

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

«ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**Институт
физической культуры и спорта**

**Кафедра
Теоретические основы физической
культуры и спорта**

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Профиль

Физкультурное образование

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА
на тему**

**РЕШЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ЗАДАЧ В ФИЗИЧЕСКОМ
ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С
ПОМОЩЬЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

Студент _____ **Артем Юрьевич Жидков**
подпись, дата

Руководитель _____ **Тома Ж.В.**
подпись, дата

Нормоконтролёр _____ **Опарина О.Н.**
подпись, дата

Работа допущена к защите

Протокол заседания кафедры от «_____» _____ 2018 г № _____

Заведующий кафедрой _____ **Тома Ж.В.**
подпись

Работа защищена с отметкой _____

Протокол заседания ГЭК от «_____» _____ 2018 г № _____

Секретарь ГЭК _____ **Кочеткова Е.Ф.**
подпись

Пенза 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ИССЛЕДУЕМОЙ ПРОБЛЕМЕ.....	6
1.1 Возрастные особенности детей младшего школьного возраста	6
1.2 Задачи физического воспитания обучающихся в младших класса общеобразовательной школы.....	11
1.3 Подвижные игры в программе по физическому воспитанию общеобразовательной школы	18
ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ С ПОМОЩЬЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР	22
2.1 Педагогическая направленность проведения подвижных игр младших школьников	22
2.2 Методические основы организации проведения подвижных игр с младшими школьниками	26
2.3 Регламент проведения подвижных игр.....	31
2.4 Средства и методические подходы проведения подвижных игр	33
2.5 Методика решения педагогической задачи в игре	44
ВЫВОДЫ	48
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	49
ПРИЛОЖЕНИЕ	52

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего воспитания. Игра - очень эмоциональная деятельность, поэтому она представляет большую ценность в воспитательной работе. Среди широкого разнообразия игр в формировании разносторонне развитой личности ребенка подвижным играм отводится важнейшее место [1,6,9,13,20,29].

Значение подвижных игр велико: они являются одновременно и средством и методом воспитания ребенка. Подвижная игра как средство и как метод характеризуется разнообразием воздействия на ребенка за счет физических упражнений, включаемых в игру в виде двигательных заданий.

В подвижных играх развиваются и совершенствуются разнообразные движения в соответствии со всеми их характеристиками, направляются особенности поведения детей и проявления необходимых физических и нравственных качеств [3,6,22].

В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач.

Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности [1,2,4,13,19,20,30].

Большое значение имеют подвижные игры для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям.

Подвижная игра носит коллективный характер. Мнение сверстников, как известно, оказывает большое влияние на поведение каждого игрока.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также может активизировать действия игроков, вызывать проявление решительности, мужества и упорства для достижения цели.

Игра оказывает большое воздействие на формирование личности: это такая сознательная деятельность, в которой проявляется и развивается умение анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы [22,27].

Быстрая смена обстановки в процессе игры приучает ребенка целесообразно использовать известные ему движения в соответствии с той или иной ситуацией, обеспечивая их совершенствование. Физические качества - быстрота реакции, ловкость, глазомер, равновесие, навыки пространственной ориентировки и др. проявляются естественно. Все это положительно сказывается на совершенствовании двигательных навыков [21,24,28].

Таким образом, подвижные игры, создавая атмосферу радости, делают наиболее эффективным комплексное решение оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Активные движения, обусловленные содержанием игры, вызывают у детей положительные эмоции и усиливают все физиологические процессы.

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны - получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это способствует воспитанию личности в целом. Поэтому мы считаем, что наша тема актуальна.

Цель работы: определить и описать основные направления использования подвижных игр в решении образовательных задач младших школьников.

Объект - образовательный процесс по физическому воспитанию.

Предмет - использование подвижных игр в образовательном процессе детей младшего школьного возраста.

Гипотеза: мы предполагаем, что использование подвижных игр позволит решить образовательные задачи школьников младшего возраста на занятиях физической культуры.

В соответствии с поставленной целью и решались **задачи** данной работы:

1. Изучить анатомо-физиологические особенности развития детей младшего школьного возраста.
2. Рассмотреть и описать организацию и методику проведения подвижных игр в младшем школьном возрасте.

Методы исследования:

При проведении исследования мы руководствовались современными принципами и требованиями, предъявляемыми к методам исследования, которые подбирались в соответствии с целью и задачами исследования.

В работе использовались следующие методы:

- Анализ и обобщение научно-методической литературы. На всех этапах работы проводился теоретический анализ научно-методической литературы. Он заключался в изучении отечественной научно-методической и специальной литературы по теме бакалаврского исследования, что необходимо для разработки методологического аппарата работы. На основе анализа формулировалась актуальность и цель работы, проводилась постановка задач, подбор методов исследования по выбранной теме.
- Педагогическое наблюдение. Педагогическое наблюдение проводилось мной в ходе прохождения педагогической практики по получению первичных профессиональных навыков и умений в школе, он представляет собой планомерный анализ и оценку проведения учебных занятий без вмешательства исследователя в ходе этого процесса.
- Беседа использовалась для получения данных по изучаемой проблеме с учителями физической культуры общеобразовательных школ города Пензы, имеющих большой опыт практической работы, более 10 лет, с детьми данного возраста. Анализ данных бесед использовался при написании выпускной квалификационной работы.

ГЛАВА I. АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ИССЛЕДУЕМОЙ ПРОБЛЕМЕ

1.1 Возрастные особенности детей младшего школьного возраста

Этот возраст (учащихся 1-4-х классов) можно условно разделить на 6-7 и 8-9-летних детей. Первая группа составляет 1-е классы и в некоторой мере отличается от тех, кто продолжает учиться во 2 - 3 классах.

Дети 6 - 7-летнего возраста владеют всеми видами естественных движений (ходьбой, бегом, прыжками, метаниями), в игре эти движения совершенствуются, так как еще слабо выражены координационные способности. Это в определенной мере относится к 8-9-летним мальчикам и девочкам [1,4,17].

В шестилетнем возрасте у большинства детей, по сравнению с их предшественниками, происходит заметная морфологическая и функциональная перестройка организма. К этому возрасту ребенок заметно вырастает, увеличивается масса его тела, более координированными становятся движения. К 6 годам происходит реструктуризация в организации функциональных структур мозга, которые определяют важные психофизиологические функции, такие как восприятие и мышление, что позволяет им начать систематическое образование в школе. Стабильное соотношение происходит от процессов возбуждения и торможения, значительное сопротивление характеризуется произвольным вниманием. Не сидят дети из семи лет, эти функции стабилизируются еще больше. ФНС знак для применения в игре сигнала и его восприятие детей sitting (анализ и обработка) эмоциональное значение сигнала. Поэтому у детей этого возраста они любят и быстро реагируют на голосовые сигналы не в играх (например, в игре "два мороза", "кошка идет", "мы Веселые ребята", "астронавты" и т.д.). Фнс резкий звуковой сигнал со свистом часто вызывает FN торможения не сидят дети 6-7 лет не место быстрой

реакции. Эмоциональное восприятие также должно учитываться не при выборе контента игр [16].

Он должен быть близким, понятным, связанным с правильным представлением природы, повседневной жизни и т. д.

Система kretsløpssystem слабо развита: допустимая частота сердечных сокращений (90-100 Ud / min) в минуту, а после активности historie og fullstendig часто достигает 200 Ud / min. занятия по гимнастике, а не særlig, уже к началу первого года обучения уменьшают в FN-Nivå normalt эту разницу не показателями hjerte. Это indikasjon, что дети сидт 1-го класса школы сравнительно быстро адаптируются в играх и образовательных классах historie og fullstendig не в целом [12,28].

Мускулатура не сидт детей в возрасте от 6 до 7 лет по-прежнему слабая, развитая, spesielt hos kvinner med мышцы спины и брюшной пресса, увеличивает темпы роста нижних и верхних конечностей, изменяет generell конфигурацию overkropp, spesielt hos kvinner med грудной клетки. Не сидят дети шести år, потребление кислорода значительно увеличивается во время движений, и в будущем уровни аэробной способности увеличиваются до 10-12 år, что не сильно зависит от мобильности ребенка. Деятельность не детей сидт 6-7 ор проявляется в необходимости движений, в Играх, их Моторен в основном адаптируется к динамическим нагрузкам. Статические заряды, небольшие дет-бетыр, spesielt hos kvinner med на всех шести ОКР (сидеть в классе), переносятся с трудностями kjende. Поэтому нужно проводить с детьми чаще всего в играх не изменения, не группы расширенного дня, не занятия по гимнастике, а не класс (не середина урока) делать гимнастические паузы. Spesielt hos kvinner med хорошо, если эти гимнастические перерывы будут проводиться не в форме матча (например, "делайте как я", "Запрещенное движение", "гномы и гиганты" и т. д.), которые не требуют много места в

движении, но эмоциональны по содержанию. Такие игры sønn хороший отдых для детей ситт [12,30].

Ситт-дети 1-2 классов очень устали от длительных однородных движений, которые имеют сродство ег уменьшается и делает их менее активными.

Не имея в виду эту особенность детей sitting eget школьного возраста, они må проводить мобильные игры не те, что цель не должна быть слишком сложной и для достижения, что не требует много времени.

