

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Елена Алексеевна Мазина

Учитель физической культуры общеобразовательной
школы № 20 г. Чирчик, Республика Узбекистан.

Аннотация.

В данной статье рассмотрены вопросы места, значения и роли подвижных игр в физическом воспитании школьников, а также использования на уроках физической культуры подвижных игр с нестандартными заданиями. Проведено исследование интереса школьников к урокам физической культуры.

Ключевые слова:

подвижные игры, физическое воспитание, школьники, младших классов, урок физической культуры.

Подвижные игры имеют достаточное преимущество перед другими средствами физической культуры и стоят на высшей ступени интересов детей, поэтому использование на уроке преимущественно игровых средств будет способствовать оптимальному решению задач физического воспитания

Целью исследования

является разработка и обоснование методики проведения уроков физической культуры в младших классах с использованием подвижных игр. Внедрение в учебный процесс методики проведения уроков физической культуры в начальных классах, основанной на применении подвижных игр, позволит повысить интерес к урокам физической культуры и уровень развития двигательных способностей учащихся.

Для достижения поставленной цели решались следующие задачи:

1. Определить место, значение и роль подвижных игр в физическом воспитании школьников.
2. Выявить особенности развития интереса школьников 1-х и 4-х классов к урокам физической культуры.

В контексте решения первой задачи на основе анализа и обобщения научно-методической литературы мы выявили, что подвижные игры являются одним из наиболее эффективных и адекватных возрасту и интересам детей 8-10 лет средств физической культуры. Подвижные игры решают образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи, способствуют увеличению рациональной двигательной активности, повышают уровень физической подготовленности. Особенности игровой деятельности: сюжет, роль, правила, определяющие двигательные действия, на основе процессов имитирования и импровизации, способствуют формированию системных знаний об основах двигательной деятельности.

Педагогический эксперимент проводился на базе СОШ № 20 г. Чирчик, в нем приняли участие школьники первых и четвертых классов. Экспериментальная группа первоклассников состояла из 23 человек, четвероклассников из 25 человек. В контрольной группе в первом классе насчитывалось – 20 человек, в четвертом – 26 человек. В контрольных группах на уроках физической культуры проводились подвижные игры, составляющие программный материал для школьников 1–4-х классов.

Экспериментальные группы занимались по аналогичной программе с применением методики проведения уроков физической культуры на основе использования подвижных игр различной интенсивности в новых нестандартных условиях проведения.

В соответствии со второй задачей мы провели анкетирование учащихся 1-х и 4-х классов. Анализ интереса младших школьников к урокам физической культуры выявил, что:

- интерес к физической культуре учащихся 1-х и 4-х классов отличается. 50 % мальчиков 1-х классов положительно относится к физической культуре, 25 % безразличны и 25 % отрицательно относятся к физической культуре, среди девочек процент тех, кто отрицательно относится к занятиям выше и составляет 37 % опрошенных.
- 55% испытуемых 4-х классов имеют положительное отношение к урокам физической культуры, среди девочек процент заинтересованных немного ниже (41%).

На уроках физической культуры проводились игры и игровые упражнения в различном объеме от общего времени урока:

- специальные игровые уроки, на которых все время отводится подвижным играм и игровым упражнениям;
- уроки закрепления и совершенствования учебного материала, уроки совершенствования двигательной подготовленности учащихся (до 80% времени урока);
- уроки обучения, где игры составляют всю вводную и заключительную части, до 1/2 основной части (60 % времени урока). Такие уроки чередовались между собой.

При отведении всего времени урока на игровые упражнения подбор двигательных действий осуществлялся по общепринятой схеме: подготовительная, основная и заключительная: в подготовительной части – 20 % от общего времени урока, применялись игры с целью организации учащихся, общей и специальной разминки; в основной части – до 50 % времени урока, где игры использовались с целью развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков; в заключительной части – около 10 % времени урока. При проведении подвижных игр учитывалась их интенсивность и направленность, по которой они были классифицированы на 5 групп: игры низкой интенсивности (до 145 уд/мин), игры средней интенсивности (146–170 уд/мин), игры большой интенсивности (171–185 уд/мин), игры высокой интенсивности (более 186 уд/мин), игры скоростно-силовой направленности (до 145 уд/мин). Недостоверные отличия в показателях развития двигательных способностей испытуемых ЭГ от КГ выявлены в развитии силовых способностей у школьников 1-го класса, и в уровне развития гибкости у испытуемых 4-го класса.

Список литературы

1. Усманходжаев Т.С. и др. Миллий ва харакатли уйинлар Т. “Iqtisod moliv” 2015
2. Никоноров В.Т., Никоноров Д.В. Обучение подвижным играм детей дошкольного возраста: учеб. пособие. Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2014. 181 с.