

«Роль подвижных игр в процессе обучения детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности»

Обобщение опыта Ширяевой Дарьи Сергеевны, работы учителя физической культуры

Я не боюсь еще и еще раз повторять: забота о здоровье – это важнейший труд учителя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их одухотворенная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В.А. Сухомлинский

Подвижные игры являются незаменимым средством воспитания ребёнка. В младшем школьном возрасте они занимают основное место среди физических упражнений. Важное достоинство подвижных игр состоит в том, что они в своей совокупности исчерпывают все виды свойственных человеку естественных движений, оказывая комплексное воздействие на растущий организм, на все стороны личности ребёнка.

Подвижные игры, благодаря большому разнообразию их содержания и игровой деятельности, всесторонне влияют на организм и личность ребёнка.

Правильно подобранные игры вызывают положительную реакцию детского организма. Интересно проведённая игра вызывает у ребёнка хорошее самочувствие, бодрое, жизнерадостное настроение. Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённых умственных занятий.

Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению осанки. В некоторых играх я включаю элементы гимнастики: потягивание с различным положением рук, положение «кошка», положение «скольжение», и другие. Эти упражнения специально воздействуют на улучшение осанки и способствуют воспитанию навыка правильной осанки. В элементы гимнастики включаю такие игры, как например: «Совушка», «Фигуры», «Карлики и великаны», «День и ночь».

Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественно, понятны и доступны детскому восприятию и выполнению.

В играх дети упражняются в ходьбе, беге, прыжках, метаниях и, незаметно для самих себя, овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть движениями своего тела в соответствии с задачей и правилами игры. Улучшается не только качество выполнения движений, но и количественные показатели: скорость и выносливость в беге, дальность и высота в прыжках, дальность и точность в метании.

Подвижные игры являются средством укрепления, совершенствования и проверки в процессе обучения физическим упражнениям полученных знаний, умений, качеств и навыков. Например, в игре «Волк во рву» и «Челнок» совершенствуется навык прыжка в длину; в игре «Кто бросит дальше» - навык метания.

Подвижные игры применяю при обучении легкоатлетическим упражнениям и спортивным играм, что непосредственно подготавливает детей к соответствующим видам спорта.

Ценность подвижных игр заключается в том, что приобретенные умения, навыки, качества повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях, что предъявляет к детям и другие требования. Они должны быстро ориентироваться и оценивать новые условия, уметь выбрать и применить более целесообразное и выгодное действие в соответствии с правилами игры. У детей в игре развивается активность, сознательность, инициативность.

Содержание подвижных игр обогащает представление, направляет и активизирует наблюдательность, мышление и внимание детей, развивает память, сообразительность и

творческое воображение. Выполнение различных действий в соответствии с определённым заданием и по сигналу способствует выработке быстроты реакции, развивает ориентировку.

Соблюдение правил игры, линий границ, моих сигналов воспитывает самообладание, сдержанность и другие важные качества.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Это укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, смелость, веру в свои силы, сознательность, организованность и дисциплинированность.

На моих уроках дети ведут себя естественно и непринуждённо, искренне проявляют свои положительные и отрицательные черты характера и поведения. В связи с этим у меня больше возможности в игре познакомиться с индивидуальными особенностями каждого ребёнка и повлиять на него в нужном направлении.

В подвижных играх дети действуют в коллективе и находятся в определённых взаимоотношениях и взаимодействиях. Стараюсь настроить детей так, чтобы они согласовывали свои интересы с интересами и действиями других играющих, подчинялись правилам игры, моим указаниям и водящим. Выполняя определённую роль в игре, надо уметь подчиняться, а также уметь руководить другими.

В результате правильно налаженных отношений и взаимодействия развивается чувство коллективизма, товарищества, дружбы, вежливости, простоты, искренности.

У детей формируется правильное понятие о нормах общественного поведения и их необходимости, а также развиваются и совершенствуются навыки культурного поведения. Для решения этих задач стараюсь правильно выбрать игру, методику её проведения, а также правила игры, которые определяют права и обязанности играющих.

Подвижные игры повышают физиологическую и эмоциональную нагрузку урока, а также развивают интерес детей к физическим упражнениям. Для того чтобы повысить плотность урока подбираю игры, которые требуют одновременной активной деятельности всех учащихся.

Современное и вдумчивое планирование учебного материала даёт перспективу в работе и обеспечивает полноценное прохождение программы в определённой последовательности и методической преемственности. Объём знаний, умений и навыков по физическому воспитанию, которые должны получить учащиеся, определяется государственной программой.

В начале планирования я знакомлюсь с содержанием и объёмом игр, входящих в программу.

В младших классах в каждый урок включаю игру. Планируя игры и определяя их объём учитываю:

- а) особенности состава учащихся данного класса (возраст, общую и физическую подготовленность);
- б) условия проведения занятий;
- в) основные учебно-воспитательные задачи и другие средства физического воспитания данного класса.

В 1-й и 4-й четвертях основным учебным материалом являются легкоатлетические упражнения. В связи с этим планирую игры, которые можно проводить на больших площадках. В урок включаю игры и эстафеты с метанием и ловлей мяча, с метанием на дальность, с бегом на скорость, с прыжками, с преодолением естественных препятствий: например, «Перемена мест», «Кто дальше бросит?», «Старт с мячом», линейные эстафеты с бегом.

