

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»

Кафедра физического воспитания

# ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

*Учебно-методическая разработка*

Составитель  
И. Г. КАЛИНЦЕВА



Владимир 2014

УДК 796.2 (072)  
ББК 74.267.5  
О-75

Рецензенты:

Кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры физической подготовки Владимирского юридического  
института Федеральной службы исполнения наказаний  
*А. В. Власов*

Кандидат педагогических наук, доцент  
зав. кафедрой теории и методики  
физической культуры и спортивных дисциплин  
Владимирского государственного университета  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых  
*Н. С. Воробьев*

Печатается по решению редакционно-издательского совета ВлГУ

**Основы** методики применения подвижных игр на занятиях  
О-75 по физической культуре : учеб.-метод. разработ. / Владим. гос. ун-т  
им. А. Г. и Н. Г. Столетовых ; сост. И. Г. Калинцева. – Влади-  
мир : Изд-во ВлГУ, 2014. – 52 с.

Представлены педагогические рекомендации по организации и методике проведения подвижных игр на занятиях по физической культуре с разными категориями занимающихся.

Предназначена для студентов дневной и заочной форм обучения Института физической культуры и спорта и факультета дошкольного образования специальности 050100.62 – Педагогическое образование (профили «Физическая культура», «Начальное и дошкольное образование»), а также для учителей физической культуры общеобразовательных школ.

Рекомендовано для формирования профессиональных компетенций в соответствии с ФГОС 3-го поколения.

Библиогр.: 9 назв.

УДК 796.2 (072)  
ББК 74.267.5

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, двигательной активности, получении внешней информации. 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.

Подвижные игры традиционно популярны в народе благодаря разностороннему воздействию на организм человека и высокой эмоциональности. В силу своих положительных качеств подвижные игры служат эффективным средством физического воспитания в широком возрастном диапазоне. Практически во всех образовательных учреждениях подвижные игры включены в учебные программы, широко практикуются во внеклассной и внешкольной работе, в учреждениях высшего и среднего профессионального образования.

В основе подвижных игр лежат физические упражнения. Благодаря большому разнообразию содержания и игровой деятельности они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению специальных задач физического воспитания.

Целенаправленное и широкое использование игровых средств в комплексе физкультурно-оздоровительных форм занятий может решить задачи, связанные с познанием окружающей действительности на ранних этапах развития ребенка, получением первоначальной адаптации в области общественного поведения, и позволяет решить задачу оптимизации двигательного режима. Применение игровых методов учителями физической культуры, воспитателями, тренерами позволяет повысить возможности педагогических воздействий в формировании двигательных навыков, умений и способствует становлению и развитию творческой личности.

Цель учебной дисциплины «Подвижные игры» – вооружить студента знанием содержания подвижных игр и профессиональными

основами методики проведения занятий с разными категориями занимающихся (различного уровня подготовленности, физического развития и возраста).

Подвижные игры и методика преподавания являются частью раздела дисциплин, относящихся к вариативной части профессионального цикла БЗ в государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования третьего поколения.

Мастерство проведения подвижных игр и игровых упражнений с образовательными и воспитательными целями – важная составная часть профессиональной подготовки педагога физической культуры.

Именно профессионально-педагогическая деятельность педагога физической культуры направлена на развитие, обучение и воспитание учащихся, приобщая их к освоению ценностей физической культуры посредством подвижных игр.

Задача курса подвижных игр состоит в том, чтобы обеспечить студентов комплексом знаний, умений и навыков, которые позволят им успешно использовать подвижные игры и игровые упражнения на занятиях с учетом требований комплексных программ по физическому воспитанию.

В процессе изучения курса подвижных игр студент приобретает:

- знание содержания нового игрового материала;
- знание методики проведения подвижных игр;
- умение составлять план-конспект подвижных игр;
- умение наблюдать, анализировать и давать оценку своим действиям и действиям занимающихся при самостоятельном проведении игр, а также при проведении подвижных игр другими студентами.

## **Раздел 1. ИГРА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

### **1.1. Характерные особенности и значение игры**

*Игра* – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку.

Игровая деятельность очень многообразна: детские игры с игрушками, настольные игры, хороводные игры, игры подвижные, игры спортивные.

Игра может быть средством самосознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта.

Среди подвижных игр различают собственно (элементарные) подвижные игры и спортивные игры.

***Собственно (элементарные) подвижные игры*** – сознательная инициативная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели.

Подвижными называются игры с относительно простым содержанием, где используются естественные движения, а достижение цели не связано с высокими физическими и психическими напряжениями.

Действия участников игры определяются ее сюжетом и представляют собой сознательные акты поведения, обусловленные сложившейся игровой ситуацией и избранным способом ее разрешения. Действия играющих носят соревновательный характер и выражаются в стремлении выйти победителем в каждом единоборстве и в ходе всей игры.

Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта. Игры – сокровищница человеческой культуры. Огромно их разнообразие. Они отражают все области материального и духовного творчества людей.

Разнообразные движения и действия, выполняемые участниками подвижных игр, имеют большое оздоровительное значение. Они способствуют укреплению двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма и являются средством активного отдыха, особенно для лиц, занятых напряженной умственной деятельностью.

В игровой деятельности находит свое выражение присущая человеку потребность творчества. Многообразие игровых ситуаций ставит перед играющими самые разнообразные задачи, требующие правильного решения. Результат и непосредственно сам процесс решения приносят играющим внутреннее удовольствие, вызывающее стремление испытывать его вновь и вновь.

Важнейший результат игры – это радость и эмоциональный подъем. Именно благодаря этому замечательному свойству игры, особенно с элементами соревнования, больше, чем другие формы фи-

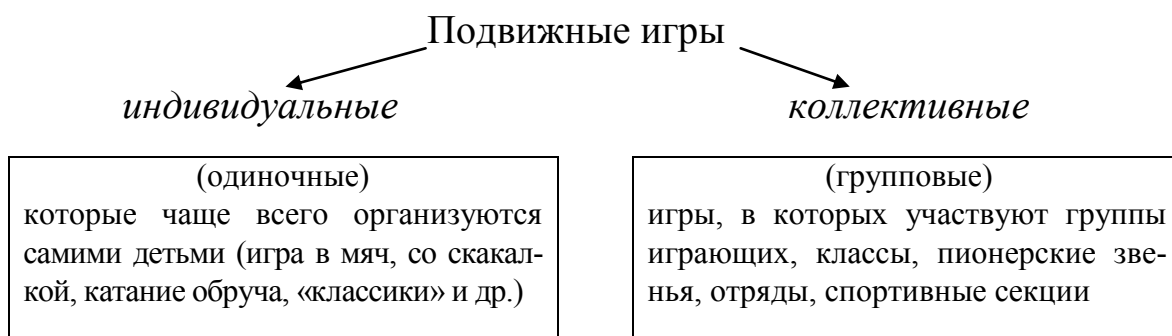
зического воспитания, адекватны потребностям организма в движении. Для целенаправленной тренировки некоторых мышечных групп наряду с подвижными играми могут использоваться упражнения игрового характера, которые не имеют законченного сюжета, развития событий (например, эстафеты).

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.

Подвижные игры относятся к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений.

Эти действия частично регламентируются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими) и направляются в условиях изменяющейся игровой обстановки на преодоление различных трудностей по пути к достижению поставленной цели.

По количественному составу играющих подвижные игры разделяют:



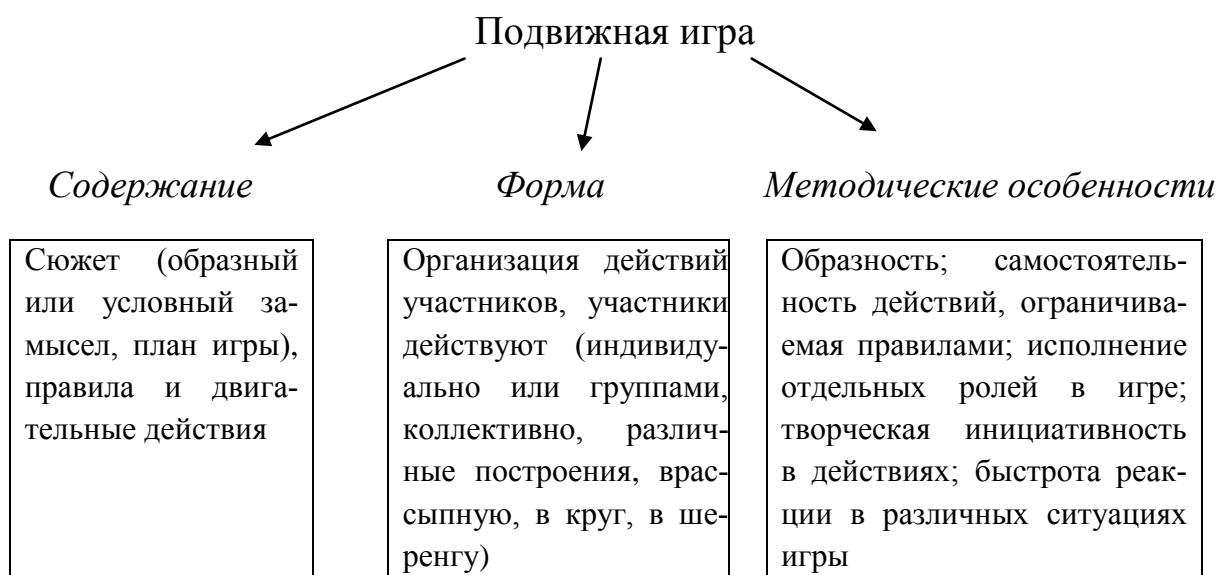
Подвижные игры группируются по сходным определенным признакам с учетом условий работы:

- по степени сложности их содержания; от самых простых к более сложным (полуспортивным);
- по возрасту детей с учетом возрастных особенностей (игры для детей 7 – 9, 10 – 12, 13 – 15 лет);
- по видам движений, преимущественно входящим в игры (игры с элементами общеразвивающих упражнений (ОРУ), игры с бегом, игры с прыжками в высоту, в длину с места и с разбега, игры с метанием в подвижную и неподвижную цель, игры с

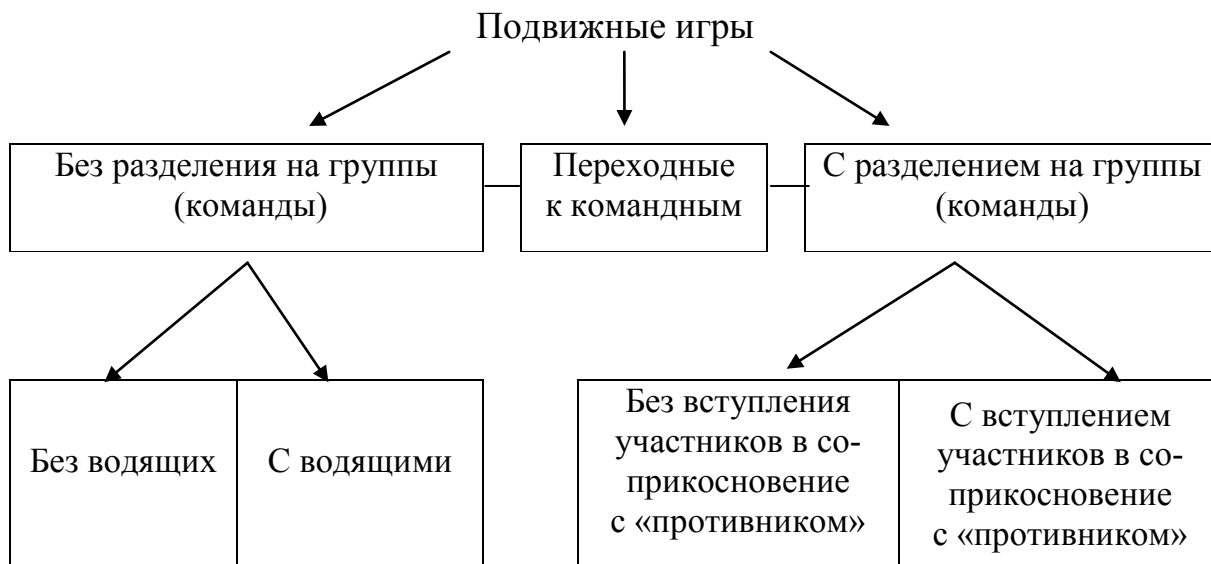
броском и ловлей мяча, игры с передвижением на лыжах, коньках;

- по физическим качествам, проявляемым в игре (игры, способствующие проявлению силы выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);
- подготовительные к отдельным видам спорта (использование игр с целью закрепления и совершенствования отдельных элементов техники и тактики, воспитания физических качеств, необходимых для того или другого вида спорта);
- в зависимости от взаимоотношений играющих:
  - а) в которых игроки не вступают в соприкосновение с «противником»;
  - б) с ограниченным вступлением в соприкосновение с «противником»;
  - в) с непосредственной борьбой «соперников»;
- по форме проведения занятий (игры на уроке, перемене, сборе отряда, празднике и др.);
- по характеру моторной плотности (игры с большой, средней подвижностью и малоподвижные);
- с учетом сезона и места работы (игры летние, зимние, в помещении, на открытом воздухе, снеговой площадке, льду и др.).

