

2.4.6. Игровые технологии на уроке физической культуры.

1 блок. Подвижные игры.

Проблема оптимизации психического состояния школьников вызывает озабоченность педагогов по той причине, что отсутствуют обоснованные средства и методы её решения в образовательном учреждении. Умение управлять психическим состоянием школьников позволит устранить многие противоречия в системе «ученик – учитель».

Большинство педагогов (95.3% называют положительным влияние спортивной (двигательной) деятельности на психические процессы школьников, особо отмечая значение игровой деятельности на уроках ФК и в частности – подвижных игр, учитывая их относительную доступность и многообразие в целях снижения отрицательных психических образований школьников.

Подвижные игры являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности ребёнка, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования двигательных умений.

В старшем дошкольном и младшем школьном возрасте игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Решение названных задач зависит от уровня организационно-методической грамотности педагога в проведении игр.

Многогранное влияние подвижных игр на развитие школьника позволяет рассматривать их значение с позиций развития физических качеств относительно регулирования психического состояния ребёнка.

Наиболее эффективными и действенными для регулирования психических состояний являются подвижные игры на гибкость, ловкость, выносливость, скоростно – силовые способности и собственно силовые. Особенно характерна такая ситуация для девочек 6-11 лет, что обусловлено гетерохронностью психофизиологического развития.

Подвижные игры на гибкость способствуют снижению внешнего психического напряжения (экстрапунитивности), тревожности ребёнка, способствуют формированию личностных свойств. Примеры игр: «Передача мяча», «Мостик и кошка», «Палка за спину».

Подвижные игры на ловкость также позитивно влияют на снижение психической напряжённости школьников в течение учебной деятельности. Это проявляется в снижении экстрапунитивности и агрессивности, повышении миролюбия, формировании толерантности.

Примеры игр: «Попади в мяч», «Мяч ловцу», «Салки». Меньше, но так же положительно, подобные игры влияют на снижение внутреннего психического напряжения (интрапунитивности).

Младший школьный возраст следует определить как чувствительный для развития гибкости и ловкости.

Подвижные игры на быстроту не способствуют формированию личностных свойств и снижению психической напряжённости.

Игры указанной направленности, напротив, способствуют снижению самооценки, миролюбия у детей. Примеры игр: «Шишки, жёлуди, орехи», «День и ночь», «Наступление». Включение подобных игр в деятельность детей необходимо дополнительно объяснять и точно определять их место в структуре занятия или в режиме дня.

Изменение психических свойств в условиях подвижных играх

Направленность и тип реакций (в % определении)	Ловкость	Гибкость	Сила	Быстрота	Выносливость
Экстрапунитивность	2,48	3,39	2,79	0,89	2,72
Интрапунитивность	0,50	0,31	1,56	1,41	1,99
Импунитивность	2,26	2,89	1,87	0,13	3,87
<i>Тревожность</i>	0,45	3,14	2,36	0,19	2,42
<i>Агрессивность</i>	3,53	1,45	1,72	1,05	2,26
Склонность к лидерству	0,17	1,19	1,14	0,23	0,39
Аутоагрессия	0,55	0,55	1,33	0,86	1,19
Самооценка	0,43	0,35	1,29	2,28	2,33
Фиксация на препятствии	1,24	0,22	0,12	1,23	0,98
Фиксация на разрешении ситуации	0,19	0,19	3,52	0,28	2,26

*

Экстрапунитивность – проявление внешнего проявления психической напряжённости, выражающаяся через некоторые формы тревожности или агрессии.

Интрапунитивность – внутренняя напряжённость ребёнка, выражающаяся в виде замедления темпа движения, сбоя в технике двигательных действий, в мимическом выражении лица, отсутствии общей координации движений.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование кондиционных и координационных способностей - способность к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и конкретное проявление отдельных физических качеств.

Примерное ранжирование подвижных игр.

сила	быстрота	выносливость	ловкость	гибкость
Подпрыгни	Догони... Пробежки	Из кружка в	Наседка и	Рыбаки и сеть.

выше.	наперегонки. Птицы и лиса.	кружок.	цыплята.	Подлезь под... Передай... Возьми... Не задень...
Кто дальше прыгнет. Кролики. Кто дальше бросит. Допрыгни до ... Куры в огороде. Прыгни через...	Шире шаг. Лиса в курятнике. Куричка-хохлаточка. Воробышки и кот (и аналогичные). Спящая лиса. Зайцы и волк. Самолёты.	Лошадки. На одной ножке вдоль дорожки. Конники. Такси.	Проползи по... Доползи до... Поймай мяч. Обезьянки.	