Во 2-й и 3-й четвертях планирую игры, которые можно проводить в помещении. Основным учебным материалом является гимнастика, поэтому в урок включаю игры, которые развивают и закрепляют навыки равновесия, чувства ритма, ориентировки в пространстве. Например: «Салки-ноги от земли», «Попади в мяч» и др.

В первой четверти планирую более лёгкие игры по виду движений, правилам и взаимоотношениям игроков, в последующих четвертях постепенно перехожу к более сложным. В конце учебного года провожу учебные игры и их варианты, не затрудняя внимание детей усвоением новых игр.

Учащимся младших классов свойственна склонность к образному подражанию, к ролевым играм. Поэтому включаю в программу больше сюжетных игр. Они удовлетворяют стремление малышей к выдумке, творчеству, фантазии, тем самым помогают им расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Ребят этого возраста увлекают различные игровые, сказочные образы. Выполняя игровые роли, изображая разнообразные действия, младшие школьники практически используют свои знания в повадках животных и птиц, в явлениях природы, в быту. У них развивается самостоятельность, активность, сообразительность. Разъясняя игру, стараюсь создать у детей ясное представление о её сюжете и правилах. В некоторых играх объяснение сопровождаю показом, знакомя учащихся с повадками птиц и животных, участвующих в данной игре « как прыгают воробушки, как крадётся лиса, как злится кот».

Для младших школьников подбираю игры, сопровождаемые стихотворным текстом, который говорю сама, а дети повторяют и разучивают. При подготовке к игре ставлю вопросы: как построить учащихся и распределить между ними роли никого не обидев, как объяснить игру, какие сигналы подавать во время игры, как регулировать нагрузку.

Управление игрой пожалуй самый трудный и ответственный момент. Приходится оценивать действия и поведение учащихся, делать замечания и указания, наблюдать за их состоянием и самочувствием, подсказывать как целесообразно выполнить то или иное движение. В необходимых случаях включаюсь в игру, демонстрируя, как лучше действовать в том или ином случае. Стараюсь предупреждать нарушение дисциплины, воспитывать у занимающихся умение контролировать свои поступки, быть сдержанными, с уважением относиться к товарищам.

Особое внимание обращаю на то, чтобы все играющие затрачивали в игре приблизительно равные усилия, не перевозбуждались, не переутомлялись. Регулирую нагрузку разными способами: сокращаю продолжительность игры, ввожу специальные остановки и перерывы, изменяю правила игры и роли учащихся, упрощаю содержание игры. Улавливаю момент, когда наиболее целесообразно прекратить игру. Затем подвожу итог: отмечаю тех, кто правильно выполнял движения, проявляя ловкость, быстроту, смекалку, кто чётко соблюдал правила, стремился выручить товарища. Называю и тех, кто нарушал дисциплину, правила игры и мешал играть товарищам. К обсуждению игры привлекаю всех учащихся. Это приучает их к анализу своих поступков.

Подвижные игры способствуют решению общеобразовательных задач. Учителя физкультуры знают, что все задачи в играх взаимосвязаны. В каждой игре прослеживается связь с каким-нибудь другим учебным предметом: математикой, чтением, историей, природоведением.

Когда у ребят урок физкультуры следует после контрольной работы, большой умственной нагрузки, я могу начинать урок с игры малой интенсивности, но эмоциональной, вовлекающей в активные действия всех учеников. Особенно это рекомендуется в младших классах. А как быть, если урок физкультуры последний по расписанию? На мой взгляд, хорошо закончить его эмоциональной игрой опять-таки с участием всех. Например: «Падающая палка», «Пасовка волейболистов».

Распределяя по урокам игры, руководствуюсь основными дидактическими принципами: систематичность /условия игры от урока к уроку/, доступность /соответствие развитию и возможностям учащихся/, прочность /систематический повтор игры с целью закрепления и совершенствования приобретённых качеств, навыков, умений/. Избегаю при подборе игр на уроках параллельного влияния на организм, т. е. не включаю в урок игру, которая даёт такое же влияние и нагрузку на организм, как и упражнения данного урока.

В зависимости от задачи и характера игры, её физиологической и эмоциональной нагрузки, провожу её в подготовительной части , основной или заключительной.

В подготовительной части урока игра помогает детям разогреться, вызывает умеренно приподнятое настроение, активизирует их внимание, укрепляет навыки строевых упражнений. В подготовительной части не применяю командные игры.

В связи с тем, что большинство игр по виду деятельности, правилам и организации сложны, а также дают большую физиологическую и эмоциональную нагрузку на организм, большинство их планирую на конец основной части урока.

В заключительной части применяю игры, которые способствуют успокоению организма, чтобы урок завершился с хорошим, умеренно приподнятым настроением.

Игровая деятельность осуществляется не только на уроке, но и во внеурочной деятельности.

Ежегодно в школе работают спортивные секции, которые пользуются большой популярностью среди учащихся.

Ребята участвуют в районных соревнованиях по лёгкой атлетике, традиционных соревнованиях среди больших школ «Веселые старты». Являются призёрами данных соревнований.

Цель, которую ставлю перед собой- посредством подвижных игр не только способствовать физическому и морально – волевому воспитанию учащихся, но и научить их играть самостоятельно, правильно и честно, смело и решительно. Если я смогу этого добиться, то такое поведение во время игры станет для них нормой в любом игровом коллективе, и не только в школе, но и дома, во дворе, на спортивной площадке.