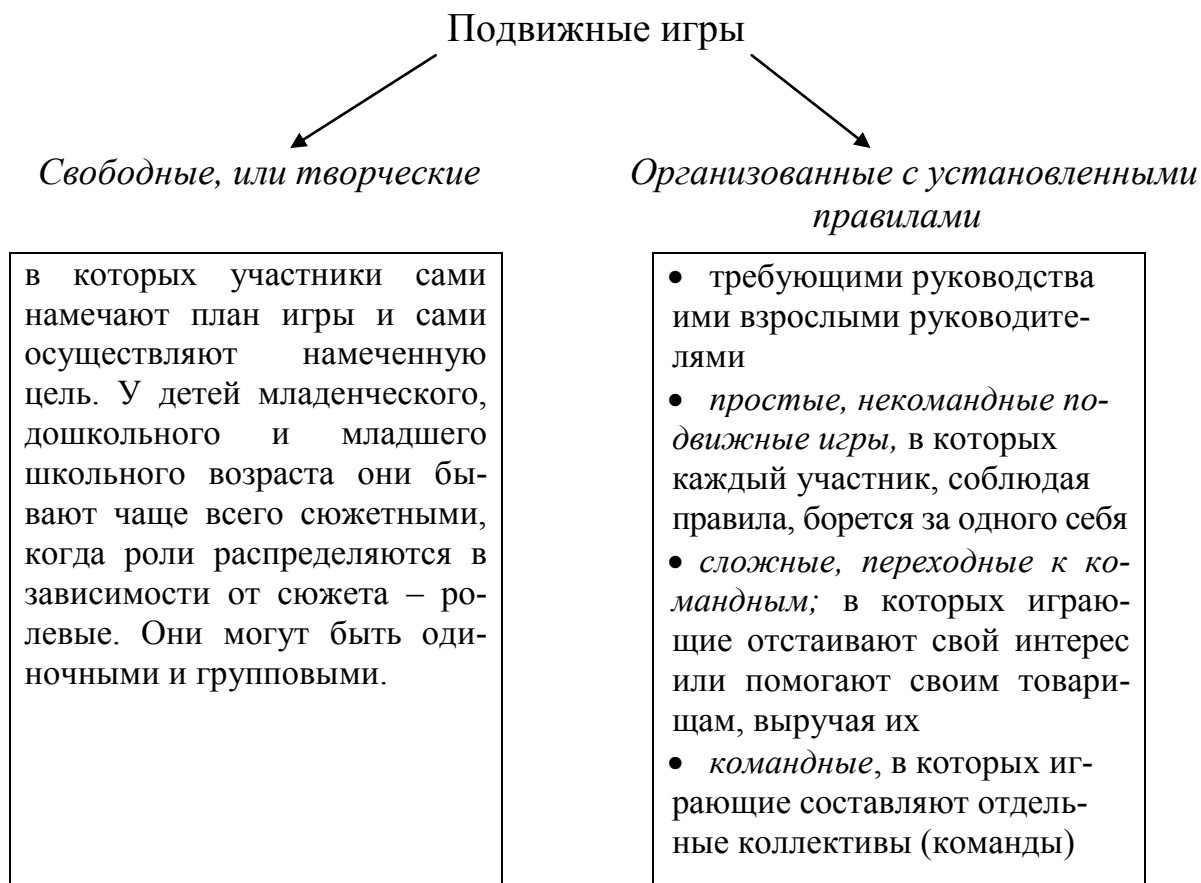
Каждая подвижная игра имеет свое содержание, форму (построение) и методические особенности.



По характеру организации играющих подвижные игры принято делить:



В педагогической практике используются два основных вида подвижных игр:





## **1.2. Оздоровительное значение подвижных игр**

Главное содержание подвижных игр – разнообразные движения и действия играющих, они повышают функциональную деятельность, вовлекают в разнообразную динамическую работу крупные и мелкие мышцы тела, увеличивают подвижность суставов, благотворно влияют на нервную систему, активизируют все стороны обмена веществ, стимулируют функции желез внутренней секреции.

## **1.3. Образовательное значение подвижных игр**

Игры есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. Они расширяют круг его представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать увиденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей его среде.

Участие в народных играх позволяет лучше узнать культуру разных народов, их обряды и обычаи.

Участникам приходится исполнять различные роли в подвижных играх (водящего, счетчика очков, помощника судьи, судьи, организатора игры), что способствует развитию у них организаторских способностей.

Соревнования по подвижным играм знакомят играющих с правилами и организацией соревнований, что даёт возможность самостоятельно проводить соревнования.

## **Раздел 2. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

Педагогическое руководство начинается с организации игры. Организация и методика тесно связаны: рациональная организация помогает лучше руководить игрой, методика же может несколько изменяться в зависимости от отдельных организационных моментов в игре.

К организации относится подготовка к проведению игры (место для игры, инвентарь, распределение обязанностей играющих, объяснение игры и др.).

Методика проведения связана со способами подачи материала в связи с поставленными задачами, при помощи которых занимающиеся осваивают игру, овладевают знаниями, умениями и навыками для достижения результата.

Руководящая и направляющая роль при проведении игр должна принадлежать педагогам, воспитателям, вожатым.

Воспитательная, образовательная и оздоровительная ценность игры во многом зависит от руководства ею. С помощью одних и тех же игр можно воспитывать различные нравственные и физические качества.

## **2.1. Основные задачи руководителя игры**

Руководитель игры должен быть организатором игры и воспитателем детей в процессе ее проведения. Используя игру, он обязан стремиться:

1. Укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию.
2. Содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умением и совершенствованием их.
3. Воспитывать у детей морально-волевые и физические качества.
4. Прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми.

При решении образовательных, воспитательных и оздоровительных задач необходимо руководствоваться педагогическими принципами дидактики.

Занятия подвижными играми должны быть воспитывающими по характеру. Используя содержание игры (сюжет, двигательные действия, входящие в нее правила), педагог определенным образом организует поведение играющих, для этого он должен изучить содержание игры и обладать педагогическим мастерством.

Руководителю необходимо определить основные воспитательно-образовательные задачи, которые он намечает при проведении той или иной игры (например, совершенствование ловли мяча, передач мяча, метания в цель, закрепление навыков, приобретенных на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, воспитание у играющих смелости, согласованности действий, коллективизма, воспитание навыков ориентирования на местности и т.п.).

Проводя игру, руководитель должен логично и доходчиво объяснить детям ее содержание и задачи, а также правила поведения. Это позволит детям понять игру; ее содержание и правила, и сознательно участвовать в ней. На активность детей влияет и заинтересованность игрой, которая во многом зависит от того, как руководитель подготовится к ее проведению. Руководитель должен приучать детей играть самостоятельно, поручая им роли вожаков игры, капитанов, привлекая к разметке площадки, судейству и др. Постепенно все больше предоставляется детям самостоятельности в организации и судействе игры. Выбранные капитаны руководят действием команд, а судья, выделенный из участников, следит за точным соблюдением правил. По ходу игры руководитель тактично помогает судье так, чтобы не уронить его достоинства, и направляет поведение играющих не приказом, а советом.

Игры для уроков физического воспитания планируются в соответствии с программой по физической культуре. При этом учитываются внутренняя связь между играми и последовательностью освоения навыков, приобретенных на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой и другими видами физических упражнений. Усвоенные знания и навыки должны наслаиваться на предшествующие и подкрепляться новыми. Важно, чтобы в новых играх совершенствовались приобретенные навыки и образовывались новые.

Следует переходить от знакомых игр к незнакомым постепенно, ориентируясь при этом на знакомые детям игры. С этой целью в незнакомые игры, сходные с пройденными, вводятся новые правила и условия, последовательно повышаются требования в овладении навыками и умениями. Сходство действий облегчает переход к новым, несколько усложненным действиям.

Каждая предлагаемая детям игра должна быть такой трудности, чтобы ее участник мог преодолевать препятствия на пути к достижению цели. Игра, в которой играющие не преодолевают трудности, не прилагают усилий, не заинтересует детей, и не будет иметь педагогической ценности, так как не развивает волевых качеств и способностей учащихся.

## 2.2. Подготовка к проведению игры

Выбор игры прежде всего *зависит от задачи*, поставленной перед уроком, перед занятиями на площадке. Определяя игру, руководитель учитывает возрастные особенности детей, их развитие, физическую подготовленность, количество детей, место для игры и другие условия (время года, наличие инвентаря, состав играющих по полу и др.).

1. При выборе игр надо учитывать *форму занятий* (урок, перемена, сбор отряда, праздник, прогулка и др.):

✓ на уроке планируются игры, соответствующие задачам, поставленным учителем перед уроком;

✓ на перемене проводятся игры кратковременные по содержанию, доступные учащимся разного возраста и пола, где правила позволяют в любой момент войти и выйти из игры;

✓ на празднике используются главным образом массовые игры и аттракционы, в которых могут принимать участие дети разного возраста и разной подготовленности.

2. Выбор игры непосредственно зависит от *места ее проведения*:

✓ в небольшом узком зале или коридоре проводятся игры с линейным построением, в которых играющие участвуют поочередно;

✓ в большом зале или на площадке можно проводить игры с бегом враспынную, метанием больших и малых мячей, элементами спортивных игр;

✓ во время прогулок и экскурсий за город используются игры на местности, зимой на площадках проводятся зимние игры на санях, лыжах, коньках, игры с постройками из снега.

3. При проведении игр на *открытом воздухе* необходимо учитывать состояние погоды (особенно зимой). Поэтому и подбирать игры надо такие, в которых не приходится долго стоять и дожидаться своей очереди (например, эстафеты):

✓ в холодную ветреную погоду проводить подвижные игры на воздухе можно только с большими ребятами кратковременно и с большой насыщенностью движениями, с младшими школьниками проводить подвижные игры в холодную и ветреную погоду нельзя;

✓ в жаркую погоду лучше использовать игры малоподвижные, в которых участники выполняют задание поочередно.

4. Выбор игры зависит также от *наличия инвентаря*. Из-за отсутствия соответствующего инвентаря и неудачной его замены игра может расстроиться.