Сила опорного аппарата также невелика, возможность его повреждения увеличена, свахет Эллер мускулатуры, расширяемость связок увеличивают возможность нарушения осанки. Шесть орлов могут дать игры сопротивления, так как система muskuløs недостаточно развита. Силовые игры рекомендуются для детей ситт ikke перед не третий класс, это nemlig, студенты от 8 до 9 år; а силовые движения могут быть кратковременными с перерывом в алилоке ("перетаскивание не останавливается", "бросание в круг" и т. Однако следует отметить, что после короткого сильного массажа организм быстро восстанавливается. Это связано с тем, что при мощном массовизии не старшеклассники наивно накапливают в крови молочную кислоту (как и не старше), это связано с особенностями углеводного обмена в этом возрасте. Благодаря этому энергетические ресурсы младших учеников, потраченные во время работы, восстанавливаются довольно быстро. Необходимо чередовать игры с большой подвижностью с сидячими играми и с влиянием не разных групп мышц. Все перечисленные изменения физиологопсихологических функций связаны в детях ситт 6 9 лет времени условно. Показатели развития детей sitt sønn различны. Девочки опережают мальчиков почти на год. Для студентов необходим подход enkelte. В то же время необходимо не учитывать, что развитие опорно-двигательного аппарата, сочлененного аппарата и скелетной мускулатуры детей начальной школы ikke не завершено [12,14,28].

В течение этого периода, дети *sitt sønn* очень чувствительны к деформации фактора, *spesielt hos kvinner med* позвоночника *vertebralis*. Наивно желательно не детям в возрасте от 6 до 7 лет выполнять повороты или отжимания головы, так как это может привести к серьезному повреждению шейных позвонков. Для них не рекомендуются игры с пусковыми установками и игры, требующие силового напряжения позвоночника *vertebralis*.

Уход *sitt's* детей в этом возрасте не является достаточно устойчивым. Ребенок часто отвлекается, обращая внимание на то, что не этот момент кажется более интересным. Не в этом смысле Мобильные игры требуют длительного внимания. В противном случае дети перестанут соблюдать правила, ход игры будет нарушен и у них будет утраченный интерес к игре. Воля и торможение функции не *sitt sønn* слабых детей.

Им трудно внимательно и долго слушать объяснение игры и слушать объяснения до конца, часто они предлагают свои услуги в FN-роли или другой в игре. Не в этом смысле применяется небольшая, Краткая история, используются простые игры с небольшим (2-3) количеством правил. Мышление не маленькие дети *sitt, spesielt hos kvinner med* у студентов 1-го класса, в основном образное, существительное, но на второй год обучения он начинает уступать место в концепциях мышления о когнитивных играх и явлениях окружающей реальности. Старшеклассники имеют возможность сопоставить класс и сравнить то, что наблюдается. Нюу проявления возможности более сознательного действия в игре. Нюу критическое отношение и действия к действиям своих сверстников. Способность мыслить, критически отвлекать сознательно контролировать движения с *ordfører* количество позволяет игры усваивать комплексы с правилами. Не первый не дети *sitt* эгет второй класс, место занимает история, что игры способствуют в детях *sitt*, творческое воображение, Воображение и творчество. ФНС примером сюжетных игр может быть: "совок", "Гуси-лебеди", "два мороза", "Волк на Земле", а также игры с современными темами: "не война", "не астронавты" и другие, которые

проводятся в основном во время школьного экстра-времени. Характерные для детей sitting средней школы и игры с элементами тайны, удивление ("угадайте, кто голос?", "Жулики"), игры с ("жулики", "часы"). Дети сидят класс 1-2 скрывают и догадываются, что у них все еще есть место для игр с пением, с чтением, а не в основном дошкольного возраста с музыкой детей сидят егет в основном. Учат у детей сыту согласованным действиям, в ФН-определенному ритму исполнения движений. В основном, эти игры проводятся детьми ситт во время экстра времени (вместо этого, в расширенный день). Дети 3-х классов обычно не интересуются этими играми. Не этот период, у детей ситт тоже любят игры для чтения, не те, которые хор произносит слова, фразы, стихи, такие как "два мороза", "пингвины", "кто идет", ОСВ. игры пения и декламации способствуют развитию речи, которая по-прежнему нуждается в обучении, а также обучении ритму и музыке [11]. Это способствует интернациональному воспитанию, знакомит детей с других народов бывшего обычаями и интересами детей Советского Союза. Подвижные игры место среди детей младшего школьного должны занимать большое возраста, то есть это соответствует их возрастным особенностям, задачам физического и нравственного воспитания.

1.2 Задачи физического воспитания обучающихся в младших классах общеобразовательной школы

Задачи физического воспитания младших школьников такие:

- 1) укреплять здоровье и содействовать правильному физическому развитию;
- 2) формировать двигательные умения и навыки;
- 3) вооружать учеников знаниями по физической культуре, гигиене, о правилах закаливания;
- 4) развивать двигательные (физические) качества;
- 5) формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься ей;
- 6) воспитывать позитивные морально-волевые качества.

Успешное решение задач физического воспитания младших школьников возможно лишь в том случае, если оно становится органической частью всего учебно-воспитательного процесса школы, предметом общего беспокойства педагогического коллектива, родителей, общественности, когда каждый работник образования, выполняющий свои обязанности в соответствии с "Положением о физическом воспитании учащихся в общеобразовательной школе" [3,22,27,30].

Укрепление здоровья и физического развития учащихся является важнейшей задачей для школы. Физическое состояние ребенка, его здоровье являются основой всех его сил и способностей, в том числе умственных.

Правильное физическое воспитание студентов является необходимым условием для нормального развития всего организма. Двигательная активность обеспечивает развитие сердечно-сосудистой системы и органов дыхания, улучшает обмен веществ, повышает общий тонус жизни. Известно, что когда дети мало двигаются, они отстают в развитии от своих соседей, которые имеют правильный режим движения.

Выдающийся педагог В. О. Сухомлинский придавал большое значение деятельности в школе, а учителя призваны улучшать здоровье школьников, особенно младших школьников. Он считал, что забота о здоровье детей является важнейшей задачей учителя [26].

Цель укрепления здоровья ребенка-вылечить организм ребенка. Для этого физкультуру необходимо проводить как можно больше воздуха и пропускать внутрь, чтобы соответствовать гигиеническим требованиям.

Важным показателем нормального физического развития ребенка является правильная позиция, которая предопределяет нормальное положение и функционирование внутренних органов. Правильное формирование отношения зависит от многих факторов, а именно от того, как студент проводит экскурсии, находит, сидит, выполняет утренние упражнения, Физические упражнения на занятиях, игры и меняет упражнения. Упражнение является основным инструментом для формирования правильной осанки.

Двигательная активность ребенка в процессе физического воспитания является необходимым условием нормального развития его центральной нервной системы, средством повышения анализатора и развития их взаимодействия. Неудивительно, что мышцы подняли мозг, нервную систему. Существует тесная связь между двигательной активностью детей и психическим развитием.

Реализации целенаправленных двигательных действий занимает важное место в жизни маленького ребенка школьного возраста, и является эффективным фактором развития их эмоциональной сферы-по желанию, источник положительных эмоций. А. П. Лаптев описал удовольствие, которое люди получают от физической активности, "мышечное удовольствие" [19].

Формирование двигательных навыков в начальных классах осуществляется в соответствии с планом занятий, который включает подготовку учащихся к занятиям основной гимнастикой, легкой атлетикой, играми, физическими упражнениями, лыжным спортом, плаванием.

Эффект от усвоения двигательного действия зависит от методики урока, от того, как активизируется познавательная деятельность учащихся в процессе обучения, включается в процесс языка и мышления, как они сознательно относятся к усвоению двигательного действия.

Овладение правильной техникой тренировки-важная задача в физическом воспитании. Как известно, упражнения положительно влияют на организм только если они выполняются правильно. Кроме того, рациональная методика обучения способствует формированию соответствующих знаний о важных движений, развивает у детей умения целесообразно распределять работы и эффективного выполнения различных движений, научить их готовность быстро осваивать новые двигательные действия [19].

Чтобы сформировать у студентов важные навыки, мы должны уделить должное внимание развитию вашей способности выполнять небольшие движения пальцами быстро и точно, а также умело взаимодействовать обеими руками, приспособливать движения в соответствии с его условиями. Важной

задачей школьного образования является развитие движений рук учащихся, является важнейшей частью тема человеческих действий. На развитие студенческих движений влияют различные виды деятельности: письмо, рисование, ручная работа, самообслуживание, физическое воспитание. Следует отметить, что физическое воспитание играет особую роль в развитии движений рук и, в частности, в развитии их произвольной регуляции. Именно на этих занятиях решаются задачи по развитию точных и скоординированных движений с помощью упражнений с предметами (с большими и маленькими шариками, скакалкой, палочками, флажками и др.).), а также с помощью специальных упражнений для развития дифференцированных движений пальцев и проведены.

Основоположник научно обоснованной теории в физическом воспитании П. Ф. Лесгафт считал одной из главных задач физического воспитания Воспитание способности детей с наименьшими усилиями и в кратчайшие сроки сознательно выполнять наибольшую работу [16]. Набор из предыдущих качеств и определяет уровень "двигательной культуры" ребенка. Высокое развитие этих навыков и качеств необходимо для преподавания, для многих современных профессий, а также для внутренних действий и военных вопросов. Развитие способности эффективно выполнять двигательные действия, является важной частью комплексного и гармоничного развития человека.

