

РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В ФОРМИРОВАНИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ШКОЛЕ

Андряков П.А.

*Саратовский национальный исследовательский
государственный университета им. Н.Г. Чернышевского*

Возрастающее внимание к вопросам физического воспитания в настоящее время связано с тем, что совершенствование процесса обучения, наблюдаемое в последние годы, приводит во многих случаях к снижению двигательной активности детей. Учащиеся, находящиеся в условиях жесткой регламентации школьного режима, не удовлетворяют свои естественные потребности в движении. Современные условия быта также порождают ограничения двигательной активности. Игра является одним из важных средств формирования у детей и подростков физических качеств. Особое место игры занимают в физическом воспитании детей младшего школьного возраста, так как они способствуют комплексному совершенствованию двигательных навыков, нормальному физическому развитию, укреплению и сохранению здоровья. Активное привлечение детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом является неотъемлемой частью широкомасштабной компании по формированию здорового образа жизни, по профилактике заболеваний в детской среде. Исследования показывают, что дети и подростки с низкой двигательной активностью имеют высокий уровень заболеваний, снижение иммунитета.

Таким образом, необходимо шире использовать подвижные игры как на уроках по физической культуре, так и на занятиях в школах. Ведь игра является неотъемлемой частью развития ребенка.

Подвижные игры, проводимые во внеурочное время «на переменах, в школьных праздниках, на внеклассных занятиях, игровом часе» должны способствовать решению оздоровительных задач. К этим играм учащиеся привлекаются на добровольных началах. Руководят подготовкой, проведением игр учителя, воспитатели, старшие учащиеся. Внеклассные занятия подвижными играми содействуют общему физическому развитию учащихся, воспитанию навыков и необходимых физических качеств, вызывают положительные эмоции.

Учащиеся 4-6 х классов(10-11лет) увлекаются играми более сложными, чем в предыдущих классах. Это объясняется тем, что дети в этот период обладают большей устойчивостью, в работе сердца, большей емкостью лёгких, тяжёлых и очень тяжёлых, хотя дыхательная система ещё и недостаточно развита.

Мышцы постепенно растут и укрепляются, но силовые способности ещё недостаточно развиты, поэтому организм ещё недостаточно подготовлен к длительным силовым напряжениям, односторонним нагрузкам. Детей в

этом возрасте очень интересуют игры, в которых им нравится проявлять свою ловкость, быстроту, меткость, силу и сообразительность. Появляются игры с направленностью на отдельные скоростные и силовые способности, но не требующие предельного напряжения.

Младшие подростки мыслят более критично и отвлечённо, выходя за пределы образов, предпочитают опираться на чувственные представления и восприятия. Это позволяет им осваивать более сложные игры с многочисленными правилами, такими как «Мяч капитану», «Перестрелка». Замечания и объяснения преподавателя становятся более лаконичными, судейство - более строгим. Дети начинают понимать, что всё в играх лаконично. Сюжетность сохраняется только в играх на местности. В связи с акселерацией наступает более раннее половое созревание. У девочек оно начинается именно в этот период. В связи с ускорением полового созревания наблюдается дисгармония физических функций нервной и сердечно-сосудистой системы. Дети неуравновешенные психологически, бурно проявляют свои эмоции в процессе игры. Мальчики имеют некоторые преимущества перед девочками в играх с бегом на скорость, с метанием на дальность.

В парных играх: «Бой петухов», в парах должны быть играющие одного пола (мальчики или девочки). В этот период девочек начинает интересовать игры музыкальные с элементами гимнастики.

Мальчиков же интересуют больше игры силовые, на выносливость, на скорость бега.

При планировании игры распределяются по четвертям с учетом времени года, в I и IV четвертях обычно планируются игры, которые проводятся на спортивной площадке, на воздухе (осень, весна), во II четверти - в помещении и в III - на свежем воздухе и на лыжах.

Распределяя игры, следует учитывать при проведении программного материала по другим видам дружеских упражнений, потому что многие игры можно использовать для совершенствования умений и навыков в беге, прыжках и других движениях.

На уроках в I - II классах обычно проводится 1-2 игры в III - одна. Игры могут проводиться в любой части урока.

1. На материале гимнастики с основами акробатике: игровые задания с использованием мировых упражнений, задания на координацию движений; "Змейка", "Иголка и нитка", "Пройди бесшумно", "Тройка", "Раки", "Через холодный ручей", "Петрушка на скамейке", "Не урони мешочек", "Конники- спортсмены", "Запрещенное движение", "Отгадай чей голосок", "Альпинисты; эстафеты.