### *Подготовка места для игры*

➤ Для проведения игр на воздухе надо снять дерн (если требуется точная разметка и ровная площадка) или подобрать ровную зеленую площадку (особенно для детей младшего школьного возраста). Площадку лучше всего делать прямоугольной формы, шириной не менее 8 м и длиной не менее 12 м. На расстоянии 2 м от поля рекомендуется поставить несколько скамеек. Желательно, чтобы вокруг летней площадки были деревья, кустарники.

➤ Зимой площадку для игр надо очистить от снега, утрамбовать и окружить снежным валом или ледяной дорожкой, которую можно использовать для катания на коньках. Для отдельных игр следует посыпать ее песком. Можно подготовить постоянные места для некоторых игр, в которые дети любят играть самостоятельно (например, для «Русской лапты», для «Юлы» и др.).

➤ Для проведения игр в помещении надо предусмотреть, чтобы не было посторонних предметов, мешающих движениям играющих. Если игры проводятся в спортивном зале, желательно спортивные снаряды (брусья, перекладина, конь, козел) убрать в подсобное помещение. Если снаряды нельзя убрать из зала, то надо поставить их у короткой стены, оградить скамейками, сетками или другими предметами. Оконные стекла и лампы следует закрыть сетками. Перед проведением игр помещение надо проветрить, протереть пол влажной тряпкой.

➤ Перед проведением игр на местности руководитель обязан заранее хорошо ознакомиться с местностью, на которой будет проведена игра, и наметить заранее условленные границы для игры.

Места для игр подготавливают учащиеся совместно с руководителем.

## ***Подготовка инвентаря к играм***

Для проведения многих игр требуется несложный инвентарь: флажки, цветные повязки или жилетки, мячи разных размеров, палки, булавы или кегли, обручи, скакалки и т.п. Желательно, чтобы инвентарь был красочным, ярким, заметным в игре (это особенно важно для младших школьников). По размеру и весу инвентарь должен соответствовать силам играющих. Количество инвентаря также должно быть предусмотрено заранее.

Инвентарь желательно хранить рядом с местом проведения игр. Важно следить за его санитарным состоянием и регулярно приводить в порядок. В воспитательных целях полезно привлекать детей к хранению и починке инвентаря. Для игр на лужайках, на зимних площадках можно использовать шишки, снег и т. п.

Инвентарь раздается участникам только после объяснения игры. Если для игры требуется расставить некоторый инвентарь на площадке (флажки, булавы и т.п.), то это делается заранее до начала рассказа с тем, чтобы нагляднее можно было объяснить игру, показать ее фрагмент. Расстановку и раздачу инвентаря делают сами дети по указанию руководителя, который следит, чтобы они выполнили его задание быстро, точно, организованно.

## ***Разметка площадки***

Если разметка площадки требует много времени, то это делается до начала игры. Несложную разметку можно произвести одновременно с изложением содержания игры или же до ее начала, а при рассказе лишь указывать на отмеченные границы. Для часто повторяющихся игр можно сделать постоянную разметку площадки. Границы для игр должны быть ярко очерчены, чтобы участники, увлеченные игрой, могли легко ориентироваться. Линии границ отмечаются не ближе 3 м от забора, стены, столба или другого предмета, о который дети могут ушибиться. Особенно это важно при проведении игр-перебежек, в которых большая группа участников забегает одновременно за границу «домов».

## ***Предварительный анализ игры***

Руководитель обязан, наметив игру, предварительно продумать весь процесс игры и предвидеть, какие моменты ее могут вызвать азарт, нечестное поведение играющих, падение интереса, чтобы заранее продумать, как предотвратить эти нежелательные явления.

Руководитель, хорошо знающий детей, предварительно намечает, кому из играющих быть капитаном, первым водящим, какую роль отвести наименее организованным детям, как вовлечь в игру слабых и пассивных игроков.

Для проведения некоторых игр он заранее намечает помощников из участников, определяет их функции и, если нужно, дает им возможность подготовиться (например, в играх на местности). Помощники заранее знакомятся с правилами игры и местом ее проведения.

Важно, чтобы обстановка способствовала правильному процессу игры, развитию детского творчества, привитию организаторских способностей, хорошему усвоению правил, товарищескому поведению в игре, проявлению своих индивидуальных способностей, умению бороться в коллективе за интересы коллектива.

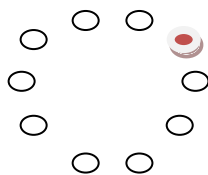
### **2.3. Организация играющих**

#### ***Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры***

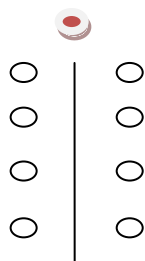
Прежде чем объяснять игру, необходимо так расставить участников, чтобы они хорошо видели руководителя и слышали его рассказ. Лучше всего построить играющих ***в исходное положение***, из которого они начинают игру.

➤ Если для начала игры участники становятся в круг, руководитель для объяснения игры находится между играющими по кругу, в массовых играх при большом количестве играющих он делает 1-2 шага к середине круга. Нельзя становиться в центр круга ни при малом, ни при большом количестве играющих, так как тогда половина

играющих окажется за спиной руководителя, и они могут быть невнимательны к его рассказу.



➤ Если играющие разделены на две команды и построены одна против другой на большом расстоянии («Пятнашки маршем», «Два лагеря», «Вызов»), то для объяснения надо сблизить команды, а затем отвести их на границы «домов». В этом случае руководитель, объясняя игру, становится между играющими в середину площадки у боковой границы и обращается то к одной, то к другой команде.



➤ Если игра начинается с движения врассыпную (типа «Салок»), то можно построить играющих в шеренгу, когда их немного, или сгруппировать их вокруг себя, но так, чтобы все хорошо видели и слышали руководителя.



При объяснении игры нельзя ставить детей лицом к солнцу (они будут плохо видеть руководителя) или к окнам (они могут смотреть в окно и отвлекаться от объяснения игры). Руководитель должен стоять на видном месте боком или в крайнем случае лицом к свету, но так, чтобы видеть всех участников и контролировать их поведение.



## *Объяснение игры*

Успех игры в значительной мере зависит от ее объяснения. Приступая к рассказу, руководитель обязан ясно представить себе всю игру. Рассказ должен быть кратким: длительное объяснение может отрицательно сказаться на восприятии игры. Исключение составляют игры в младших классах, которые можно объяснить в сказочной, увлекательной форме.

Рассказ должен быть логичным, последовательным. Рекомендуется придерживаться следующего плана изложения: 1) название игры; 2) роль играющих и место их расположения; 3) ход игры; 4) цель; 5) ее правила. Рассказывая о ходе игры, автор, безусловно, коснется правил, но в конце рассказа на них необходимо остановиться еще раз, чтобы дети лучше их запомнили.

Рассказ не должен быть монотонным. Объяснять игру следует спокойным голосом, иногда повышая или понижая его, чтобы привлечь внимание учащихся на тот или другой момент содержания, не следует употреблять сложных терминов. Новые понятия, новые слова необходимо объяснять.

*Способы объяснения игры как наиболее эффективные:*

✓ образный рассказ, иногда красочный, с элементами сказки, которым поясняют действия. Таким способом объяснения пользуются в 1-м классе для сюжетных (имитационных) игр;

✓ объяснение игры по частям. Таким способом игру объясняют в тех случаях, когда трудно все содержание ее изложить сжато, а учащиеся не обладают большим двигательным опытом. Подобный способ может быть использован также и на занятиях, когда учащиеся усваивают новую игру, в которой много правил, препятствий и взаимодействия играющих очень сложны;

✓ подробное описание игры, в котором преподаватель ярко выделяет особенности взаимодействия играющих и детально излагает правила. Такой способ наиболее распространен и применим как в некомандных, так и в командных играх для всех возрастных групп;

✓ краткое описание задания, распоряжение, в котором указываются решаемые задачи, дается перечень препятствий, подчеркиваются главные правила и распределяются роли между играющими. Этим способом объясняют игру учащимся старшего возраста в тех

случаях, когда игровые действия носят ярко выраженный соревновательный характер, а играющие умеют действовать достаточно самостоятельно. Подобный способ целесообразен также в случаях, когда игра знакома учащимся и полностью объяснять ее не нужно.

Для лучшего усвоения игры рассказ рекомендуется сопровождать показом. Он может быть неполным (некоторые моменты игры разъясняются жестами и отдельными движениями) или полным (воспроизводятся наиболее сложные моменты игры самим руководителем или учащимися).

Если после рассказа участники задают вопросы, надо отвечать на них громко, обращаясь при этом ко всем играющим.

В играх с детьми применяются различные команды и сигналы:

- ✓ краткая команда в повелительной форме «Беги!», «Марш!»;
- ✓ сигналы: хлопок, музыкальный аккорд, удар в бубен, колокольчик, свисток, цветной флажок;
- ✓ команда требующая выдержки: «Раз-два-три!», «Внимание! Марш!», «Приготовиться! Внимание! Марш!».

В обучении играм рекомендуется сочетать различные команды и сигналы, чтобы упражнять детей в точности двигательных ответов на различные требования. Следует заранее определить, какими командами и сигналами следует пользоваться в начале игры, во время игры, для остановки и окончания игры. Выбор команд и сигналов зависит от характера и сложности игры и от возрастных особенностей играющих.

В играх для детей младшего школьного возраста рекомендуется больше пользоваться словами «Беги!», «Марш!», лишь иногда применяя зрительные сигналы. По мере того как дети будут привыкать к командам и их двигательные ответы на команды станут правильными и точными, можно использовать и другие сигналы.

Для более подготовленных учащихся можно применять разнообразные сигналы и команды. В сложных играх с большой быстротой и напряженностью действий, с ярко выраженным соревнованием необходимы и более сильные сигналы (чаще всего свисток). Свисток, «врываясь» в оживленный ход игры, помогает играющим быстро прекратить действия или изменить их в зависимости от установленных заранее условий игры.

## ***Выбор водящих***

Выполнение обязанности водящего оказывает большое воспитательное воздействие на играющих. Поэтому желательно, чтобы в этой роли побывало как можно больше детей. Выбрать водящего можно разными способами.

### ***\* По назначению руководителя***

Руководитель назначает водящего, учитывая его роль в игре. Преимущество этого способа: быстро выбран наиболее подходящий водящий, но при таком способе подавляется инициатива играющих. Руководитель назначает водящего в том случае, когда дети не знакомы друг с другом, мало времени для проведения игры или назначает водящим намеченного участника с воспитательной целью (очень пассивный игрок или, наоборот, слишком активный и необходимо использовать его энергию в награду за хорошее поведение в играх). При назначении водящих руководитель должен кратко объяснить свой выбор, чтобы участники не заподозрили его в пристрастном отношении к отдельным игрокам.

### ***\* Чаще всего используется способ выбора водящего по жребию.***

Жребий может быть произведен путем расчета «считалочки». Для расчета путем применения «считалочки» играющие становятся в круг. Произнося каждое слово «считалки», они указывают по очереди на игроков. Тот, на кого придется последнее слово «считалки», становится водящим или выбывает из круга. В последнем случае считают до тех пор, пока не останется один участник, который и станет водящим. Способ «считалочки» требует сравнительно много времени, им обычно пользуются в играх, проводимых во внеурочное время. В отдельных случаях «считалку» применяют и на уроках, чтобы несколько успокоить детей после сильного возбуждения. «Считалки» с осмысленным текстом содействуют развитию речи детей.

Для определения водящего по жребию можно «тянуться на палке». Участник берет палку снизу, за ним берется рукой второй игрок, затем третий и т.д. Водящим становится тот, кто возьмет палку за конец и удержит ее или покроет палку сверху ладонью. Этот способ применим при 2 – 4 играющих.

Можно при жребии применять метания. Водит тот, кто дальше всех бросит палку, камень, мяч и т.п. Этот способ требует много вре-

мени. Им можно воспользоваться при проведении игр во внеурочное время, на продленном дне.