Вооружен знаниями физической культуры, гигиены, правил темперамента. В начальных классах и учащиеся должны иметь представление о пути к правильному двигателю, осознавать важность гимнастики для гигиенического утрома, физической культуры, активного отдыха и занятий после школы, зная, что одежда и обувь, необходимые для упражнений, следуют правильному отношению, Вы знаете правила лечения содержания

Приобретение знаний о физической культуре студентов является необходимым условием осознанного знания учебного материала по предмету, привития интереса и привычек к систематическому выполнению физических упражнений. Знания студентов о физической культуре в формировании

навыков самостоятельных физических упражнений, в развитии у студентов представлений о систематическом участии в физической культуре, закаливании организма с помощью природных факторов природы (солнце, ветер, вода). Все это способствует не только физическому развитию и здоровью студентов, но и обеспечивает им такое отношение, которое соответствует их здоровью и здоровью окружающих, помогает предотвратить или устранить вредные привычки [30].

Развитие двигательных (физических) качеств-это развитие у студентов скорости, силы, ловкости, выносливости в процессе физического воспитания. Этот процесс тесно связан с формированием двигательных навыков и связан со степенью и характером двигательной активности детей. Уровень развития двигательных качеств зависит от результатов естественных движений, таких как бег, прыжки, метание, плавание и др.

В средней школе, естественное физиологическое развитие двигательных качеств имеет свои особенности: ловкость и скорость движений развиваются интенсивнее, чем сила и выносливость. Для методов физического воспитания важно иметь в виду, что мышца как орган, который созревает, а не как функционирующий орган. Наибольшие изменения в развитии движений и координации наблюдаются у детей в возрасте от 7 до 13 лет. С учетом этого важно найти правильное содержание и методы в физическом воспитании, которые способствовали бы развитию двигательных качеств детей по отношению к возрастным свойствам [17,28].

Формирование интереса и привычек к физическому воспитанию-необходимое условие успешной реализации физического воспитания студентов.

В средней школе активно развиваются интересы и привычки. Каждый студент должен создать желание заниматься физической культурой. Только если студенты заинтересованы в занятиях гимнастикой, по собственной инициативе они присутствуют на занятиях в группах комплекса ГТО или в спортивных секциях, например, выполняя упражнения и процедуры,

направленные на подтягивание тела, можно добиться их полноценного физического развития и укрепления здоровья.

Расположение семьи в этой области имеет важное значение для укрепления интереса учащихся к физическому воспитанию. Интерес возникает и будет постоянным, если родители приведут детей дошкольного и младшего школьного возраста на занятия гимнастикой, чтобы создать для этого необходимые условия [13].

Воспитание положительных нравственных качеств является одной из важнейших задач, которые выполняются в процессе физического воспитания. З. И. Кузнецов в своих " лекциях о воспитании детей" писал: "Гражданин дисциплинированный может быть воспитан только суммой правильных влияний, между прочим, самое видное место он должен занимать: политическое воспитание, широкое общее образование, книга, газета, работа, общественная работа и даже такие вещи, как игры, развлечения, Отдых" [25]. В связи с этим часть работы по подготовке школьников к сдаче норм комплекса проводится на уроках физкультуры, ведутся также систематические внеклассные занятия. Последними желательно охватывать всех учеников. К этой работе привлекается ученический физкультурный актив, коллектив физической культуры школы [4,6,9,13,15].

1.3 Подвижные игры в программе по физическому воспитанию общеобразовательной школы

несколько групп подвижных игр. Традиционно игры характеризуются отсутствием оборудования, количества участников, по степени интенсивности и специфики физической подготовки, наличию узла, место, элементы дизайна помещений, система подсчета очков, игра, прелюдия и наказания, общую историю и т. д. принимая во внимание подвижные игры на основе организации играющих, можно выделить следующие:

А) без разделения команд на команды (игры, основанные на простейших взаимоотношениях между участниками);

б) с разделением коллектива на команды (игры направленные на воспитание коллективных действий).

- Игры могут проводиться в различных комбинациях:

А) игры, в которых продолжается борьба;

б) играть без контакта с противником;

С) реле игры, в которых действия каждого участника одинаково направлены, связаны с выполнением отдельных заданий.

Игры можно разделить на игры на свежем воздухе и спорт(баскетбол, хоккей, футбол, и т. д.) [3,4.22].

Классификация мобильных игр может быть рассмотрена на основе следующих критериев:

1. По возрасту

2. Содержание (простой, стандартный, сложный, с правилами и игры с элементами спортивных игр);

3. Преобладающий вид движения (бег, прыжки, лазание и ползание, катание на лошадях, бросание и ловля, метание);

4. О физических свойствах (игры для развития ловкости, скорости, силы, выносливости, гибкости);

5. В спортивных дисциплинах (игры ведут к баскетболу, бадминтону, футболу, хоккею; игры с лыжами и лыжами, на воде, санках и санях, на земле);

6. На основе отношений между игроками (игры с контакта с противником и игры без соприкосновения);
7. В истории (история и без сюжета);
8. В организационной форме (для физического воспитания, рекреации, физкультурно-оздоровительной работы);
9. По мобильности (mobility низкой, средней и высокой интенсивности);
10. На рабочем месте (для спортивного зала, спортивной площадки; для район, комнаты);
11. При помощи организации с игроками команды и команды (деление на команды, эстафеты, игры без деления команды - каждый игрок действует самостоятельно, по правилам игры).

Одна из важнейших задач физического воспитания является развитие и совершенствование физических качеств. Игры для развития физических качеств:

Игры для развития ловкости, чтобы переключиться с одной деятельности на другую, что требует сосредоточенности на многих мероприятиях, бег, прыжки, избегая действия.

Игры для развития скорости, побуждающие своевременно реагировать на зрительные, звуковые сигналы с короткими линиями, преодолевать небольшие расстояния в кратчайшие сроки, бегать на скорость в изменяющихся условиях.

Игры для развития силы, с коротким мышечным напряжением, динамического и статического характера.

Игры для развития выносливости с неоднократными повторениями активных, опытных действий, связанных с непрерывными интенсивными

движениями, так как активные действия в отношении с короткими паузами для отдыха, переходами от одного типа движения к другому.

Игры для развития гибкости как средство развития гибкости используют упражнения, которые можно выполнять с максимальной амплитудой, это упражнения на растяжку: центробежные или пружинные движения, например, наклоны, аварии или атаки, а растягивание, выполняемые с партнером или на тренажерах.

Важное направление практического использования игр, материалов из занятий физической культуры состоит в следующем:

- если проблема с электричеством, исправлена, это можно использовать для оказания помощи и проведения игры, связанные с кратковременными скоростно-силовых и множеством различных форм, преодоление силы сопротивления противника в непосредственном контакте с ним. Основные компоненты таких игр включают в себя различные потянуть, скольжения, перемещения, скольжения, и т. д. являются эффективными, чтобы решить эту проблему, моторная функции, которые доступны для детей в весом, сгибания, приседания, отжимания, подъемах, поворотах, вращениях бега или прыжка:

- если задача развития качества скорости решена, следует выбрать игры, которые требуют немедленного реагирования на визуальные, звуковые или сенсорные сигналы. Эти игры должны включать в себя физические упражнения с периодическими ускорениями, внезапные остановки, быстрые колебания, мгновенными задержками, бегом на короткие дистанции в кратчайшие сроки и другими физическими действиями, направленными на сознательное и целенаправленное маркетинг соперника;

- если задача развития навыков, необходимо использовать игры, которая требует проявления точной координации движений и быстрого согласования действий с партнерами по команде, имеет определенную физическую,;

- если проблема выносливости развитие будет решена, нужно найти игры, связанные с большими затратами сил и энергии, с частыми повторениями элементов двигательных операций или с непрерывной двигательной деятельностью, в соответствии с правилами игры.

Содержание мобильных игр является сюжет, тема, идея, правила и двигательные действия. Сюжет игры определяет цель, характер конфликта игры. Оно заимствованы из окружающей действительности и образно отражает ее действия (например, охотничьи, трудовые, военные, бытовые, или, в частности, на основе задач физического воспитания, в виде схемы противоборства при различных взаимодействиях играть.

Действие в игре-это не только оживляет общий эффект от игры, но и обеспечивает некоторые методы и элементы тактики целеустремленность, делает игру увлекательной.

Правила обязательные требования для участников игры. Они определяют положение и движение игроков, определяют характер поведения, права и обязанности игроков, есть способы, чтобы играть, методы и факторы для учета их результатов. Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны.

Они могут быть, например, подражательными, образно-творческими, ритмическими; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств. Все двигательные действия могут выполняться в самых различных комбинациях и сочетаниях.

ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ С ПОМОЩЬЮ ПОДВИЖНЫХ ИГР

2.1 Педагогическая направленность проведения подвижных игр младших школьников

Организация и методика тесно связаны: рациональная организация помогает лучше руководить игрой, методика может несколько изменяться в зависимости от отдельных организационных моментов в игре. К организации относятся подготовка к проведению игры (место для игры, инвентарь, распределение обязанностей играющих, объяснение игры и др.). Методика проведения связана владеет знаниями, умениями и навыками для достижения результатов в зависимости от способа передачи материала в зависимости от задач, занимающихся освоением игры. При выборе для проведения подвижных игр с детьми вы должны учитывать:

- * педагогическая направленность содержания игры, в соответствии с целями воспитания; научность (научная связь игровых с возрастными особенностями, их эффективность);
- * плановая (систематический порядок проведения игр, сезонность, место проведения игр и состав занимающихся);
- * направленность на достижение воспитательных, образовательных и оздоровительных результатов •

Решающая роль при проведении игр должна принадлежать учителям. Воспитательная, образовательная и оздоровительная ценность игры зависит от ее управления.

С помощью этих игр можно воспитывать различные нравственные и физические качества. Основные обязанности руководителя игры

Руководитель игры должен быть организатором игры и воспитателем детей во время его проведения. Используя игру, он должен стремиться:

1. Общие положения Укрепление здоровья занимающихся, содействие их правильному физическому развитию.

2. Содействие овладению необходимыми двигательными навыками, умениями и их совершенствованию.

3. Воспитание у детей необходимых морально-сознательных и физических качеств.

4. Обучение учащихся навыкам организации и привычкам систематического занятия играми.

Для всех правильно выбранных в игре можно получить положительный воспитательный эффект. Зависит от организации многих игр. Заниматься игрой Экшн, воспитывать характер. Используя содержание игры (Сюжет, Действие, движение, правила в ней), учитель организует свою игровую дисциплину. Для этого команда исполнителей должна знать содержание игры и иметь педагогические навыки. Игра прекрасно демонстрирует личность ребенка. Изучая их характер и поведение в игре, руководство может избежать чрезмерного возбуждения, конфликта, искажений или правил, несправедливости и других нарушений поведения.

В играх Kull, диспетчер знает партнерство, коллективность, ответственность за работу, совместные игровые действия для достижения целей игры, способствующие завершению своей работы.

В каждой игре есть трудности для достижения цели. Игра должна быть устранена, не нарушая правила игры. После того, как вы преодолели некоторые трудности, вы должны сделать для детей сложную игру, чтобы приложить усилия для их преодоления. Это помогает воспитывать волю.

Менеджер отвечает за проведение этой игры (например, поддержание мяча, метание мяча, укрепление навыков гимнастики, легкой атлетики, улучшение навыков растяжения, столкновения, территориальной ориентации и т. д.) б.).) основные образовательные и воспитательные задачи, которые он обеспечивает.

Перед детьми четко, сравнительно легко и быстро решаются задачи (например, "не попадать в плен, находить врагов, друзей, победить противника). Иногда диспетчер предлагает им сложные задачи, связанные с определением элементов различных спортивных игр, например, выбор оборудования и контроль мяча и бросание его в корзину

Одно упражнение-это принцип сознания и активности. Во время проведения игры водитель должен логично и четко разъяснять детям его содержание и задачи, а также правила поведения. Это позволит детям понять и осознанно участвовать в игре, ее содержании и правилах. В игре осознанное поведение, совершенствование игры позволяют творчески обогатить, а также повысить интерес многих участников, укрепить воспитательный эффект игры. Когда игра хорошо впитывается, активность Ед увеличивается. Игра очень полезна во время повторения, поведение в игре становится сознательным, улучшает их моторику, игра становится более активным, усложняет правила, создает новые функции (вместе с головой или под его контролем).

На активность детей влияет интерес к игре.

Необходимо использовать для совершенствования навыков организации деятельности в детской игре. Ведущие детские игровые лидеры, игроки, площадки, судьи и т. д. б. выполняет роль Руководит движением выбранных команд, а арбитр, оставивший участников, следит за строгим соблюдением правил. Во время игры помогите судье, чтобы контроллер не был в игре Григорий ганний, а не скромно его достоинства. К друзьям дети должны постепенно ориентироваться и двигаться в неизвестную игру. С этой целью

такая странная игра, поражение, повышают требования к овладению навыками, последовательно используя новые правила и условия. Сходство движения чтобы внедрять хорошие игры в быт детей, надо подготовить организаторов, вожakov игр, которые пропагандировали бы игры в детских организациях (в домах отдыха, на детских площадках, во дворах и в детских оздоровительных лагерях).

2.2 Методические основы организации проведения подвижных игр с младшими школьниками

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. 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 врассыпную, с метанием больших и маленькие шарики, с элементами спортивных игр. Во время прогулок и экскурсий по городу используются игры на местности. Зимой во дворах проводятся зимние игры на санях, лыжах, коньках, снегостроительных играх.

Во время игр на свежем воздухе необходимо учитывать состояние погоды (особенно зимой). Если температура воздуха составляет +10 ° C, все участники должны активно действовать в игре. Поэтому необходимо выбрать игры, в которых вам не придется долго задерживаться и ждать своей очереди (например, эстафеты). В холодную ветреную погоду Мобильные игры на

открытом воздухе могут проводиться только с большими детьми в краткосрочной перспективе и с большим насыщением движений. С детьми средней школы Мобильные игры не могут выполняться в холодную ветреную погоду. В жаркую погоду лучше использовать сидячие игры, в которых участники выполняют задачу поочередно.

Выбор игры также зависит от наличия преимуществ инвентаризации. Из-за отсутствия надлежащего инвентаря и неудачи его замены игра может быть расстроена. Учитель физкультуры в школе использует игры Программы физической культуры, коллекции, хорошие игры бытующие среди детей, новые варианты игр самостоятельного или коллективного. Это имеет большое воспитывающее значение: способствует дружбе между детьми разных национальностей, знакомит их с особенностями культуры и быта разных народов.

Подготовка места для игры

Для проведения игр на воздухе надо подготовить площадку: снять дерн (если требуется точная разметка и ровная площадка) или подобрать зеленую площадку (особенно она хорошо для маленьких детей). Подушку лучше сделать прямоугольной формы, шириной не менее 8 м и длиной не менее 12 м.

На расстоянии 2 м от игрового поля рекомендуется поставить несколько скамеек.

Это необходимо для детей, которые выходят из игры и ждут своей очереди, чтобы войти в игру, а также для детей, которые смотрят на игру. Желательно, чтобы вокруг площадки были деревья, кустарники, а вокруг зимы-снежный валик. Он может защитить всю площадку, чтобы играть с белой известью. Также желательно сделать перекладину (среднюю) на участке, так как она будет необходима во многих играх. Если запланированная игра требует дополнительных линий, они должны быть окрашены, если платформа является

наземным, или отметьте линии с боковыми флажками, ветвями или другими объектами. Место для игры всегда должно быть подготовлено заранее.

Для проведения игр в комнате необходимо предусмотреть отсутствие посторонних предметов, которые мешают движениям игр. Если игры проводятся в спортивном зале, желательно спортивные снаряды (прутья, перекладины, лошади, козы), чтобы очистить служебную комнату. Если снаряды не могут быть удалены из помещения, необходимо положить их на короткую стену, чтобы защитить банки, сети или другие объекты. Окна и лампы должны быть закрыты решетками. Перед Играми комнату нужно проветрить, протереть пол влажной тряпкой. Прежде чем играть в те 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 и заметным в игре (это особенно важно для старшеклассников). В зависимости от размера и веса, инвентарь должен соответствовать силам, которые играют. Количество товарных запасов также должна быть предусмотрена заранее.

Инвентарь желательно хранить рядом с местом игры. Важно следить за состоянием своего здоровья и регулярно приводить их в порядок.

В образовательных целях полезно привлекать детей к хранению и ремонту инвентаря. Для игр на газоне, в местах зимой можно использовать шишки, снег и т. д., запасы доставляются только после объяснения игры. Если в игре нужно разместить запасы на территории (флажки, сетки и т. д.), Это делается заранее перед началом истории, чтобы лучше объяснить игру, показать свой 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 рассказом 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 более 3 м от забора, стены, столба или другого объекта, на котором могут пострадать дети. Это особенно важно во время игр-сценариев, в которых большая группа участников одновременно бежит за границу по "домам".

Каждая игра требует объективной и беспристрастной повседневной. Игра теряет свою педагогическую ценность, если вы не будете следовать ее правилам. Соблюдая соблюдение правил, руководитель с помощью педагогических приемов направляет обучение и образование. Судья контролирует правильное применение методов в игре, что улучшает технику и тактику игры и в целом повышает интерес к ней.

Цель и точность игры имеют особое значение в играх с разделением на команды, где конкуренция выражена, и каждая команда заинтересована в победе.

Частичный судья теряет доверие, его авторитет падает, удивительный перестает рассчитывать на него.

Рефери должен найти удобное место для наблюдения, чтобы увидеть все невероятное и не мешать им. В некоторых играх он должен передвигаться по

площадке и видеть невероятное движение ("борьба за мяч", "капитан мяч" и т. д.).

Заметив нарушение правила, судья быстро и четко дает сигнал. Он правильно комментирует, не вступая в споры с ошеломляющим.

Правильное резюме игры зависит от рефери. Правильный день в играх на открытом воздухе помогает воспитывать детей в честности, уважении к судье и правилам. Комментарии и объяснения о нарушениях правил необходимо делать в конце игры.

