замечания. Выделяйте игровые правила и сигнал, указывая месторасположение играющих и игровых атрибутов. Прерывать игру допустимо в исключительных случаях, так как перерыв приводит к расхолаживанию поведения учащихся и потере интереса. Подвижная игра повышает моторную плотность урока, поскольку незадействованных в игровой деятельности практически не бывает. Поэтому, когда подводится итог урока, обязательно проводить анализ действий каждого (поведение во время игры, нарушения правил, отличившиеся и активные участники и. т.д.). Привлекая учащихся к анализу нужно давать возможность каждому высказаться, определить свой взгляд на происходящее. Так как я работаю учителем физкультуры в начальных классах я использую **соревновательный метод.** Одним из безусловных факторов привлекательности игр элемент **соревнования**. Даже таких простых играх, как «Пустое место» или «Лишний», уже имеются ясно выраженные стремления играющих к победе: быстрее в круг, догнать партнера или успеть убежать от него. Еще более яркий соревновательный характер носят игры, в которых учащиеся делятся на группы, команды и где каждая группа или команда, каждый участник команды стремится достичь лучших результатов, победить. При этом в одних групповых играх двигательные действия по сигналам совершаются сразу всеми участниками ( «День и ночь», «Пятнашки маршем» и др.) и личное участие из играющих не бывает в центре внимания остальных, в других играх (Вызов номеров», все игры – эстафеты и др.) за личными действиями каждого игрока с пристрастием наблюдают все остальные участники команды. Играя, дети удовлетворяют свойственную им потребность в движениях. Полезность применения соревновательного метода на уроках физической культуры известна давно. Но насколько применим этот метод на уроках физической культуры в начальных классах, где ученики еще мало приучены к соревнованиям. В какой форме лучше всего проводить соревнования на уроках? Насколько эффективен соревновательный метод для развития двигательных качеств младших школьников? Была применена следующая форма работы.

Делалось это так. На уроках физической культуры в первом и втором классах делим на три или четыре команды. Учитель назначает капитанов. Каждый ученик по своему желанию выбирал, в какую команду он хочет вступить. Затем составы команд примерно уравнивались по силам. В каждой команде ученики делились по полу, потом выстраивались по росту. Результаты оценивались учителем? Не только спортивные. Принимались во внимание организованность учащихся на уроках, состояние спортивной формы всех команд, правильность построения и поведение в строю, качество выполнения строевых и общеразвивающих упражнений. При этом учитывалась и дисциплинированность команд, активность учащихся, взаимопомощь. Естественно, наиболее сопоставимые результаты команд получались не только по этим показателям, а по играм, во время которых выполняется постоянный подсчет очков, например таким, как «Вызов номеров». Таким образом, напрашивается вывод, что в начальных классах можно с успехом применять соревновательный метод для повышения эффективности физической подготовки школьников. Целесообразно использовать соревнования как можно шире не только при проведении физических упражнений, но и с целью повышения дисциплинированности, активности, интереса учащихся к проходимому материалу, развития товарищеской взаимопомощи. Очень важно при этом хорошо наладить учет результатов и доводить итоги соревнований до учащихся.

Игра может применяться во всех возрастных группах. Искусство учителя заключается в том, с каждым разом усложнять игру, вносить новое содержание. Только в этом случае игры будут иметь успех, способствовать укреплению здоровья и физическому развитию школьников. Игры следует всегда заканчивать организованно. После игры необходимо подвести итоги: объявить результаты и объяснить причины таких результатов, отметить положительные и отрицательные стороны, по

казать умелое использование в игре изученных движений и недостатки, дать советы об организации и проведении игр во внеурочное время. Особенно большое внимание при подведении итогов обращается на поведение учеников, их взаимоотношения, взаимодействия. Необходимо высоко оценивать положительные примеры и призывать к подражанию этим примерам. Нельзя оставлять без внимания отрицательные моменты в игре. Показать неприглядность плохих поступков отдельных игроков – долг учителя. К подведению итогов нужно привлекать самих участников. Это будет способствовать воспитанию у детей объективной оценки, как своих действий, так и действий товарищей, умению выявлять причины побед и поражений. Итоги игры учитель должен подводить очень тактично, спокойно

благожелательно. Дети успешно обогащают свой игровой опыт во время занятий играми на уроках физической культуры. Общеизвестно, что если на уроках хорошо разучиваются и проводятся подвижные игры, то они быстро становятся достоянием детей в быту, что очень важно в общей работе по физическому воспитанию учащихся.

Соревновательный метод повышает интерес учащихся, способствует лучшему выполнению упражнений, повышению результатов.

Он позволяет также за короткий промежуток времени значительно увеличить физиологическую нагрузку на организм. Кроме того, командные игры содействуют воспитанию у учащихся чувства коллективизма. Однако нужно учитывать, что соревновательный метод создает известные предпосылки для проявления зазнайства, эгоизма со стороны отдельных учащихся (победителей). Это обязывает учителей весьма осторожно относиться к использованию соревновательного метода на уроках.

Таким образом одной из ценнейших сторон подвижных игр является их массовость и комплексное воздействие на физическую подготовленность детей и подростков. Подвижные игры способствуют функциональному совершенствованию организма, развитию физических качеств и формированию двигательных умений и навыков

Использованная литература:

* Геллер Е.М., Коротков И.М. Веселые старты. М., 1978
* Качашкин В.М. Методика физического воспитания. М., 1980
* Коротков И.М. Подвижные игры в школе. М., «Просвещение», 1979
* Пензулаева Л.И. Физическое воспитание в малокомплектной школе. М., «Просвещение», 1980
* Иванов Ю.И., Максимова Н.Е. Организация занятий по туризму в школе и подвижных игр на уроках физкультуры., Якутск 2005
* Былеева Л., Коротков И. Подвижные игры. Учебное пособие для институтов. – М., ФИС, 1982
* Бутин И.М., Бутина И.А., Леонтьева Т.Н., Масленников С.М. Физическая культура в начальных классах. М., ВладосПресс, 2001
* Видякин М.В. Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе. Волгоград, Издательство «Учитель», 2004
* Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня. М., 1983