Существует и много других способов жребия. Ими пользуются главным образом в самостоятельном проведении игр при небольшом количестве участников игры.

Определение водящего по жребию не всегда удачно. Однако дети часто употребляют этот способ в самостоятельных играх, так как он не вызывает у них споров и является своеобразной игрой.

\* Один из наиболее удачных способов выбора водящего – по *выбору играющих*. Этот способ хорош в педагогическом отношении, он позволяет выявить коллективное желание детей, которые обычно выбирают наиболее достойных водящих. Однако в игре с мало организованными детьми этот способ применить трудно, так как водящего часто выбирают не по заслугам, а под нажимом более сильных, настойчивых детей. Руководитель может порекомендовать детям выбрать тех, кто лучше бегает, прыгает, попадает в цель, кто более сильный и ловкий и т.п.

Хорошо установить очередность в выборе водящего, чтобы каждый участник побывал в данной роли. Это содействует воспитанию организаторских навыков и активности.

\* Можно назначить водящего *по результатам предыдущих игр*. Водящим становится игрок, оказавшийся в предыдущей игре наиболее ловким, быстрым, пойман последним и т.п.

Об этом надо сообщить участникам заранее, чтобы они стремились проявлять в игре необходимые качества. Отрицательной стороной этого способа является то, что в роли водящего не смогут быть слабые и менее ловкие дети.

Имеется много способов выбора водящего. Перечисленные способы выбора водящего надо чередовать в зависимости от поставленной задачи, условий занятий, характера игры, количества играющих, их возраста и их настроения.

### ***Распределение на команды производится различными способами***

✓ Играющие распределяются на команды *по усмотрению руководителя* в тех случаях, когда нужно составить команды, равные по силам. Этот способ применяют при проведении сложных подвижных и спортивных игр с учащимися старших классов при условии, что с

контингентом занимающихся хорошо знаком преподаватель. При таком способе составления команд учащиеся активного участия в нем не принимают, но команды образуются, как правило, равные по силам. Можно распределить на команды путем расчета: стоя в шеренге по росту (мальчики на одном фланге, девочки – на другом), учащиеся рассчитываются на первый-второй. Первые номера составляют одну команду, вторые – другую. Таким же способом можно разделить на 3-4 команды. Это наиболее быстрый способ, им чаще всего пользуются на уроках физической культуры. Но при данном способе разделения команды не всегда равны по силам.

✓ Можно разделить играющих на команды путем *фигурной* маршировки (*перестроение в движении*). При применении этого способа в каждом ряду должно быть столько человек, сколько требуется команд для игры. Состав команд при этом способе бывает случайным и часто неравным по силам.

Два эти способа удобны для игр, проводимых на уроках, так как они не требуют много времени и позволяют организованно перейти от одного вида упражнений к другому.

✓ Применяется также способ разделения команд *по сговору*. Дети выбирают капитанов (командиров, маток), самостоятельно делятся на пары (примерно равные по силам). Сговариваются в каждой паре и подходя к капитанам объявляют им свои названия, кто кем будет, после чего капитаны выбирают их по названиям. При таком разделении команды почти всегда равны по силам. Этот способ дети очень любят, так как он сам является своеобразной игрой, но его можно применять только в тех случаях, когда время проведения игры неограниченно (во внеурочное время).

✓ Способ разделения на команды по *назначению (выбору) капитанов*. Применяя его, дети выбирают двух капитанов, которые по очереди набирают игроков к себе в команду. Этот способ довольно быстрый, и команды по силам бывают равны. Отрицательной стороной данного способа является то, что слабых игроков капитаны берут неохотно, что часто приводит к обидам и ссорам среди играющих. Чтобы этого не случилось, рекомендуется не доводить выбор до конца и разделить оставшихся путем расчета. Способ по назначению капитанов следует применять только в играх с учащимися старшего школьного возраста, так как в этом возрасте играющие хорошо знают силы друг друга и умеют правильно оценить их выбор.

✓ Могут быть и постоянные команды, причем не только для спортивных игр, но и для сложных подвижных игр, игр-эстафет, особенно в тех случаях, когда проводится соревнование между классами, школами и сборными командами из школьников между городами. Постоянен состав команд в «Веселых стартах», «Зарнице», «Спортландии» и других играх, когда надо готовить команды к соревнованиям.

### ***Выбор капитанов команд***

В организации командных игр важная роль отводится капитанам или командирам команд, которые отвечают за поведение всей команды в целом и отдельных играющих. Капитаны – непосредственные помощники руководителя. Они организуют и размещают участников, распределяют их по силам и отвечают за дисциплину игроков в процессе игры.

Капитанов выбирают сами играющие или назначает руководитель. Когда играющие сами избирают капитанов, они приучаются оценивать друг друга по достоинству и, выражая доверие своему товарищу, побуждают его к большей ответственности. Если играющие недостаточно организованны или плохо знают друг друга, руководитель сам назначает капитанов. Иногда он назначает капитанами (в воспитательных целях) пассивных игроков или легковозбудимых, несдержанных, способствуя тем самым воспитанию необходимых черт характера.

Капитанов выбирают и назначают обычно тогда, когда составлены команды. Только при разделении на команды путем выбора и путем сговора капитанов выбирают заранее.

В постоянных командах капитаны периодически переизбираются.

### ***Выделение помощников***

Помощники, выбранные руководителем, наблюдают за соблюдением правил, учитывают результаты игры, а также раздают и составляют инвентарь. Помощники – это будущие организаторы игры, поэтому желательно, чтобы в их роли в течение учебного года или лагерного периода побывали все учащиеся.

Количество помощников зависит от сложности правил и организации игры, количества играющих и размеров площадки, помещения. О назначении помощников руководитель объявляет всем играющим.

В зависимости от сложности игры и задач, решаемых в процессе занятий, помощников выделяют до построения играющих или после объявления игры и выбора водящих. Если намечена игра, требующая силы и выносливости (например, «Белые медведи»), руководитель может заранее назначить физически слабых детей на роль помощников. Заблаговременно надо выделить помощников для игр на местности, чтобы совместно с ними подготовиться к предстоящей игре. Для игры с разделением на команды (например, «Перестрелка») помощников можно выделить после объяснения игры, учитывая подготовленность детей. Приучать детей к обязанностям помощников рекомендуется с 1-го класса. Вначале им следует давать простые поручения (например, следить за тем, чтобы играющие не выбегали за границы площадки, не заступали за черту до сигнала, не выбегали раньше окончания речитатива и т. п.), а затем, постепенно усложняя, довести помощников до роли вторых руководителей.

## **2.4. Руководство процессом игры**

### ***Наблюдение за ходом игры и поведением играющих***

Усвоение игры и поведение детей во время игры в значительной степени зависит от правильного руководства ею.

Необходимо начать игру организованно и своевременно. Задержка снижает предигровое состояние участников, уменьшает готовность детей к игре. Задержать начало игры можно лишь в том случае, когда участникам нужно обсудить план действия в командах.

Игра начинается по условному сигналу (команда, свисток, хлопок в ладоши, взмах рукой или флажком). Рекомендуется употреблять различные команды и сигналы, чтобы развивать у детей точность и быстроту двигательной реакции на различные приказания. Руководитель заранее сообщает детям о намеченном сигнале. Сигнал подается только после того, как руководитель убедится в том, что все игроки поняли содержание игры и заняли соответствующие места.

Далее руководитель внимательно следит за ходом игры, за поведением отдельных игроков и направляет их действия.

Надо приучать детей сознательно соблюдать правила игры. Участники узнают правила во время объяснения игры, но часто в процессе игры нужно напоминать им о них и дополнять, если предыдущие правила хорошо усвоены. Руководитель делает поправки и замечания, не останавливая общего хода игры. Но если большинство играющих допускают одинаковую ошибку, он игру останавливает и вносит поправки.

При проведении сложной игры руководитель сначала знакомит детей с основными правилами, а затем по ходу игры постепенно вводит дополнительные правила.

Не следует останавливать игру криком, резкой командой. Надо приучать детей останавливаться по условному сигналу «Внимание!», по свистку.

В процессе игры следует содействовать развитию творческой инициативы играющих. Игрой надо руководить так, чтобы сам процесс ее доставлял детям удовольствие. Это возможно только в том случае, если участники смогут проявить активность, творческую инициативу и самостоятельность.

Чаще всего играющие проявляют свое творчество в тех играх, которые им нравятся. Руководитель должен заинтересовать детей игрой, увлечь их. Для этого надо подбирать игры в соответствии с интересами и возможностями детей, с учетом их желаний и настроения, педагогически правильно и эмоционально руководить ими, а иногда и участвовать в игре, увлекая детей своим поведением. В то же время руководитель не должен, увлекаясь, забывать о своих педагогических функциях. Участвуя в игре, он не только поднимает интерес у играющих, но и показывает им, как можно лучше использовать отдельные приемы, отдельные тактические комбинации.

Если руководитель не участвует в игре, то, наблюдая, он совместно с участниками переживает их удачи и неудачи.

Необходимо добиться сознательной дисциплины, честного выполнения правил и обязанностей, возложенных на игроков. Сознательная дисциплина содействует лучшему усвоению игры, хорошему настроению ее участников. В результате игра становится более увлекательной. Необходимо воспитывать у детей сознательное отношение



к своему поведению в игре, направлять их на товарищеские поступки: «Выручай товарища!», «Помогай отстающему!», «Добивайся цели вместе со своими товарищами!», «Выполни свое задание до конца, иначе проиграет команда!». Особенно много внимания приходится уделять детям, не привыкшим играть в коллективе.

В процессе игры надо учитывать настроение играющих. Если игра не понравилась, надо учесть по какой причине: очень проста или, наоборот, очень сложна. В этих случаях надо менять правила (усложнять или упрощать), в крайнем случае, сокращать длительность игры.

Руководителю необходимо учитывать наиболее опасные моменты в игре (перепрыгивание через сложное препятствие, спрыгивание вниз с высоты, бег около снарядов, стены) и быть готовым к страховке. К этому можно привлекать и детей, не участвующих в игре.

Важно, чтобы игры вызывали положительные эмоции, благотворно влияющие на нервную систему, самочувствие и поведение занимающихся. Надо избегать проявления в играх отрицательных эмоций (обида, озлобление, страх), способствующих воспитанию нежелательных качеств. Необходимо избегать излишнего возбуждения, упорядочивать взаимоотношения участников.

Иногда дисциплина в игре нарушается из-за того, что руководитель непонятно объяснил игру. В данном случае надо сразу же дополнительно разъяснить правила игры.

Дисциплина нарушается также из-за неправильного выбора водящих или разделения на команды. Со слабым водящим играть неинтересно. Дети шумят, дразнят его. При неправильном разделении на команды (одна сильнее другой) участники более слабой команды начинают протестовать во время игры. Еще хуже, когда по недосмотру руководителя в командах неравное количество игроков. Ошибки надо устранять немедленно, как только они обнаружены.

Часто дисциплину нарушают несдержанные игроки. С ними надо вести индивидуальную воспитательную работу: можно поручать им ответственные роли водящего, судьи, а иногда, наоборот, отстранить от игры. В процессе игры важно объединить участников в единый коллектив, имеющий общие интересы.

Нельзя допускать зазнайства победителей и ослабления интереса к игре у побежденных. Взаимодействия играющих должны быть построены на чувстве дружбы и товарищества.

## *Судейство*

Каждая игра требует объективного, беспристрастного судейства. Игра теряет свою педагогическую ценность, если не соблюдать ее правила. Наблюдая за выполнением правил, руководитель с помощью педагогических приемов руководит обучением и воспитанием. Судья следит за правильным выполнением приемов в игре, что способствует улучшению техники игры и в целом повышает интерес к ней.

Объективное и точное судейство имеет особое значение в играх с разделением на команды, где ярко выражено соревнование и каждая команда заинтересована в выигрыше. Судья следит за тем, чтобы команды были равные по количеству, по силам играющих, по половым признакам.