Конец игры

Продолжительность игры зависит от ее характера, условий работы и состава. Очень важно своевременно закончить игру.

Преждевременный конец игры столь же нежелателен, как и его ужесточение. Продолжительность игры зависит:

Одно количество участников (чем меньше, тем короче игра),

1. Возраст (у детей младшего школьного возраста игры короче во времени),
2. Место, ставка, предложенная боссом,
3. Из игрового контента (все рыбы, все saleny ball и т. д.).

Многие игры очень длинные, и конец игры зависит от головы игры или желания самих удивительных.

Администратор должен определить время окончания игры. Как только первые признаки усталости (объем внимания, нарушение правил, исполнение неточных движений, недостаточное проявление настойчивости в достижении

цели, уменьшение заинтересованности, отдышка, большинство участников), игра должна закончиться.

Игра может быть остановлена через определенное время, предварительно установленный головой и детьми перед игрой. Учитывая это, участники соответственно распределяют свои силы.

Прежде чем начать командную игру, желательно рассказать участникам, сколько раз они будут повторять ее.

Если в игре нет определенного финала, голова предупреждает о его финале, например, следующим образом: "мы играем, пока водитель не заменен", "мы играем в течение 1-2 минут" и т. д. конец игры не должен быть неожиданным для участников. Это то, что нам нужно, чтобы подготовить их. Неожиданный конец игры вызывает негативную реакцию у детей.

Во всех случаях, игра лучше закончить, когда дети играли достаточно, но не устали и не потеряли интерес к игре.

Подведение итогов игры

Определение результатов игры имеет большое образовательное значение.

В конце игры, администратор должен, после создания удивительного в исходном положении, объявить свои результаты. Для этого он создает спокойную обстановку, при необходимости собирает информацию от судей-помощников, счетчиков очков и громко объявляет результаты. Мы не можем допустить невероятных перемен с судьей. Решение судьи является обязательным для всех.

При определении результатов игры необходимо учитывать не только скорость, но и качество выполнения задания, так как участники должны быть

предупреждены заранее. Нужно объявить результат кратко, не делая скидок, чтобы научить детей правильно оценивать их действия и поступки.

Анализ игры

После объявления результатов необходимо разобрать игру, указав на ошибки, допущенные участниками при выполнении приемов и тактики. Дети младшего школьного возраста в анализе истории игры полезно отметить положительные и отрицательные стороны в развитии сюжета игры, чтобы указать участникам, хорошо сыгранные отдельные роли. Нужно отметить студентов, которые хорошо соблюдают правила игры и проявили творческую инициативу. При разборе лучше усваиваются правила, уточняются детали игры, улаживаются конфликты. Разбор помогает руководителю уяснить, насколько усвоена игра, что игравшим понравилось и над чем надо работать в дальнейшем.

2.3 Регламент проведения подвижных игр

Организуя игру, трудно заранее учесть физическое состояние и возможности каждого играющего в процессе игры. Поэтому не рекомендуются сразу начинать с игры с чрезмерным мышечным напряжением, которое требуют задержки дыхания, вызывают быстрое утомление. подвижный игра школьный возраст

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

В начале игры, нужно учитывать характер предыдущей деятельности и настроение детей. Если игра происходит после больших физических или умственных усилий (после проверки в классе или после полевых работ), необходимо предложить сидячий игра, исключив приемы, требующие больших напряжений.

Обратите внимание, что с повышением эмоционального состояния игроков, вес игры увеличивается. Те, кто играют, увлечены игрой, теряют чувство воли, опережая друг друга, не в счет, их способностей и часто с перегрузкой. Дети должны научиться контролировать и настраивать их действия в игре.

Дети в игре часто переоценивают свои силы и не чувствуют надвигающейся усталости. Следовательно, руководитель не должен доверять благополучие. Необходимо учитывать особенности возраста участников, их подготовки и состояния здоровья. Нагрузка должна расти постепенно. Иногда игра должна быть остановлена, если и игры по-прежнему не требуют отдыха.

Нагрузка в игре измеряется уменьшением или увеличением общей подвижности участников. Есть много методологические методы, чтобы изменить нагрузку. Вы можете организовать праздник в краткосрочной перспективе, используя их для разбора ошибок, подсчета очков, уточнения правил, назначения помощников, чтобы уменьшить расстояния от конструкции, уменьшить количество повторений в игре и т. д., Можно увеличивать подвижность участников игры, усложняя препятствия, увеличивая дистанцию от конструкции, разделяя игроков на подгруппы, чтобы увеличить свою деятельность, etc.

Водители, не должно быть позволено передвигаться в течение длительного времени без отдыха. Рекомендуется изменить его руководство время от времени, даже если они были не в состоянии "восстановить". Желательно, чтобы все игроки получают примерно такой же нагрузкой. Таким образом, вы можете устранить неудачников из игры (если это необходимо) только в течение короткого периода времени. Вы не можете их исключить из игры и записать точки пенальти.

Необходимо учитывать данные медицинского контроля и обратить особое внимание на *αποδοτικότητα* детей. Нуждаются в разовой дозе: горящие дистанции, облегченные задания, уменьшено время игры.

Продолжительность игры зависит от условий работы. На большой зоне, игра более менее большой, чем в маленькой, а также участники перемещаются на большие расстояния? В напольные игры, скорость движения в игре, зависит от состояния вашего времени. Во время занятий на открытом воздухе увеличивается физиологическое воздействие движений на организм.

Дозировка определяется условиями и методикой проведения игры.

2.4 Средства и методические подходы проведения подвижных игр

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, Balance, Баланс, ползание, ритмичная ходьба, прыжки, дети лучше учатся через игры. Легче воспринимать движение. Двигательный опыт у детей этого возраста очень мал, поэтому вначале рекомендуется простые тематические игры с некоторыми основными правилами и простой структурой. В 1-м классе начинают проходить игры, сыгранные в детском саду (хороводные, салки с разными вариантами, казуальная игра с речитативом, с песней, казуальная игра - перебежки).

Мобильные игры в начальных классах должны выполняться на каждом уроке. Для некоторых без игр контролируются только уроки, на которых оценивается выполнение отдельных упражнений. Если эти упражнения можно активировать в игре, то лучше держать их от метода, плотность урока будет выше. Курс пройдет в самой эмоциональной обстановке, результаты будут

лучше. Нам нужно организовать курс, чтобы большинство студентов работали одновременно.

К посту выполнения контрольных упражнений хорошо привлекать и отдельных студентов в очереди.

В 1-2-х классах может быть урок только из разнообразных игр. На этих курсах активизируются 4-5 игр различной подвижности, а также различные виды движений, с целью воздействия на различные мышечные группы студентов, игры, способствующие воспитанию разнообразных физически и умственно-волевых качеств. Курс состоит из игр, требует от участников владения некоторыми линиями навыки и организованного поведения. В такой курс входит 2-3 игры, известные детям, и 1-2 новые.

Методично правильно проведенное игровое занятие имеет большую воспитательную ценность, но педагогическая ценность зачастую недостаточна, так как в играх сложно следить за правильным развитием навыков каждого участника. Игровые курсы рекомендуется проводить в конце каждого квартала перед праздником (в основном в 1-м классе), чтобы определить, насколько студенты освоили основные ходы, прошедшие в кварталах, проверить общую организацию и дисциплину в игре, определить, насколько мы освоили прошлые игры и индивидуальные навыки поведения группы. В первом классе не рекомендуется со студентами групповые игры, так как они вызывают большую чувствительность у потерянных детей. Дети этого возраста пока не могут оценить возможности, каждый считает себя лучше. Лучше начать проведение конкурсов в группах: какая группа учащихся лучше и быстрее, чтобы завершить свою миссию, например, в игре "с ними флажкам" и др. С приобретением двигательного опыта, а также с повышением интереса детей к коллективному режиму, можно превратить в занятия учащихся 2-го уровня игры с элементами соревнования в парах (на бегу, в игре, обруче, прыжке через веревку, в катании и метании мяча и др.). Это можно сделать в игре: "эстафета

зверей" или "номера вызовов", в которых в свою очередь соревнуются только два названных игрока.

Используя конкурсные шорткоды, он может проводить коллективные групповые или групповые соревнования. В основном командные игры занимают место на занятиях студентов в 3 категориях.

Для проведения большинства игр в 1-2 - х классах нужны бонусы и инвентаря. Дети этого возраста Receiver приемник развивается слабо, внимание рассеяно, поэтому нужен красочный инвентарь. Важно соответствовать инвентаризации физических возможностей детей. Это должно быть легко, удобно по объему. Шарик весом до 1 кг можно использовать просто для наведения и инструментов рядом с ним стоя, но не для выстрелов и снаряжения на расстоянии. Не рекомендуется для студентов этого возраста и большой баскетбол, лучше всего использовать мяч мини-баскетбола, или небольшие шары типа смол.