2. Игры, направленные на общую физическую подготовку: «Ловкие ребята»; «Проведи мяч»; «Передача мячей»; «Попади в ворота»; «Охотники и утки»; «Зайцы в огороде»; «Не задень предмет»; «Умей

выбежать»; «Пустое место»; «У ребят порядок строгий»; «Догоняй на марше»; «Два мороза»; «Мышеловка»; «Шишки, желуди, орехи» и др.

3. Игры, организующие одиночные и коллективные действия: «У ребят порядок строгий»; «Быстро стройся»; «Делай как я»; «Зайцы в огороде»; «Вызов номеров»; «Не давай мяч водящему»; «Отгадай, чей голосок» и др.

4. Игры на переменах: «Карусель»; «Попрыгунчик»; «Воробышки»; «Пустое место»; «Второй лишний»; «Третий лишний»; «Удочка»; «Ручеёк»; «Мяч соседу»; «Зайцы в огороде»; «У медведя во бору»; «Шишки, жёлуди, орехи»; «Совушка»; «Стой»; «Колечко»; и др.

5. Игры на открытом воздухе в зимнее время: «Кто дальше»; «Воротики»; «Подними предмет»; «Кто меньше сделает шагов»; «Кто первый до флажков» и др.

6. Игры на местности: «По следу»; «Смотри не показывайся»; «Найди дорогу»; «Юный турист» и др.

7. Игры-аттракционы: «Вьюны»; «Мяч рикошетом»; «Собери горох»; «Бег по дощечкам»; «Качалки»; «Три сосны» и др.

8. Игры, применяемые на занятиях по туризму: «Салки»; «Кто дальше?»; «Кто быстрее?»; «Успей выбежать»; «Пустое место»; «Лапта круговая»; «Русская лапта»; «Пятнашки» и др.

9. Игры на лыжах: «По местам»; «Кто первый»; «Слушай сигнал»; «Самый меткий» и др.

10. Игры на воде: «Водолазы»; «Морской бой»; «Караси и щуки»; «Рыбаки и рыбки»; «Пятнашки» и др.

В целях привлечения детей и подростков в различные спортивные объединения и секции, повышения мотивации к урокам физической культуры и общему оздоровлению, необходимо шире применять игровые технологии, развивать познавательный интерес к физической культуре и спорту у детей младшего школьного возраста, вовлекая их в спортивные объединения по средствам разработанного комплекса подвижных игр. Применение на практике комплекса подвижных игр, направленных на повышение интереса у школьников к занятиям физической культурой, позволяет повысить уровень физического и эмоционального развития детей.

Все вышеизложенное способствует эффективному формированию навыков здоровьесберегающего поведения и повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом у школьников. Проведенное исследование показало, что комплексная работа в рамках формирования познавательного интереса к занятиям по физической культуре и популяризации здорового образа жизни, крайне эффективна. Повышение интереса детей к занятиям по физической культуре по средствам подвижных игр, способствует более эффективному формированию навыков здоровьесберегающих технологий путем реализации

здоровьесберегающих программ, а так же позволяет воспитать здоровое поколение.

Список использованной литературы

1. Абрамовских Н. В. Педагогические технологии в дошкольном образовании: понятие и сущность //Концепт. – 2015. – №.17.
2. Бабушкин Г. Д. Формирование спортивной мотивации: учебное пособие для вузов физической культуры / Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин. – Омск: СибГАФК, 2015.
3. Ветков Н. Спортивные и подвижные игры// Litres, 2017; ISBN5040364369
4. Горькова Л. Г., Обухова Л. А. Занятия физической культурой в ДОУ. М., 2005 Дошкольное воспитание №1/ 2011
5. Ярлыкова О. В., Чубукова В. В. Влияние подвижных игр на развитие физических качеств младших школьников во внеурочной деятельности //Таврический научный обозреватель. – 2016. – №. 1-3. – С. 6.
6. Федеральные государственные образовательные стандарты// Институт стратегических исследований в образовании. [Электронный ресурс].-режим доступа: <http://fgos.isiorao.ru/>, свободный.(дата обращения 21.01.2016)
7. <http://www.studfiles.ru/preview/5358346/page:2/> (дата обращения 23.01.2017)
8. [http://sibac.info/archive/guman/3\(18\).pdf](http://sibac.info/archive/guman/3(18).pdf) (дата обращения: 30.01.2017)
9. <http://www.sport.saratov.gov.ru/sport/dokument>