Необъективный судья теряет доверие, авторитет его падает, играющие перестают с ним считаться.

Судья должен найти место, удобное для наблюдения, чтобы видеть всех играющих и не мешать им. В некоторых играх ему приходится передвигаться по площадке и наблюдать за перемещающимися игроками.

Заметив нарушение правил, судья своевременно и отчетливо подает сигнал. Он корректно делает замечания, не вступая в споры с играющими. От судьи зависит правильное подведение итогов игры. Правильное судейство в подвижных играх способствует воспитанию у детей честности, уважения к судье и правилам. Замечания и разъяснения, касающиеся судейства, надо делать по окончании игры.

### *Дозировка нагрузки в процессе игры*

В подвижных играх трудно учесть возможности каждого участника, а также его физическое состояние в данное время. Поэтому не рекомендуются сразу чрезмерные мышечные напряжения, которые требуют задержки дыхания, вызывают быстрое утомление.

Надо обеспечить оптимальные нагрузки. Интенсивные нагрузки следует чередовать с отдыхом.

Приступая к проведению игры, необходимо учитывать характер предшествующей деятельности и настроение детей. Если игра проводится после больших физических или умственных усилий (после кон-

трольной работы в классе или работы в поле), надо предложить игру малоподвижную, исключив приемы, требующие больших напряжений.

Во время занятий следует чередовать интенсивные игры с малоподвижными.

Надо учитывать, что с повышением эмоционального состояния играющих нагрузка в игре возрастает. Играющие, увлеченные игрой, теряют чувство меры, желая превзойти друг друга, не рассчитывают своих возможностей и перенапрягаются. Необходимо приучать детей контролировать и регулировать свои действия в игре.

Часто играющие дети переоценивают свои силы и не чувствуют наступающего утомления. Поэтому руководитель не должен полагаться на их самочувствие. Необходимо помнить о возрастных особенностях занимающихся, их подготовленности и состоянии здоровья. Нагрузку младшим школьникам надо увеличивать постепенно, нежели старшим. Иногда следует прерывать игру, хотя играющие еще не почувствовали потребности в отдыхе.

Нагрузка в игре дозируется уменьшением или увеличением общей подвижности участников. Существуют различные методические приемы для изменения нагрузки. Можно устраивать кратковременные перерывы, используя их для разбора ошибок, подсчета очков, уточнения правил, назначения помощников, сокращать дистанции для перебежек, уменьшать число повторений в игре и т. п. Можно увеличивать подвижность участников игры, дополняя препятствия, увеличивая дистанции перебежек, разделяя играющих на подгруппы для повышения их активности.

Нельзя допускать, чтобы водящие длительное время находились в движении без отдыха. Рекомендуется время от времени менять водящего, даже если ему не удалось «отыграться».

Желательно, чтобы все играющие получали приблизительно одинаковую нагрузку. Поэтому удалять из игры проигравших (если это требуется правилами игры) можно только на очень короткое время. Лучше всего не удалять их из игры, а записывать им штрафные очки.

Надо учитывать данные врачебного контроля и особое внимание обращать на ослабленных детей. Им необходима индивидуальная дозировка: уменьшенные дистанции, облегченные задания, сокращенное время пребывания в игре.

Продолжительность игры, проводимой на открытом воздухе, зависит также от состояния погоды. Во время занятий на воздухе увеличивается физиологическое воздействие движений на организм.

В зимних играх на открытом воздухе занимающиеся должны интенсивно выполнять движения без перерывов. Нельзя давать играющим кратковременные сильные нагрузки с последующим отдыхом, чтобы не вызвать испарину, а затем быстрое охлаждение. Зимние игры на воздухе должны быть кратковременными. Если участники одеты в легкие костюмы, игру надо проводить в хорошем темпе; если же играющие одеты в теплые костюмы, интенсивность должна быть меньше, чтобы не простудить детей.

Нагрузка в игре зависит и от размера площадки игры: чем она больше, тем большую нагрузку получают участники.

Таким образом, дозировка определяется методикой и условиями проведения игры.

### ***Окончание игры***

Продолжительность игры зависит от характера игры, условий занятий и состава занимающихся.

Очень важно заканчивать игру своевременно. Преждевременное окончание игры нежелательно так же, как и затягивание ее.

Продолжительность игры зависит:

- от количества участников (чем меньше их, тем короче игра),
- возраста (дети младшего школьного возраста не могут быть долго в напряжении),
- содержания игры (игры, требующие большого напряжения, должны быть короче),
- от места проведения, темпа, предложенного руководителем, от опытности руководителя (у малоопытного руководителя игры менее продолжительны) и от других причин.

Руководитель должен определить момент окончания игры. Как только появятся первые признаки утомления (рассеянное внимание, нарушение правил, неточность выполнения движений, недостаточное проявление настойчивости в достижении цели, снижение заинтересованности, учащенное дыхание у большинства участников), игру следует заканчивать.

Игру можно прекратить через определенное время, заранее установленное руководителем перед игрой. Учитывая это, участники соответственно распределяют свои силы. За 1 – 3 мин до окончания установленного времени надо предупредить участников.

Перед началом командной игры желательно сообщить участникам, сколько раз ее надо повторить.

Если игра не имеет определенного окончания, руководитель предупреждает о конце, например, так: «Играем до тех пор, пока не сменится водящий», «Играем еще одну-две минуты» и т. п. Окончание игры не должно быть для участников неожиданным. К этому их надо подготовить. Непредвиденный конец игры вызывает отрицательную реакцию у детей.

Длительность игры зависит также от формы занятий. Игра, проводимая на уроке физической культуры, ограничена временем. Если же она проводится во внеурочное время, то может быть длительнее и в большей мере способствовать воспитанию у детей выносливости. Такая игра приучает учащихся к более высоким напряжениям.

Руководитель обязан заканчивать игру, когда дети еще не переутомились, проявляют к ней интерес, когда их действия полноценны, эмоциональны.

### ***Подведение итогов игры***

Определение результатов игры имеет большое воспитательное значение. По окончании игры руководитель должен объявить ее результаты. Для этого он создает спокойную обстановку, если нужно, собирает сведения у помощников и счетчиков очков и громко объявляет результаты. Ни в коем случае нельзя допускать пререканий игроков с судьей. Решение судьи обязательно для всех.

При определении результатов игры надо учитывать не только быстроту, но и качество выполнения того или другого задания, о чем участники должны быть предупреждены заранее. Объявлять результат игры надо лаконично, никому не делая скидок, чтобы приучать детей к правильной оценке их действий и поступков.

## ***Разбор игры***

При объявлении результатов необходимо разобрать игру, указав на ошибки, допущенные участниками в технических приемах и в тактике. Детям младшего школьного возраста при обсуждении сюжетной игры полезно указывать на положительные и отрицательные моменты в развитии сюжета, отметить участников, хорошо исполнявших отдельные роли. Необходимо отмечать учащих, которые соблюдали правила игры и проявляли творческую инициативу.

При разборе лучше усваиваются правила, уточняются детали игры, улаживаются конфликты. Разбор помогает руководителю уяснить, насколько усвоена игра, что игрокам понравилось и над чем надо работать в дальнейшем.

В заключение следует отметить, что сам процесс проведения игры очень сложен: он зависит не только от возрастных особенностей детей, условий работы, но и от подготовленности детей к коллективным играм, от их настроения, от мастерства самого руководителя игры. Проведение игры – педагогический процесс, не всегда поддающийся прогнозированию.

Практический опыт работы с детьми, умение наблюдать и анализировать действия играющих в процессе игры, умение правильно анализировать и оценивать свое поведение как руководителя игры способствуют совершенствованию мастерства руководства играми.

### **2.5. Особенности методики проведения игр-эстафет**

Эстафеты бывают:

1. **Линейные:** когда дети стоят в колоннах и двигаются по одной линии.
2. **Встречные:** когда дети стоят в колоннах, но каждая команда разделена пополам и движение игроков выполняется навстречу друг другу.
3. **Круговые:** когда дети стоят как спицы в колесе в шеренгах и лицом по направлению движения, движение происходит по кругу.

Игры-эстафеты имеют свои положительные и отрицательные стороны.

### *Положительные стороны эстафет*

Высокая эмоциональность и индивидуально-соревновательный момент, чувство команды, сплоченность. Каждый ребенок на виду, его старания, умения и усилия видны всем игрокам.

### *Отрицательные стороны эстафет*

Их больше, но их можно свести к минимуму, например, низкая моторная плотность. Чтобы ее повысить, количество игроков в команде не должно превышать 5-6 человек. Конфликтность между качеством выполнения упражнения и быстротой выполнения. Если у ребенка нет стабильного навыка выполнения какого-то упражнения (которое включено в эстафету), то выполняя его быстро, он будет делать это упражнение, с точки зрения техники выполнения, плохо, некачественно.

Все передвижения должны происходить против часовой стрелки, чтобы игроки во время игры не сталкивались друг с другом. Особенно это важно во встречных эстафетах, где идет передача или ведение мяча. Заканчивают эстафету на своем исходном месте и обычно те игроки, которые ее начинали (это относится и к встречной эстафете). Перед стартовой линией должны стоять игроки ниже ростом, а затем повыше, а в конце колонны должны стоять самые высокие игроки.

Эстафета проводится не менее трех раз. Если общий счет 2:0, то третий раз проводить не обязательно. Желательно, чтобы в каждом повторе было небольшое изменение или добавление какого-то движения. На одном занятии не должно быть двух одинаковых игр-эстафет по структуре движения.

### ***Методика решения педагогической задачи в игре***

Методика решения педагогической задачи в игре следующая:

*во-первых*, руководитель выбирает те направления педагогического воздействия, на которые способен повлиять в данном конкретном случае, *во-вторых*, классифицирует их на главные и сопутствующие, *в-третьих*, проводит игру, уделяя основное внимание этим объектам.

Организуя игры даже в старших классах в спортивных секциях, нельзя решать одновременно две равноценные задачи, одна из них всегда должна уступать. Не исключено, что в другой раз значимость этих задач поменяется.

Чтобы добиться неперемного решения поставленной в игре задачи, необходима определенная этапность педагогических процедур (действий).

*Первый этап решения педагогической задачи включает* рассказ и показ правильной техники выполнения изучаемого элемента, а также обязательное предостережение от характерных ошибок, возможность которых наиболее вероятна на данном отрезке процесса обучения.

*Второй этап решения педагогической задачи* совпадает с процессом непосредственного течения игры. Здесь у руководителя, казалось бы, простая работа – исправлять те ошибки, о которых предупреждал детей на первом этапе. Но это нелегко сделать, поэтому с обучением переплетается судейство, воспитательные акции в виде замечаний по поведению играющих, подсказки по тактике действий и т.д. Тем не менее, не исправлять ошибки нельзя. Пассивность руководителя приводит здесь не только к отсутствию прогресса обучения, к стабилизации старых, но и к рождению новых ошибок, поэтому можно ожидать обратного эффекта.

В эстафетах и в ряде других видов игр имеются естественные перерывы: для смены водящих, между таймами и этапами и т.д. Их необходимо использовать для срочной информации в связи с появившимися ошибками.

*Третий этап проводится по окончании игры,* то есть сразу после объявления победителей и тех, кто лучше (хуже) других проявил себя в игре. Здесь, как и на первом этапе, необходимо провести анализ результатов игрового процесса и анализ допущенных ошибок, они не должны пересекаться и мешать друг другу, тем более что одни играющие могут стать фактическими победителями, а другие – лучшими исполнителями.

Если руководитель решает обучающую задачу, необходимо помнить, что для различных стадий обучения существует определенная специфика.