За проведение азартных игр в 1-2 классе желательно иметь следующий список: 20 малых коробок разного цвета, 40 алых мячей, 4 больших мяча (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 на глаза. Объяснения игр младших школьников должны быть краткими, так как они стремятся быстрее воспроизвести в действиях все, что определено режиссером. Часто, explanations объяснения, дети готовы выразить свое желание выполнить определенную роль в игре. Рассказ об игре в виде сказки воспринимается детьми с большим интересом и способствует воспитанию фантазии, творческому исполнению ролей в игре. Во время объяснения игры рекомендуется использовать для лучшего усвоения, когда дети проявляют осторожность или когда вам нужно отдохнуть после физических упражнений. Дети 1-2 - х классов очень активны. Все хотят быть водящими, учитывая его характеристики. Должны быть предоставлены гиды в

соответствии со способностями или отбора в процентах до обычного числа: игра относится к некоторому числу до 20, и глава, учитывая, что он стоит перед детьми; водящим становится тот, который должен быть указан число. Вы можете пройти опцию водящего "считалке", которую любят дети.

Водящим можно назначить игрока, победившего в игре, поощряя то, что осталось не пойманным, выполнил задание лучше других, принял самую красивую позу в соответствии с содержанием игры и т. д. Вариант водящего должен способствовать развитию у детей способностей правильно их силовых и силовых партнеров. Чаще всего для удовлетворения потребностей детей в той или иной деятельности, для обучения ответственности за выполняемую работу и развития базовых организационных навыков. Для тренировки" из " функций большое значение придается сигналам в игре.

Учащимся 1-2-х классов рекомендуется, главным образом, подавать вербальные сигналы, способствующие развитию второй сигнальной системы, еще очень несовершенной в этом возрасте. Дети любят речитативы, как сигналы для действий в игре. Mansion особняк рифмы слова развивают речь детей и вместе с ними позволяют им подготовиться к действию в последней речитатива. Оба будильника в 6-8 летних играх, у детей значительно эффективнее короткие гудки, свистки. Быстрый свистящий звук иногда заставляет детей приостанавливаться, а реакция на правильные действия во время игры замедляется. Свист, короткий группе, с движением руки и т. д. они начинают наслаждаться постепенно, развивая у детей скорость реакции. Учитывая большую подвижность детей и их конфиденциальные, не рекомендуется выводить детей из игры за ошибки. Если игра требует временного вывода проигравших, то надо определить место для выбывших и удалять их очень мало. В поведенческих расстройствах в игре, несоблюдению правил руководитель должен относиться терпимо, чтобы помнить, что нарушения происходят в основном из-за неопытности, играть в коллективные игры и недостаточного общего физического развития детей.

Физические нагрузки должны быть строго регламентированы и содержат. Общая продолжительность игры должна быть короткой. В играх с бегом, прыжками, нужно устраивать короткие перерывы. Характерными для этого являются игры-перебежки: приди, он остановился, и снова приди, например, "гуси-лебеди", "два Деда Мороза", "Волчья яма". Препятствия в Играх должны быть посильными. Результат игры не должен быть слишком миниатюризирован, иначе вы потеряете интерес к игре, а дети начнут вести себя неорганизованно. Все это связано с возрастными особенностями. Мобильные игры на занятиях в 1-2-х учебных комнатах используются для общего физического развития, для воспитания активного сознания поведения учащихся в группе: бегать, не мешая друг другу, действовать быстро по указанному названию, быстро включаться в игру, подчиняясь указаниям капитана, видеть пределы удовольствия, полноценно играть роль водящего. Важно прививать детям уважение к установленным правилам, умение точно и добросовестно их соблюдать. Эти задачи решаются многократным повторением игр и подсказывания от имени директора правильного поведения во время игры.

Все классы учащихся 3-4-х классов включают мобильные игры, вышедшие из-под контроля. Он проводится в основной и заключительной частях курса. В процессе игры надо учитывать настроение играющих. Если игра не понравилась - надо выяснить, по какой причине: очень проста или, наоборот, очень сложна. В этих случаях надо менять правила (усложнять или упрощать), в крайнем случае сократить длительность игры. Руководителю необходимо учитывать наиболее опасные моменты в игре (перепрыгивание через сложное препятствие, спрыгивание вниз с высоты, бег около снарядов, стены или других предметов, которые в игре могут помешать бегающим и увертывающимся игрокам), быть готовыми к страховке. К этому можно привлекать и детей, не участвующих в игре. Надо избегать проявления в играх отрицательных эмоций (обида, озлобление, страх), способствующих воспитанию нежелательных

качеств. Иногда дисциплина в игре нарушается из-за того, что руководитель непонятно объяснил игру. В данном случае надо сразу же дополнительно разъяснить правила игры. Часто дисциплину нарушают несдержанные игроки. С ними надо вести индивидуальную, воспитательную работу; можно поручать им ответственную роль водящего, судьи, а иногда, наоборот, отстранять от игры. В процессе игры важно объединить участников в единый коллектив, имеющий общие интересы, стремящийся достигнуть поставленной цели, добиться победы (если играют две-три команды). Взаимодействия играющих должны быть построены на чувстве дружбы и товарищества.

2.5 Методика решения педагогической задачи в игре

Каждый руководитель игры должен помнить, что он проводит подвижную игру для решения совершенно определенных педагогических задач. Даже в тех ситуациях, когда прибегают к игре из соображений эмоциональной разрядки или повышения интереса школьников к занятиям, руководитель не может допустить стихийных моментов в ее организации и проведении. В противном случае отсутствие совершенно определенной педагогической цели отрицательно сказывается на использовании основной структуры игры, искажает ее результаты. Более того, это может привести к отрицательным воспитательным эффектам. Поэтому постановка, формулировка и методика решения педагогической задачи в каждом конкретном случае, в том числе и при применении игр в спортивных занятиях, имеют совершенно определенный смысл. Если проанализировать задачи, которые «способна решать та или иная игра, становится ясна их многоплановость.

Для достижения незаменимого решения поставленной в игре задачи необходима определенная ступенчатость педагогических процедур (действий).

Первый этап педагогического решения задачи включает в себя подсчет и отображение правильной техники изучаемого элемента, а также обязательное

предупреждение о характерных ошибках, вероятность которых наиболее вероятна на данном этапе процесса обучения.

Второй этап решения педагогической проблемы совпадает с процессом прямого игрового потока. Здесь, в голове, казалось бы, простая работа исправить те ошибки, о которых я предупреждал детей на первом этапе. Но это непросто сделать, поэтому обучение переплетается с повседневными, действиями, в виде комментариев о поведении удивительного, советов по тактике и т. Пассивность головы здесь приводит не только к отсутствию тренерского прогресса, стабилизации старого, но и к рождению новых ошибок, поэтому можно ожидать противоположного эффекта.

В эстафетных гонках и в ряде других видов игр происходят естественные перебои: для изменения направления, между половинами и этапами и т. д. Они должны использоваться для получения срочной информации об ошибках.

Третий этап проходит в конце игры, то есть сразу после объявления победителей и тех, кто лучше (хуже) другие показали себя в игре. Здесь, как и на первом этапе, необходимо учитывать результаты игрового процесса и анализ ошибок, которые не должны экспроприировать и мешать друг другу, тем более что некоторые удивительные могут стать настоящими победителями, а другие - лучшими исполнителями.

Действие менеджера на третьем этапе включает в себя объявление лучших (и худших) исполнителей (которые допустили ошибки, которые были сообщены на первом этапе), анализ ошибок и их причин: дается рекомендация по исправлению ошибок: желательно заранее разрабатывать обязанности, основанные на предполагаемых ошибках. Учитель должен знать и предвидеть свой внешний вид, что процессы обучения не могут контролироваться.

Если учитель решает учебную проблему, то необходимо, чтобы для нескольких этапов обучения была определенная специфика. Знакомство с

элементом figur, как правило, включает в себя детальную историю, показывающую и проверяющую ее. В этом случае время, затраченное на первый этап решения проблемы, нельзя считать потерянным. Без их затрат невозможно сделать детям представление о технике стихии, и это цель знания. Обучение, которое обычно осуществляется с помощью расчлененного метода, не требует времени, особенно на первом и третьем этапах педагогической проблемы. Цель обучения состоит в том, чтобы избавиться от ошибок, сначала толстые, затем хорошо. Когда нет видимых ошибок, вы можете начать разработку автоматизированных навыков. В этом случае цель достигается большим количеством повторений до достижения динамического стереотипа. Поэтому этапы решения педагогической проблемы в данном случае бывают быстрее, а в сюжетной игре создаются условия для повторения. Если педагогическая задача имеет не образовательный, а образовательный характер или связана с развитием физических (или других) качеств сотрудников, схема решения педагогической задачи не меняется. Например, в игре "петушинный бой" можно установить задачу воспитания настойчивости. Затем, на первом этапе после истории игры, голова показывает, как мужественно и активно нужно атаковать соперников. Ошибка выполнения задачи игры-пассивность и уклонение от борьбы. На втором этапе игры, глава слово стимулирует активность игроков, а в третьей подробно проанализировать причины застоя борьба (страх столкновения, нежелание быть активным и т. д.) и способов устранения этих причин (развитие храбрость с помощью упражнений, увеличение уровня жалоб и самооценка).

В игре "лошади" может быть задача развивать силу ног. Затем вызываются параметры прыжка на одной ноге (длина, высота, частота), режим движения бегунов (может быть сложно), время измерения и площадка, и количество лошадей, в то же время, нападают на соперников. Осознанный подход к организации игры, максимальное использование ее педагогических

возможностей путем рациональной методики проведения и предполагает ту полезную отдачу, на которую проводимая игра рассчитана.