В старшем дошкольном и младшем школьном возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), основы элементарных игровых умений и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнёром, командой и соперником), необходимые в игровой деятельности.

Дети должны познакомиться со многими играми, что способствует формированию интереса к игровой деятельности, умению самостоятельно подбирать и проводить игры со сверстниками в свободное время.

Таким образом, игры должны быть сгруппированы по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения - это обязательное условие грамотного включения подвижных игр в воспитательно – образовательный процесс.

В содержании подвижных игр следует выделять группу русских народных подвижных игр.

Народные подвижные игры следует особо выделить в классификационной характеристике игр по уровню их предназначения в двигательной деятельности

Народные игры – исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народам и регионам. Русские народные игры многообразны: детские игры, хороводные игры для взрослых с песнями, прибаутками, плясками. Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявлялись лучшие качества: доброта, взаимовыручка, самопожертвование ради других.

Характерная особенность русских народных игр – двигательные действия в содержании игры, которые мотивированы сюжетом игры. В играх достаточно легко варьируются правила в зависимости от условий, в которых проводится игра (количество игроков, длина и ширина площадки, условия и действия водящего и др.)

Русские народные игры следует рассматривать как сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели,

установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурно – спортивном аспекте деятельности.

Применение русских народных игр в учебном процессе требует их специального отбора для решения разных педагогических задач. Для этого определена специальная классификация игр - **по видовому отражению национальной культуры.**

Основная функция данного классификационного компонента – воспитание национального самосознания. Игры привлекательны и доступны, соответствуют психологическим особенностям детей: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребёнка как личности.

Игры подразделяются на четыре подгруппы.

1. Игры, отражающие отношение человека к природе.

Русский народ всегда трепетно относился к природе, берёт её, прославлял. Игры воспитывают доброе отношение к окружающему миру.

Примеры игр. «Гуси – лебеди», «Волк во рву», «Вороны и воробьи», «Волк и овцы», «Зайцы в огороде», «Змейка», «Пчёлки и ласточки», «Кошки – мышки», «У медведя во бору», «Коршун и наседка», «Стадо», «Хромая лиса», «Филин и пташки», «Лягушата», «Медведь и медовый пряник», «Зайки и ежи», «Ящерица», «Хромой цыплёнок», «Оса». Все названные игры могут иметь многочисленные варианты.

2. Игры, знакомящие с историческим наследием русского народа – «Быт русского народа», где обучающиеся узнают о повседневных занятиях наших предков. Примеры игр. «Дедушка – рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», «Каравай», «Невод», «Охотники и утки», «Ловись, рыбка», «Птицелов», «Рыбаки», «Удочка», «Продаём горшки», «Защита укрепления», «Захват флага», «Шишки, жёлуди, орехи».

3. Игры, знакомящие с играми сверстников прошлых столетий.

Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию. Некоторые игры перешли в категорию спортивных.

Примеры игр. «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок – бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Кто дальше», «Ловишка», «Лапта», «Котлы», «Ляпка», «Считалки», «Третий - лишний», «Чижик», «Чехарда», «Отгадай, чей голосок», «Верёвочка под ногами», «Игровая», «Платочек – летуночек», «Кашевары».

4. Игры, в которых проявляется возможность помериться силой и ловкостью, в которых отражается стремление быть сильнее, победить всех, в которых отражается суть русских богатырей.

Примеры игр. «Тяни в круг», «Бой петухов», «Перетяни за черту», «Достань камешек», «Борящаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг», «Защита укреплений», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бои на дорожке».

Все названные игры в каждой из подгрупп могут иметь многочисленные варианты.

Таким образом, выделенный классификационный компонент подвижных игр направлен на духовное совершенствование личности ребёнка, расширение его историко – культурного кругозора, повышение уровня национального самосознания.

Данная категория игр так же эффективна для формирования двигательной активности школьников на уроках ФК.

Педагогу ФК необходимо разработать информационную составляющую для применения русских народных игр на уроках физической культуры.

2 блок. Игры - эстафеты.(обоснование + содержание

3 блок. Элементы спортивных игр и «школа мяча».