Ознакомление с изучаемым элементом, как правило, включает подробный рассказ, показ и его апробирование. В этом случае время, затраченное на первый этап решения задачи, нельзя считать потерянным. Без его затрат невозможно составить у детей представление о технике изучаемого элемента, а именно это и составляет цель ознакомления.



Разучивание, которое проводится в основном расчлененным методом, не требует временных затрат, особенно на первом и третьем этапе решения педагогической задачи. Цель разучивания – избавиться от ошибок, сначала более грубых, затем мелких.

Когда видимых ошибок нет, можно приступать к выработке автоматизированного навыка. Здесь цель достигается большим количеством повторений вплоть до достижения динамического стереотипа. Поэтому этапы решения педагогической задачи в этом случае проходят быстрее, а в игровом сюжете создаются условия для повторений.

В этом случае, если педагогическая задача имеет не обучающий, а воспитательный характер или связана с развитием физических (или иных) качеств занимающихся, схема решения педагогической задачи не меняется.

Осознанный подход к организации игры, максимальное использование ее педагогических возможностей путем рациональной методики проведения и предполагает ту полезную отдачу, на которую проводимая игра рассчитана.

## **Раздел 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА УРОКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ**

### **3.1. Задачи игр на уроках физической культуры**

В школе на уроках физической культуры подвижные игры применяются как средство и метод физического воспитания, особенно для учащихся младших классов.

Подвижные игры на уроках физической культуры используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в соответствии с требованиями программы для учащихся различных классов с учетом их физического и умственного развития и естественной жизненной подготовленности.

К *образовательным* задачам относятся: обучение, закрепление и совершенствование навыков в правильной ритмической ходьбе, беге, в прыжках, в сопротивлении, а также навыков, приобретенных на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, спортивными играми, борьбой, лыжами и коньками.

К *воспитательным* задачам относится воспитание физических (быстроты, ловкости, силы, меткости, гибкости, выносливости) и морально-волевых (смелости, честности, коллективизма и др.) качеств.

К *оздоровительным* задачам относится содействие нормальному развитию организма учащихся в соответствии с их возрастными особенностями; укрепление их костно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а в целом – укрепление их здоровья.

Одна из основных задач педагога – научить детей играть самостоятельно.

В играх на уроках физической культуры в отличие от других форм занятий главное внимание надо обращать на образовательную и оздоровительную стороны игры, а также на воспитание физических качеств.

Подбирая игру для уроков, надо учитывать задачу урока, учебный материал, виды движений, входящих в игру, и зависящую от этого физиологическую нагрузку, условия для работы (состав детей, место занятий, инвентарь, место урока в расписании учебного дня, предшествующие и последующие уроки).

Каждая игра требует от участников проявления умений и навыков, которые в процессе игры совершенствуются.

Так, не рекомендуется после игры с бегом, прыжками или сопротивлением проводить упражнения, требующие точности движения, сохранения равновесия, сложной координации.

Если вся основная часть урока посвящена играм, то более подвижные игры чередуются в ней с менее подвижными, причем подбираются игры, различные по характеру движений. Например, одна игра проводится с бегом, другая с прыжками, сопротивлением и т.д. Этим достигается задача равномерного распределения нагрузки в игре.

### **3.2. Место игры в школьном уроке**

Подвижные игры можно включать во все части урока. Их содержание зависит от педагогической задачи урока и состава занимающихся. В подготовительную часть урока рекомендуется включать малоподвижные и несложные игры, способствующие организации внимания учащихся. Так, например, у младших детей хорошо прове-

сти игры с ритмической ходьбой под речитатив, с пением, игры на угадывание, игры на внимание – «Отгадай, чей голосок», «К своим флажкам»; у учащихся среднего возраста – «Класс, смирно!», «Часовые и разведчики»; у старших учащихся – «Падающая палка», «Последний выбывает», «Три, тринадцать, тридцать» и др.

В основной части урока используются подвижные игры с бегом на скорость, с увертыванием, на выносливость, с преодолением препятствий, с различными прыжками, с борьбой, метанием в подвижную и неподвижную цель в сочетании с быстрым передвижением.

В заключительной части урока проводятся игры малой и средней подвижности, которые способствуют активному отдыху после интенсивной нагрузки в основной части урока, игры для организации внимания с несложными правилами («Кто подходил», «Класс, смирно!», «Летучий мяч» и др.).

Методика проведения подвижных игр на уроках специфична в связи с их эмоциональностью, кратковременностью и необходимостью сохранить соответствующую плотность урока.

При рациональном использовании времени и подборе правильной методики проведения игр достигается необходимая плотность урока. Следует добиваться, чтобы все ученики получали примерно одинаковую нагрузку. В связи с этим надо стремиться создавать равные условия для активного участия всех занимающихся.

Большинство подвижных игр при правильном руководстве включают всех или большинство присутствующих в активные действия, что значительно повышает их физиологическую нагрузку на уроке. Поэтому игры проводятся главным образом в основной части урока. Если же в этой части урока школьники занимались на снарядах и им приходилось долго простаивать, ожидая своей очереди, хорошо после упражнений дать подвижную кратковременную игру, но с большой подвижностью, с включением в активную деятельность всех присутствующих. Это восполнит недостаточную нагрузку при выполнении предыдущих упражнений. Примером таких игр могут быть: «День и ночь», «Наступление», «Навстречу сопернику», «Борьба за мяч» и др.

Не рекомендуется в таких случаях проводить игры, в которых приходится дожидаться своей очереди, как, например, эстафеты, несмотря на их большую эмоциональность.

После долгого нахождения в классе, особенно после контрольной работы, можно начать урок с малоподвижной, но эмоциональной игры врассыпную – «Салки с ручным и ножным мячом», «Свечи», «Все в поле», «Русская лапта», «Город за городом» и др.

Начиная с 4-го класса в 1-й и 4-й четвертях основу учебного материала составляют легкоатлетические упражнения, а подвижные игры помогают совершенствовать и закреплять легкоатлетические навыки в беге, прыжках, метании. С этой целью проводятся эстафеты с бегом на скорость, с преодолением препятствий, с прыжками и метанием.

При планировании учебного материала по физической культуре в южных и северных районах России учитываются их национальные и географические условия.

В школах, где имеется возможность проводить занятия на лыжах, рекомендуется с учащимися, начиная с 4-го класса (когда они достаточно овладели основными навыками ходьбы на лыжах) проводить игры на лыжах. Это даст возможность совершенствовать навыки владения лыжами и поднять эмоциональную сторону занятий.

Во 2-й и 3-й четвертях, а также частично в 1-й и 4-й, когда в школах средней полосы страны занятия проводятся в помещении, намечаются игры, не требующие много места. В связи с тем, что в это время основу учебного материала составляют гимнастические упражнения, полезно проводить игры, в которых развиваются и закрепляются игры с навыками равновесия, чувство ритма, ориентировка в пространстве, воспитывается координация движений.

На севере России широко используются зимние игры на воздухе, но при условии хорошей погоды – слабоморозной и безветренной. В южных районах страны в школах около водных бассейнов можно проводить и игры в воде, начиная примерно с 3-4-го класса, когда ребята могут держаться на воде, в достаточной мере владеют навыками плавания.

Таким образом, можно заключить, что состав игр на физкультурных занятиях в школе очень разнообразен и связан с условиями работы. В конце каждой четверти учебного года, когда проводятся контрольные упражнения для учеников 1-го и 2-го классов, могут быть игры, в которых учитываются: быстрота бега, меткость, быстрота двигательной реакции, координация, организованность поведения

и др. К контрольным заданиям готовятся заранее. О требованиях в контрольных упражнениях, входящих в игры, должны знать учащиеся.

При планировании как по четвертям, так и поурочно, надо предусматривать последовательность и повторяемость прохождения игрового материала. В начале учебного года в каждом классе проводятся более легкие по содержанию игры, а к концу их усложняют. Игры распределяются по четвертям в зависимости от их задач и в связи с другими средствами физического воспитания (гимнастика, легкая атлетика, лыжная подготовка). Новые игры в основном разучиваются в конце 1-й, 2-й и 3-й четвертей. В начале 1-й четверти закрепляются и варьируются игры, освоенные в предыдущем учебном году. В 4-й четверти в основном закрепляются и усложняются игры (с новыми вариантами, предложенными как самим руководителем, так и учащимися), пройденные в данном учебном году.

В конце учебного года преподаватель учитывает качество усвоенного материала и делает соответствующие выводы для планирования игр на следующий учебный год.

### **3.3. Организация игр на уроках в 1 – 2-х классах**

На уроках в 1-2-х классах подвижные игры занимают ведущее место. Это объясняется необходимостью удовлетворить большую потребность в движениях, свойственную детям младшего возраста. Дети растут, у них развиваются важнейшие системы и функции организма.

Такие действия, как бег, подлезание, равновесие, ползание, ритмическая ходьба, прыжки, дети лучше усваивают в играх. Они легче воспринимают движения, облеченные в конкретные, понятные им образы.

Двигательный опыт у детей этого возраста очень мал, поэтому, вначале рекомендуется проводить несложные игры сюжетного характера с элементарными правилами и простой структурой.

В 1-м классе начинать надо с игр, в которые они играли в детском саду (хороводные, салки с разными вариантами, сюжетные игры с речитативом, с пением, сюжетные игры-перебежки).

Подвижные игры в начальных классах (1 – 2-й) должны иметь место на каждом уроке. Возможны без игр только контрольные уроки, в которых оценивается выполнение отдельных упражнений. Если эти

упражнения можно включить в игру, то лучше провести их игровым методом. Это даст лучшую плотность занятия, позволит провести его более эмоционально, в силу чего и результаты будут лучше. Важно только правильно организовать занятие, чтобы большинство учащихся действовали одновременно.

Для учета выполнения контрольных упражнений хорошо привлекать и отдельных учащихся в порядке очереди.

В 1 – 2-х классах можно составлять урок только из одних разнообразных игр. В такие уроки включаются 4-5 игр разной подвижности и с разными видами движений с тем, чтобы воздействовать на различные группы мышц учащихся, игр, способствующих воспитанию разнообразных физических и морально-волевых качеств.

Урок, состоящий из игр, требует от участников владения некоторыми игровыми навыками и организованного поведения. В такой урок включается 2-3 игры, знакомые детям, и 1-2 – новые.

Методически правильно проведенный игровой урок имеет большое воспитательное значение, но его образовательная ценность часто бывает недостаточной, так как в играх трудно следить за правильным формированием навыков у каждого участника.

Игровые уроки рекомендуется проводить в конце каждой четверти перед каникулами (в основном в 1-м классе), чтобы установить, насколько учащиеся освоили основные движения, пройденные в четверти, проверить их общую организованность и дисциплину в игре, определить, как они освоили пройденные игры и отдельные навыки поведения в игровом коллективе.

В 1-м классе не рекомендуется проводить с учащимися командные игры, так как часто они вызывают большую ранимость у проигравших детей. Дети этого возраста еще не умеют оценивать свои возможности, каждый считает себя лучшим. Начинать проводить соревнования лучше всего в группах: какая группа учащихся лучше и быстрее выполнит задание, например в игре «К своим флажкам» и др.

С приобретением двигательного опыта и с повышением у детей интереса к коллективной деятельности можно включить в уроки учащихся 2-го класса игры с элементами соревнований в парах в беге, в гонке обручей, в прыжках через скакалку, в катании и метании мячей и др. Так, например, можно провести игру «Эстафета зверей» или «Вызов номеров», в которых по очереди соревнуются только двое названных игроков.

Используя такие короткие состязания, можно подвести к соревнованиям коллективным – команда против команды. В основном такие командные игры занимают место в уроках учащихся 3-х классов.