ВЫВОДЫ

1. Специфика воспитания младших школьников обусловлена их анатомо-физиологическими и психологическими особенностями. В младшем школьном возрасте ведущий вид деятельности - это игра, поэтому уроки по физическому воспитанию необходимо планировать с учетом этой очень важной особенности.

2. Одно из ведущих мест в системе средств физического воспитания и обучения детей младшего школьного возраста принадлежит игре. Именно игры способствуют усвоению самых различных знаний, умений, развитию двигательных способностей. Взаимосвязь игры и учения проявляется во влиянии игры на формирование элементов учебной деятельности.

3. Методика проведения подвижной игры включает неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование личности ребенка, умелое педагогическое руководство ею. Особое значение имеет профессиональная подготовка учителя, педагогическая наблюдательность и предвидение. Организация игры включает в себя подготовку к ее проведению, т.е. выбор игры и места для нее, разметку площадки, подготовку инвентаря, предварительный анализ игры.

4. Для решения образовательных задач учащихся младших классов целесообразно проводить на уроках игры с выполнением разнообразных упражнений. Т.е. игры с бегом, с прыжками, с лазанием, игры с метанием и ловлей и др. Ежедневное проведение таких игр позволяет успешно решать проблемы перегрузки учащихся, рациональной организации физического и трудового воспитания, активного повседневного отдыха, столь необходимого для гармоничного развития детей.

5. Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость. Они приучаются согласовывать свои действия и даже соблюдать определенные правила.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адаптация организма учащихся к учебным и физическим нагрузкам / Под ред. Ф.Г. Хрипковой, М.В. Антроповой. М.: Педагогика, 2002. 240 с.
2. Апанасенко Г.А. Физическое развитие детей и подростков. Киев: Здоровье, 1985. 80 с.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: учебн. для студ. фак. физ. культуры пед ин – тов. М.: Инфра. М, 2006. 287 с.
4. Былеева Л.В., Коротков И.М., Яковлев В.Г. Подвижные игры: Учебн. пособие для ин-тов физической культуры. 4-е изд., перераб. и дополн. М.: Физкультура и спорт, 1999. 208 с.
5. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1988. 331 с.
6. Головина Л.Л. Физиологические особенности некоторых функций и мышечной деятельности школьников. М., 2003. 197 с.
7. Годик М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1998. 192 с.
8. Годик М.А., Бальсевич В.К., Тимошкин В.Н. Система общеевропейских тестов для оценки физического состояния человека // Теория и практика физической культуры. 2004. № 5-6. С.24-32.
9. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников. Мн.: 1998. 88 с.
10. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры: Учебник. М., 2000. 140 с.
11. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учебник. М., 2000. 160 с.
12. Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология: Учеб. пособие для студентов ВУЗов. М., 2005. 80 с.
13. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе. М., 1978. 245 с.
14. Книга учителя физической культуры / Под ред. В.С. Каюрова. М., 1983. 160 с.

15. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. М.: Физкультура и спорт, 1991. 116 с.
16. Кузнецов В.К. Возрастные особенности развития специальных силовых качеств у не занимающихся спортом и лыжников-гонщиков 11-18 лет // Теория и практика физического воспитания. 2001. - №3. С.12-15.
17. Лаптев А.П. Возрастные особенности организма // Физическая культура и спорт. 2004. №8.
18. Лебедева Н.Т. Школа и здоровье учащихся: Пособие. Мн.: Университетское, 1998. 221 с.
19. Лесгафт П.Ф. Собр. пед. соч. тт.1 и 2. М.:ФиС, 1951, 1952
20. Ломейко В.Ф. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры в I-X классах. Мн.: Народная асвета, 1990. 128 с.
21. Лях В.И. Координационные способности школьников. Мн.: Полымя, 1989. 159 с.
22. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебн для ин-тов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 2001. 543 с.
23. Основы математической статистики: Учебн. пособие для институтов физ. культ. / Под ред. В.С. Иванова. М.: Физкультура и спорт, 2004. 176 с.
24. Развитие двигательных качеств школьников. / Под ред. З.И. Кузнецовой. М., 1987. 125 с.
25. Семикоп А.Ф. Основы теории и методики спортивной тренировки: Учебн. метод. пособие для студ. факульт. физ.культ. пединститут. и университет., училищ алимп. резерва по специальн. 03.03 «Физическая культура». Гомель, 2002. 149 с.
26. Спортивные и подвижные игры. Учебник для физ. техникумов. Изд. 2-е, перераб. Под ред. Ю.И. Портных. М., «Физкультура и Спорт», 2012.
27. Сухомлинский В. А. Проблемы воспитания всесторонне развитой личности // История педагогики в России. М.: Просвещение, 1999. 485 с.

28. Фарбер Д.А., Корниенко И.А., Сонькин В.Д. Физиология школьника. М.: Педагогика, 2001. 63 с.
29. Яковлев В.Г. Игры для детей. М.: Физкультура и спорт, 1995. 158 с.
30. Фомин Н.А., Филин В.П. Возрастные основы физического воспитания. М.: Физкультура и спорт, 2002. 176 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Подбор подвижных игр для детей младшего школьного возраста

Воспитание физических способностей должно быть направлено на развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты) у детей младшего школьного возраста. Одним из средств воспитания являются подвижные игры. Использовать их необходимо в соответствии с определенными правилами: изменять скорость, темп и пространственные границы движений; усложнять условия игры.

Проанализировав литературные источники, мы отобрали подвижные игры для младших школьников и систематизировали по разделам школьной программы. Нами предлагаются подвижные игры для развития физических качеств, которые могут быть включены в уроки физической культуры в начальных классах.

Раздел «Легкая атлетика»:

«Салки в два круга», «Через кочки и пенечки», «Вызов номеров», «Голова и хвост», «Ловля парами», «Салки», «Космонавты», «Метко в цель», «Караси и щука», «Зайцы в огороде», «Через кочки и пенечки», «Быстро по местам», «Третий лишний», «Белые медведи», «Гуси-лебеди».

Раздел «Спортивные игры»:

«Передача мяча на ходу», «Двумя руками», «Скажи, какой цвет», «Гонка мячей по кругу», «Передача мяча в колоннах над головой», «Ловишки с мячом», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Четыре мяча», «Вызовы по номерам», «Альпинисты», «Кто обгонит?», «Парашютисты», «Зайцы, сторож, Жучка», «Веревочка под ногами», «Лови, убегай», «Мотоциклисты», «Мяч соседу», «Подвижная цель», «Передал-садись», «Мяч через сетку»

Раздел «Гимнастика»:

«Обруч на себя», «Дружные тройки», «Удержи обруч», «Канатоходец», «Пингвины с мячом», «Иголка и нитка», «Эстафеты с обручами», «Не урони мешочек», «Запрещенное движение»

Раздел «Лыжная подготовка»:

«Быстрый лыжник», «Пятнашки простые», «Попади в ворота», «Эстафета - биатлон», «Салки маршем», «Круговая лапта», «Слалом», «Подними предмет»

«Космонавты»

Цель игры: способствует совершенствованию ориентировки в беге с изменением направления и умения сохранить равновесие после внезапной остановки, воспитывает ловкость, быстроту реакции, сообразительность.

Подготовка: по краям площадки чертят 4-6 треугольников - «ракетодромов». Внутри каждого из них рисуют круги - «ракеты», но обязательно на несколько кругов меньше, чем играющих. Все ребята встают в круг в центре площадки.

Инвентарь: не требуется.

Ход игры:

По сигналу руководителя дети идут по кругу, взявшись за руки, и говорят хором:

Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам,

На какую захотим, на такую полетим!

Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!

После этих слов все бегут к «ракетодромам» и занимают места в «ракетах». Тот, кто не успел занять место, идет в центр площадки. После этого игру повторяют.

Правила:

Начинать бег можно только после слова «нет». В «ракете» не могут быть два «космонавта», и право остаться в ней получает тот, кто первым встал внутрь круга.

«Караси и щука»

Цель: содействует воспитанию ловкости, быстроты, ориентировки, смелости, коллективизма.

Подготовка: на противоположных сторонах площадки проводят две линии - это «дом карасей». Водящий - «щука» - встает в середине площадки, остальные играющие - «караси» - располагаются в одном из «домов».

Инвентарь: не требуется.

Ход игры:

По команде руководителя «караси» начинают перебегать в противоположный «дом». «Щука» пытается поймать их. Запятнанные отходят в сторону, а затем, когда их будет 5-6 человек, берутся за руки, изображая сеть. «Щука» встает сзади «сети». Теперь при перебежке «караси» обязаны пробегать через сеть. Пойманные позже образуют круг - «корзину», а затем «вершу» - две шеренги лицом друг к другу. Побеждает тот, кто будет пойман последним.

Правила:

1. Перебегать разрешается только по команде.
2. «Караси» обязаны пробегать через все «сети» рыбаков.
3. Игроки, образующие «сеть», не должны мешать пробегающим карасям.
4. Щука не может забегать в «сеть» (играющие могут поймать её).

«Третий лишний»

Цель: развитие координации движений, внимательности, скоростных качеств, совершенствование умения ориентироваться на местности.

Подготовка: игроки располагаются парами внутри площадки. Расстояние между парами 2-3 метра. Водящий и один из игроков (убегающий) располагаются за линией.