Для проведения большинства игр в 1 – 2-х классах нужен красочный инвентарь, т.к для этого возраста двигательный рецептор развит слабо, внимание рассеяно. Важно, чтобы инвентарь соответствовал физическим возможностям детей, он должен быть легким, удобным по объему. Мячи весом до 1 кг можно использовать только для перекатывания и передач рядом стоящим, но не для бросков и передач на расстояние. Не рекомендуется для учащихся этого возраста и большой баскетбольный мяч, лучше использовать мяч для мини-баскетбола или маленькие мячи типа теннисных. Для проведения игр в 1 – 2-м классах желательно иметь следующий инвентарь: 20 небольших флажков разного цвета, 40 алых мячей, 4 больших мяча (типа волейбольных), 4 – 8 обручей, 40 коротких скакалок, длинные скакалки, 6 – 10 мешочков с песком или горохом, 6 – 8 бумажных колпаков (цилиндрической формы) и 6 – 8 повязок для глаз.

Объяснять игры младшим школьникам надо кратко, так как они стремятся быстрее воспроизвести в действиях все изложенное руководителем. Часто, недослушав объяснения, дети изъявляют желание исполнить ту или иную роль в игре.

Рассказ об игре в форме сказки воспринимается детьми с большим интересом (особенно в 1-м классе) и способствует воспитанию воображения, творческому исполнению ролей в игре. Таким объяснением игры рекомендуется пользоваться для лучшего ее усвоения, когда дети невнимательны или когда им нужен отдых после полученной физической нагрузки.

Дети 1 – 2-х классов очень активны. Они все хотят быть водящими, не учитывая своих возможностей. Желательно сменять водящего почаще, чтобы удовлетворять потребность детей в активности, воспитывать у них ответственность за порученное задание и формировать элементарные организаторские навыки. Для воспитания «тормозных» функций большое значение имеют подаваемые сигналы в игре.

Учащимся 1 – 2-х классов рекомендуется, в основном, давать словесные сигналы, способствующие развитию второй сигнальной системы, еще очень несовершенной в этом возрасте. Дети любят ре-

читативы как сигналы для действий в игре. Произносимые хором рифмованные слова развивают у детей речь и вместе с тем позволяют им подготовиться к действию на последнем слове речитатива. Такая сигнализация в играх 6 – 8-летних детей значительно эффективнее коротких сигналов свистков. Быстрый сигнал свистка иногда вызывает у детей торможение, и реакция на соответствующее действие по ходу игры замедляется. Сигналом свистка, короткой командой, взмахом руки и тому подобным начинают пользоваться постепенно, для совершенствования у детей быстроты реакции.

Учитывая большую подвижность детей и их ранимость, не рекомендуется выводить детей из игры за ошибки. Если же по содержанию игра требует временного вывода проигравших, то надо определить место для выбывших и удалять их очень ненадолго.

К нарушению поведения в игре, несоблюдению правил руководитель должен относиться терпимо, помня, что нарушения происходят, в основном, из-за неопытности, неумения играть в коллективные игры и недостаточного общего физического развития детей.

Физическую нагрузку необходимо строго регулировать и ограничивать. Общая длительность игры должна быть небольшой. В играх с бегом, прыжками следует устраивать короткие перерывы. Характерным для этого являются игры-перебежки: перебежал, остановился и опять перебежал, например, «Гуси-лебеди», «Два мороза», «Волк во рву».

Препятствия в играх должны быть посильными. Результат игры не надо слишком отдалять, иначе пропадает интерес к игре и дети начинают вести себя неорганизованно. Все это связано с их возрастными особенностями.

Подвижные игры на уроках в 1 – 2-х классах используются для общего физического развития, для воспитания активной сознательности поведения учащихся в коллективе: бегать, не мешая друг другу, действовать быстро по установленному сигналу, быстро включаться в игру, подчиняться указаниям капитана, видеть границы площадки, играть полноценную роль водящего.

Важно воспитать у детей уважение к установленным правилам, умение точно и честно соблюдать их. Эти задачи решаются при многократном повторении игр и подсказывании со стороны руководителя правильного поведения в процессе игры.



### 3.4. Организация игр на уроках в 3 – 4-х классах

Подвижные игры включают почти во все уроки учащихся 3 – 4-х классов. Кроме контрольных. Они проводятся главным образом в основной и заключительной частях урока.

В 3 – 4-х классах (подростки младшего возраста) используют многие игры, пройденные в предшествующем классе. В них включаются более разнообразные движения, вводятся усложненные препятствия. По времени игры более длительны, нежели в 1 – 2-х классах.

Учащиеся уже имеют опыт игры в коллективе и обладают целым рядом игровых навыков. В этот период появляется значительно больше игр командных. Широко привлекаются дети этого возраста к соревнованиям «Веселые старты». Рекомендуются игры с быстрым движением, с бегом на скорость, с прыжками, с подлезанием и перелезанием, с сопротивлением. В связи с ростом физических возможностей – повышением функциональной деятельности, укреплением мышечной системы – можно использовать игры с кратковременными силовыми напряжениями («Бой петухов», «Перетягивание в парах» и др.). Силовые игры лучше начинать с парных перетягиваний, так как это позволит руководителю легко следить за правильностью выполнения приемов сопротивления. Затем можно предложить учащимся игры с коллективным сопротивлением также с кратковременными силовыми напряжениями («Тяни в круг», «Подвижный ринг» и др.).

Для развития быстроты и выносливости используются игры, в которых учащиеся находятся все время в движении («Ловля парами», «Невод»). Проводить подобные игры рекомендуется не более 15 мин, чтобы не переутомлять участников.

В этот период дети (особенно в 4-м классе) начинают интересоваться играми, требующими решения довольно сложных двигательных задач, как например, умение владеть мячом: передачи, ловля, выбивание, метание («Не давай мяча водящему», «Охотники и утки», «Передал – садись»). Дети начинают проявлять большой интерес к спорту, к спортивным играм, поэтому во многие подвижные игры включаются элементы, подготавливающие детей к занятиям различными видами спорта.

В некоторых играх в этот период водящие выполняют свои обязанности с начала до конца игры («Невод» и др.). Для таких игр надо подбирать учеников, наиболее физически подготовленных.

При выборе водящих хорошо пользоваться советами учащихся, которые уже знают силы своих товарищей и умеют быть самокритичными. Руководитель может предложить учащимся выбрать водящего, указав при этом, какими качествами он должен обладать. Используются и другие способы выбора водящего.

При объяснении игры в конце рассказа рекомендуется особое внимание обратить на правила игры, которые и способствуют честной и интересной игре и с которыми играющие в этом периоде могут хорошо справиться.

Образность рассказа в этом возрасте уже неуместна, но сюжетность в некоторых играх еще сохраняется. Дети лучше воспроизводят знакомые понятия, чем подражают образам, а творческая фантазия у них сочетается с пониманием того, что все условно.

В играх детей этого возраста особое место занимают командные игры (особенно в 4-м классе), поэтому необходимо научить учащихся делиться на равносильные команды. В связи с тем, что учащиеся очень эмоциональны и им трудно дожидаться своей очереди в эстафетах, гонках, лучше делить их на небольшие команды по 6-7 человек.

У учащихся 3 – 4-х классов повышается интерес к самим действиям. Их интересует не только окончательный результат, но и качество выполнения того или иного действия. Например, в игре «Часовые и разведчики» дети высоко оценивают находчивость игроков, умеющих интересными действиями отвлечь внимание соперника.

Программные требования обязывают учителя физической культуры строже подходить к двигательным действиям, сходным с движениями, изучаемыми во время занятий гимнастикой, легкой атлетикой и т.д. Неоднократные повторения двигательных действий помогают развивать у учащихся способность экономно, быстро и целесообразно выполнять их в игровой обстановке.

Особое внимание надо обратить на воспитание согласованности действий в командных играх и приучать учащихся действовать, сообщаясь с действиями товарищей, обучать их, уметь разгадывать замыслы соперников.

Необходимо очень серьезно относиться к судейству. Учащиеся в этом возрастном периоде очень строго оценивают объективность судьи. Для воспитания судейских и организаторских навыков хорошо привлекать в качестве помощников судей самих учащихся, и к концу учебного года учащиеся должны научиться судить игру самостоятельно.

Подвижные игры на уроках используются в сочетании с гимнастикой, легкой атлетикой и т.д. В этих классах игровой урок может быть как исключение. Для закрепления и совершенствования гимнастических и легкоатлетических движений в целом игры могут составлять содержание всей основной части урока. В этом случае они должны состоять из разнохарактерных движений, способствующих решению задач урока. Обычно же подвижные игры занимают вторую половину основной части урока, после разучивания отдельных элементов гимнастики или легкой атлетики.

Иногда знакомая игра используется в качестве разминки в подготовительной части урока (после контрольных уроков в классе, на последнем уроке, когда учащиеся утомлены, и внимание их рассеяно, особенно в конце недели).

В отдельных случаях малоподвижные игры проводятся в заключительной части урока («Класс, смирно!», «Запрещенное движение», «Кто подходил?» и др.).

При проведении подвижных игр с учащимися 3 – 4-х классов решаются следующие задачи: закрепление и совершенствование в игровой обстановке гимнастических, легкоатлетических движений; развитие быстроты; совершенствование навыков метания, передач и ловли малого и большого мяча; развития силы в сочетании с ловкостью и быстротой; согласованность действий для достижения цели; воспитание товарищеской взаимопомощи, творческой активности, умения правильно ориентироваться в пространстве и времени. Полезны игры, в которых имеются элементы баскетбола, волейбола, футбола. Рекомендуется широко проводить игры, где оценивается главным образом качество выполнения заданий, а не только скорость. Например, в эстафетах с элементами спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики учитывается не только быстрота, но и качество выполнения задания, что и определяет победу (правильно ли выполнялись передачи мяча,

броски в корзину, ведения мяча, передача эстафеты, прыжки в высоту и длину, акробатические элементы, приемы сопротивления и т.п.).

В этом возрасте учащиеся широко приобщаются к спорту, любят играть в спортивные игры, и поэтому многие подвижные игры приобретают подчиненное значение. Дистанции бега в играх, высота прыжков, трудность разных движений в играх должны быть в пределах контрольных нормативов для учащихся 3 – 4-х классов. В игры необходимо включать упражнения с элементами полосы препятствий с разными заданиями. По заданию преподавателя учащиеся должны уметь самостоятельно подготавливать для игр инвентарь и, если надо, форму для различных команд.

При разделении на команды используются все способы, в том числе и выбор капитанами, но его не следует доводить до конца: оставшихся 6 – 8 человек надо рассчитать на первый – второй или распределить самому преподавателю, чтобы не задевать самолюбие подростков.

Водящих выбирают сами играющие. Надо следить только за тем, чтобы водящие чередовались и эту роль сыграли бы все игроки. На роли водящих, капитанов можно рекомендовать отдельных учеников, но в основном водящих выбирают сами учащиеся.

При проведении подвижных игр используются в основном спортивный инвентарь и оборудование. При хорошей организации игры можно использовать набивные мячи не только для передач, но и для перебрасывания. Причем у девочек и мальчиков вес набивных мячей должен быть разный, соответственно указаниям в программе.

В связи с тем, что процессы возбуждения и торможения у детей этого возраста ещё не установились и часто возбуждение преобладает над торможением, общий эмоциональный тонус в игре очень высок, особенно у мальчиков. Азарт, свойственный подросткам, связан со стремлением быстрее достичь конечной цели. В этих случаях надо переключать их внимание на сам процесс игры, требуя качественного выполнения задания. Чтобы не допускать перевозбуждения, рекомендуется останавливать игры, разъяснять технику и тактику, присекать неправильное поведение играющих соответствующим внушением, штрафом, а в отдельных случаях и удалять нарушителей из игры. Слишком эмоциональным игрокам можно поручить роль помощников руководителя, судьи или руководство самой игрой.