Инвентарь: не требуется.

Ход игры:

По сигналу руководителя водящий стремиться запятнать убегающего, а убегающий может встать перед одной из пар, тогда последний игрок пары становится «третьим лишним» и убегает от водящего. Если же водящему удастся запятнать игрока, то они меняются ролями.

Правила:

Убегающий может занять свое место в паре, только если он пробежал полный круг. Пересекать линию круга не разрешается. Пятнать можно только во время бега.

«Голова и хвост»

Цель: развитие скоростных качеств, гибкости, координации движений; воспитание чувства коллективизма.

Подготовка: все участники игры (10-20 чел.) выстраиваются в колонну по одному. Каждый игрок берется руками за пояс предыдущего. Первый игрок это «голова», а последний - «хвост».

Инвентарь: не требуется.

Ход игры:

По сигналу преподавателя «голова» старается догнать «хвост». Через определенное время игроки (команды) меняются местами.

Правила:

Если «голове» удастся за условленное время догнать «хвост», то оба игрока переходят в середину цепочки, если же нет -- то переходит только «голова».

Побеждает команда, сумевшая догнать другую команду большее количество раз. Участники могут передвигаться различными заранее установленными способами, только не разрывая цепь.

«Метко в цель»

Цель: способствует совершенствованию навыков в метаниях, развивает точность и ловкость движений, приучает к дисциплинированности, коллективным действиям.

Подготовка: на расстоянии 12 - 15 м чертят две параллельные линии. В центре площадки в один ряд попеременно ставят 10 городков, окрашенных в два цвета (по 5). Каждой команде отводятся городки определенного цвета. Играющих разбивают на две команды и располагают на противоположных сторонах площадки. Игрокам одной из команд (по жребию) дают по малому мячу.

Инвентарь: городки 10 шт., малые мячи по количеству играющих.

Ход игры:

По сигналу руководителя игроки одной команды «залпом» бросают мячи в городки. Каждый сбитый городок метавшей команды отодвигается на шаг дальше. Сбитый городок другой команды передвигается на шаг ближе.

После этого бросает другая команда. Смена очередности происходит четыре раза.

Правила:

1. Сбитые городки ставят на новое место после того, как все мячи будут брошены.
2. Игроки собирают мячи после того, как будут установлены городки.
3. Выигрывает команда, сумевшая дальше отодвинуть свои городки.

«Охотники и утки»

Цель игры: для обучения передачам мяча в нападении, закрепления навыков ловли мяча и способов передачи. Помогает воспитанию ловкости, быстроты реакции, сообразительности, коллективизма.

Подготовка: играющие делятся на две команды, одна из которых - «утки», располагаются внутри круга («озера»), и вторая - «охотники» - встают за чертой круга. У охотников один (два) мяча.

Инвентарь: волейбольный мяч (1-2 шт.).

Ход игры:

По сигналу руководителя «охотники» начинают выбивать мячом «уток» из круга. Каждый «охотник» может сам метать мяч или передать его для броска партнёру по команде. «Утки», бегая внутри круга, спасаются от мяча, увёртываясь и подпрыгивая. Подбитая «утка» покидает круг. Игра продолжается до тех пор, пока не будут «выбиты» все «утки». После этого играющие меняются ролями.

Правила:

1. Запрещается, метая мяч, заступать внутрь круга, иначе бросок не засчитывается.
2. «Утки» не имеют права покидать круг; нарушивший это правило выбывает из игры.

3. Попадание засчитывается, если мяч коснулся любой части тела, кроме головы, и не отскочил от пола или другого партнера.

4. Игрок, в которого попал мяч, выбывает из игры до смены команд.

5. Выигрывает команда, которая затратит меньше времени или в установленное время «выбьет» больше игроков другой команды.

«Подвижная цель»

Цель игры: учить детей передавать, ловить мяч, согласовывать свои действия с действиями других игроков, развивать ловкость, воспитывать уважение к товарищу по игре.

Подготовка: играющие делятся на несколько групп, которые становятся кругом. В центре круга - водящий. У одного из играющих - мяч.

Инвентарь: волейбольные мячи.

Ход игры:

По сигналу стоящие в кружке перебрасывают друг другу мяч, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а водящий встает в кружок.

Варианты: бросать мяч в водящего можно только после передачи (или двух, трех передач мяча) друг другу.

Правила:

1. Мяч можно бросать только в ноги водящего.

2. Не считается попадание в игрока после отскока мяча от земли.

3. Если водящему удалось поймать мяч, он не выбывает из игры, если попытка не увенчалась успехом, он покидает круг.

«Скажи какой цвет»

Цель игры: совершенствовать ведение мяча на месте и в движении, приучать видеть площадку, развивать ловкость, координацию движений.

Подготовка: Учащиеся берут мячи (кроме водящего) и располагаются врассыпную. У водящего в руках 3 флажка разного цвета.

Инвентарь: баскетбольные мячи, 3 флажка разного цвета.

Ход игры:

Дети ведут мячи по площадке в шаге (в беге). Ребенок, возле которого останавливается водящий и показывает флажок какого-либо цвета, должен, ведя мяч на месте, сказать, какого цвета флажок.

Варианты: 1. Роль водящего выполняют 3 ребенка. 2. Водящий показывает палочки, а игрок должен сказать сколько их.

Правила:

Называя цвет, не прекращать работу с мячом.

«Быстрый лыжник»

Цель игры: помогает совершенствовать умение сохранять равновесие при скольжении на одной лыже, способствует развитию ловкости и быстроты.

Подготовка: отмечается линия старта и в 30м от нее линия финиша. Играющие находятся на линии старта, стоя на одной лыже (без палок).

Инвентарь: лыжи.

Ход игры:

По команде педагога играющие, отталкиваясь одной ногой, передвигаются на лыже к линии финиша.

Правила:

1. Побеждает игрок, первым пересекший линию финиша.
2. Передвижение начинать только по сигналу.
3. Игрок, потерявший лыжи, должен прикрепить ее на том месте, где потерял.

«За мной!»

Цель игры: развитие скоростных качеств, ловкости, координации движений, пространственной ориентации, смекалки.

Подготовка: учащиеся располагаются по кругу (диаметр 50 - 70 м) на проложенной лыжне. Учитель находится вне круга на лыжах без палок.

Инвентарь: лыжи и палки по количеству участников.

Ход игры:

Все играющие медленно продвигаются на лыжах по кругу друг за другом. Учитель, подъезжая к любому из играющих говорит: «За мной!», после чего

приглашенный втыкает в снег лыжные палки и следует за ним. Так учитель собирает многих или всех, уводит их в сторону от круга, где остались лыжные палки, и неожиданно подает команду: «На места!». Участники стремятся как можно быстрее вернуться в круг и занять места у любых палок.

Правила.

Игрок, оставшийся без палок, становится водящим. Побеждает тот, кто меньше всех был водящим. Следить за соблюдением правил безопасности.

«Дружные тройки»

Цель игры: развитие групповых взаимодействий; закрепление навыка обращения с гимнастическим инвентарем; развитие ловкости, координации движений.

Подготовка: игроки разбиваются на тройки (4 - 6) и выстраиваются перед общей стартовой линией. Перед каждой тройкой на расстоянии 8 - 10 м обозначается поворотный пункт.

Инвентарь: гимнастические обручи.

Ход игры:

По команде преподавателя игроки, возглавляющие тройки, надевают на себя обруч, бегут до поворотного пункта, оббегают его и возвращаются назад.

В обруч пролезает очередной участник тройки, и теперь игроки вдвоем проделывают то же задание. Затем они возвращаются за третьим участником.

Правила.

Выигрывает тройка игроков, в полном составе первой вернувшаяся на исходную позицию.

«Альпинисты»

Цель игры: совершенствовать технику лазанья по гимнастической стенке, развитие ловкости, координации движений.

Подготовка: две команды «альпинистов» выстраиваются шеренгами лицом к гимнастической стенке в 6 - 7 м от нее. Между первыми игроками и гимнастической стенкой устанавливаются гимнастические скамейки,

перевернутые рейками вверх. У крайних пролетов стенки укладываются гимнастические маты.

Инвентарь: гимнастическая скамейка - 2 шт., гимнастическая стенка шт.

Ход игры:

По сигналу учителя первые игроки начинают продвижение по рейке гимнастической скамейки, переходят на гимнастическую стенку, влезают на нее, передвигаются по стенке до крайнего пролета и спускаются вниз. Высоту подъема на стенку заранее указывается учителем. При спуске с гимнастической стенки игрок имеет право прыгнуть с рейки, расположенной на высоте не более 70 - 75 см, в круг диаметром 40 см, обозначенный мелом на мате. Приземлившись, играющий встает последним в своей шеренге. Вторые игроки начинают передвижение по гимнастической скамейке сразу же после приземления предыдущего «альпиниста».

Правила.

1. Запрещается преждевременное передвижение по рейке скамейки.
2. Игрок не должен терять равновесия.
3. Нельзя прыгивать с высоты, превышающей указанную учителем.

4. Запрещается также неточное приземление. За каждую ошибку игрок наказывается штрафным очком. Выигрывает команда, сумевшая закончить эстафету быстрее других и сделавшая меньше ошибок, чем другая.