Дети в 3 – 4-м классе очень самолюбивы, поэтому руководителю не следует фиксировать общее внимание на неудачах отдельных игроков. Лучше незаметно для других помочь им исправить недочеты, освоить технику и тактику игры. Особенно болезненно воспринимают критические замечания девочки в присутствии мальчиков. Подростки любят действовать самостоятельно, инициативно. Это стремление к самостоятельности следует использовать в играх: поручать учащимся самостоятельно составить план действий в игре, вариант задания в игре и т.д. Особенно ценны в этом отношении игры на местности, в которых можно широко использовать творческую инициативу подростков. Игра на местности может быть проведена в сельских школах на последнем уроке в расписании дня и особенно интересно провести игру на местности на последнем уроке в четверти, а также в день здоровья.

Чувства меры в играх у подростков еще нет. Они часто переоценивают свои возможности, поэтому важно следить за нагрузкой и распределением сил в игре. Учитывая разницу в физических возможностях мальчиков и девочек, надо давать им разные посильные задания в одной и той же игре. Наиболее просто это сделать в эстафетах, но можно и в других играх увеличивать или уменьшать нагрузку отдельным участникам. Так, например, в игре «Скакуны» следить, чтобы девочки-скакуны были в поле на ловле играющих меньше времени, чем мальчики.

В 3 – 4-х классах (и в более старшем возрасте) особенно рекомендуется проводить соревнования по играм как внутри школы, так и между школами во внеклассное время. На уроках же проводятся намеченные игры для соревнования с целью отбора участников соревнований между классами, а в дальнейшем между школами.

Судейство в подвижных играх подростков должно быть еще более строгим, нежели раньше. К судейству следует широко привлекать учащихся.

Подвижные игры используются главным образом в основной части урока, а иногда и в заключительной.

В уроки, посвященные спортивной гимнастике, легкой атлетике, лыжной подготовке, подвижные игры включаются редко и чаще в заключительной части урока. Иногда они проводятся в конце основной

части для закрепления приобретенных навыков и увеличения нагрузки на организм занимающихся.

Много уроков отводится спортивной гимнастике (особенно во 2-й четверти учебного года). В эти уроки подвижные игры почти не включаются. В отдельных случаях можно провести игру после упражнений на спортивных снарядах, когда занимающимся приходится долго ждать выполнения упражнения на снаряде. В этом случае игра дает возможность увеличить нагрузку. Так, например, хорошо провести игру, способствующую закреплению опорного прыжка или элементов акробатики (эстафета с опорным прыжком, с кувырком и т.д.).

Иногда игра проводится в качестве разминки в подготовительной части урока. Ее цель разогреть занимающихся, сконцентрировать их внимание, подготовить к восприятию содержания основной части урока. Решая намеченные задачи физического воспитания, педагог обязан учитывать состояние занимающихся. Он должен учитывать характер занятия в классе, предшествующего уроку физической культуры.

Чаще всего малоподвижная игра на внимание проводится в заключительной части урока, когда учащихся надо привести в спокойное состояние и собрать их внимание к следующему уроку. Если же урок является последним в расписании дня, то можно закончить его и эмоциональной подвижной игрой. Если урок посвящен изучению той или другой спортивной игры, то подвижные игры, подготавливающие к ней, могут быть использованы во всех частях урока.

Итак, основные задачи в процессе занятий играми с подростками на уроках физической культуры следующие: закрепление и совершенствование в игровой обстановке гимнастических упражнений (кувырков, опорных прыжков, упражнений в лазании, равновесии и др.); упражнений легкой атлетики (низкого и высокого старта, бега на скорость, прыжков в длину и в высоту с разбега и с места, метание малых и больших мячей); навыков владения мячом (для игры в баскетбол, волейбол, футбол); воспитание интереса учащихся к личному совершенствованию в игре; чувства ответственности за свой коллектив, навыков взаимопомощи; умение разумно рисковать в интересах коллектива; воспитание нетерпимости к нарушениям правил, целеустремленности действий; умение распределять внимание.

### 3.5. Организация игр на уроках в 5 – 7, 8 – 11-х классах

Подвижные игры в 5 – 7-х классах в связи с растущей устойчивостью организма по отношению к проявлению физических усилий становятся значительно сложнее игр младших школьников. Количество игр уменьшается, используются они не на всех уроках. Как правило, их организуют в основной части урока, в подготовительной и заключительной – как исключение.

Руководителю надо учитывать, что интересы и физические возможности подросткового возраста иные, чем в младшем возрасте. Так, девочек начинают интересовать игры с элементами танца, способствующие развитию координации движений (в связи с усиленным ростом); у мальчиков начинает интенсивно развиваться мышечная сила, поэтому их привлекают игры с элементами силовой борьбы.

В подростковом периоде иногда следует проводить игры групповым методом: одновременно предложить мальчикам, допустим, силовую игру, девочкам – игру с элементами танца, акробатики. Во многих играх с сопротивлением необходимо разделить мальчиков и девочек на отдельные группы, например в игре «Третий лишний с сопротивлением». Во всех командных играх надо стараться количество мальчиков и девочек уравнивать по числу, так как их силы в быстром беге и прыжках разнятся.

К организации и проведению игр групповым методом необходимо привлекать самих учащихся, чтобы развить у них организаторские навыки.

Необходимо также привлекать не занимающихся на уроке ребят или специально выделенных ребят следить за выполнением двигательных действий, правил играющими в командной или в простой игре.

В старшем подростковом возрасте от учащихся следует особо строго требовать хорошего качества выполнения отдельных двигательных заданий.

С большим интересом подростки относятся к технике движений в игре, любят ее совершенствовать, особенно технику владения мячом, где воспитываются внимание, быстрота ориентировки в действиях; развиваются организаторские навыки в командных играх, навыки судейства в сложных подвижных играх, приближающихся к спортивным. Все эти задачи решаются последовательно в зависимости от

успеваемости подростков и навыков, приобретенных ими на занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, лыжной подготовкой, спортивными играми.

В программе по физической культуре 8 – 11-х классов подвижных игр нет. Однако на уроках можно использовать игры, пройденные в предыдущих классах.

Подвижные игры в 8 – 11-х классах носят ярко выраженный вспомогательный характер. Учащиеся привыкают правильно применять приобретенные навыки в неожиданно складывающейся игровой обстановке.

Учитывая большой интерес учащихся к спортивным играм, которые трудно проводить на уроках физической культуры из-за большого количества занимающихся, можно предлагать всему классу подвижные игры, близкие к спортивным. Важно, чтобы техника и тактика в этих играх были сходны со спортивной. К таким играм можно отнести: «Мяч капитану», «Борьба за мяч» (подготовительные к баскетболу), «Пионербол», «Эстафета с элементами волейбола» (подготовительные к волейболу), «Ножной мяч в кругу», «Сквозь защиту противника» (подготовительные к футболу) и многие другие. Задача подвижных игр в 8 – 11-х классах состоит в том, чтобы закреплять и совершенствовать навыки, приобретенные на занятиях различными видами спорта, приучать учащихся действовать наиболее целесообразно в различных ситуациях игры.

## **КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ**

1. Критерии выбора игры на занятие.
2. Подготовка руководителя к игре.
3. Подготовка играющего коллектива.
4. Способы разделения игроков на команды и их характеристика.
5. Способы выбора водящего и их характеристика.
6. Выбор помощников и капитанов в игре.
7. Требования к рассказу и порядок объяснения игры.
8. Роль и место показа в игре.
9. Реализация основных дидактических принципов при проведении игр.



10. Руководство игрой.
11. Дозировка и судейство игры.
12. Методика педагогических задач в игре.
13. Требования к окончанию игры.
14. Требования к подведению итогов.
15. Особенности методики проведения игр со школьниками 1 – 3-х классов.
16. Особенности методики проведения игр со школьниками 4 – 8-х классов.
17. Особенности методики проведения игр со школьниками 9 – 11-х классов.
18. Характеристика раздела игр в школьной программе.
19. Особенности методики проведения игр-эстафет.
20. Организация соревнований по подвижным играм.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Курс подвижных игр, входящий в учебный план института физической культуры, содержит изложение теории, методики игр и рекомендации по практическому овладению педагогическими навыками в руководстве играми.

Основные задачи курса: выяснить характерные стороны игры, определить место и значение подвижных игр в системе физического воспитания и их связь со спортивными играми, охарактеризовать особенности методики подвижных игр в начальной и средней школах, содействовать практическому усвоению типовых образцов школьных игр и выработке навыков педагогического анализа игр.

Курс подвижных игр сложен по своей методике потому, что в нем сочетается теоретический и практический материал. Методические знания даются в процессе практических занятий. Настоящее методическое пособие имеет целью расширить объем знаний по подвижным играм и помочь самостоятельной углубленной работе учащихся институтов физической культуры.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. *Былеева, Л. В.* Подвижные игры. Практический материал / Л. В. Былеева. – М. : ТВТ Дивизион, 2005. – 278 с. – ISBN 5-98724-010-7.
2. *Былеева, Л. В.* Подвижные игры / Л. В. Былеева. – М. : Физкультура и спорт, 2008. – 288 с. – ISBN 978-5-9746-0075-3.
3. *Жуков, М. Н.* Подвижные игры : учеб. для студентов пед. вузов / М. Н. Жуков. – М. : Академия, 2000. – 160 с. – ISBN 5-7695-0669-5.
4. Подвижные игры : учеб. пособие для студентов вузов и ссузов физ. культуры / И. М. Коротков [и др.]. – М. : СпортАкадемПресс, 2002. – 229 с.
5. Подвижные игры : учеб. пособие для студентов вузов / И. М. Коротков [и др.]. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 112 с. – ISBN 978-5-98724-057-1.
6. *Лихачева, В. С.* Игра в процессе физического воспитания / В. С. Лихачева. – Воронеж : ВГПУ, 2005. – 100 с.
7. *Демчишин, А. А.* Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков / А. А. Демчишин, В. Н. Мухин, Р. С. Мозола. – Киев : Здоровье, 1989. – 165 с. – ISBN 5-311-00285-9.
8. *Петров, В. М.* Летние праздники, игры и забавы для детей / В. М. Петров, Г. Н. Гришина, Л. Д. Короткова. – М. : СФЕРА, 1999. – 128 с. – ISBN 5-89144-048-2.
9. *Кузин, В. В.* 500 игр и эстафет/ В. В. Кузин, С. А. Полиевский, А. Н. Глейберман. – М. : Физкультура и спорт, 2000. – 304 с. – ISBN 5-278-00743-5.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ .....	3
Раздел 1. ИГРА КАК СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ...	4
1.1. Характерные особенности и значение игры .....	4
1.2. Оздоровительное значение подвижных игр .....	9
1.3. Образовательное значение подвижных игр .....	9
Раздел 2. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР .....	9
2.1. Основные задачи руководителя игры .....	10
2.2. Подготовка к проведению игры .....	12
2.3. Организация играющих .....	15
2.4. Руководство процессом игры .....	23
2.5. Особенности методики проведения игр-эстафет .....	30
Раздел 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА УРОКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ .....	33
3.1. Задачи игр на уроках физической культуры .....	33
3.2. Место игры в школьном уроке .....	34
3.3. Организация игр на уроках в 1 – 2-х классах .....	37
3.4. Организация игр на уроках в 3 – 4-х классах .....	41
3.5. Организация игр на уроках в 5 – 7, 8 – 11-х классах .....	47
КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ .....	48
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	49
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК .....	50

ОСНОВЫ МЕТОДИКИ ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА ЗАНЯТИЯХ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Учебно-методическая разработка

Составитель

КАЛИНЦЕВА Ирина Геннадьевна

Подписано в печать 28.02.14.

Формат 60×84/16. Усл. печ. л. 3,02. Тираж 50 экз.

Заказ

Издательство

Владимирского государственного университета  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых.  
600000, Владимир, ул. Горького, 87.