

## Содержание:

image not found or type unknown



## Введение технология компьютер урок

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта. Игры являются сокровищницей человеческой культуры. Огромно их разнообразие. Они отражают все области материального и духовного творчества людей.

Игры, используемые для физической культуры, очень разнообразны. Их можно разделить на 2 большие группы: подвижные и спортивные. Спортивные игры - высшая ступень развития подвижных игр. Они отличаются от подвижных едиными правилами, определяющими состав участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и др., что позволяет проводить соревнования различного масштаба. Соревнования по спортивным играм носят характер спортивной борьбы и требуют от участников большого физического напряжения и волевых усилий.

Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей любого возраста. Характерная особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки.

В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т. д.

- 1.

## **Основные характеристики подвижных игр**

Игра с давних пор составляла неотъемлемую часть жизни человека, использовалась с целью воспитания и физического развития подрастающего поколения. Время изменяло игру, что-то забывалось, что-то возникало вновь, но отказаться от игры невозможно, потому что нельзя уничтожить живую потребность в игре. Изменяются условия игры, вводятся в привычную канву игр новые сюжеты, отражающие своё время, но неизменной остаётся тяга людей к игре, особенно подвижной, где можно проверить и показать свою смелость, ловкость, быстроту и силу. Она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребность в общении, получении внешней информации, даёт приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времён отмечали, что игра оказывает благоприятное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей. В игре растущий человек познаёт жизнь.

Чем же игра привлекает мальчишек и девчонок? Прежде всего, интересен сам процесс действий, постоянно меняющиеся игровые ситуации. Приходится самостоятельно находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищами, проявлять ловкость и быстроту, выносливость и силу. Уже одно представление о предстоящей игре способно вызвать у ребёнка положительные эмоции, приятное волнение.

Игровая деятельность относится к числу потребностей, обусловленных самой природой человека, - это потребность в тренировке мышц и внутренних органов, потребность общения, получения внешней информации. Ни акселерация, о которой в последнее время так много говорят, ни ограничения, не могут умалить значение игры.

Порой кажется, что на игру посягает бурно развивающийся спорт, вовлекающий всё новые массы детей и подростков. Но этого не произошло и не могло произойти, потому что спорт и игру роднит: одно и то же начало – соревнование. Они развиваются параллельными путями, тесно сближающимися между собой. Недаром игровой метод успешно используют в спортивной подготовке.

Убыстрение темпа современной жизни ставит перед нашей педагогикой задачу более активно использовать игру для воспитания подрастающего поколения. Сейчас очевидно, как никогда, что игры необходимы для обеспечения гармоничного сочетания умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния. Исследователи игровой деятельности подчёркивают её уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей действительности, в воспитании коллективизма.

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта. Игры, используемые для физического воспитания, очень разнообразны. Их можно разделить на 2 большие группы: подвижные и спортивные. Спортивные игры - высшая ступень развития подвижных игр. Они отличаются от подвижных едиными правилами, определяющими состав участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и др., что позволяет проводить соревнования различного масштаба. Соревнования по спортивным играм носят характер спортивной борьбы и требуют от участников большого физического напряжения и волевых усилий.

Игра есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют своё представление об изображаемых событиях, о жизни. Ребёнок, как и взрослый, познаёт мир в процессе деятельности. Занятие играми обогащают участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями.

Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать

пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры. Большое образовательное значение имеют подвижные игры, проводимые на местности в летних и зимних условиях: в пионерских лагерях, на базах отдыха, в походах и экскурсиях. Игры на местности способствуют образованию навыков, необходимых туристу, разведчику, следопыту.

В институтах физической культуры и педагогических учебных заведениях спортивные и подвижные игры представляют специальный учебный предмет, включающий: историю, теорию, методику преподавания, практическое освоение техники и тактики отдельных игр, воспитание педагогических навыков. Каждая спортивная игра имеет свои характерные особенности. Вместе с тем у различных спортивных и подвижных игр имеются исходные признаки позволяющие разделить их на определенные группы: командные и некомандные, с непосредственным соприкосновением с противником и без соприкосновения, с дополнительным снарядами (клюшка, ракета, бита) и без него.

При определении влияния спортивных и подвижных игр на организм занимающихся, а так же их значения в системе физического воспитания необходимо исходить из общей характеристики игровых действий. В спортивных играх применяются разнообразные движения и действия: ходьба, бег, прыжки, внезапные остановки, повороты, различные метания и удары по мячу (шайбе). Играющие, целесообразно применяя игровые приемы, стремятся совместно со своими партнерами добиться преимущества над противником, который оказывает активное сопротивление. Подвижные игры являются одним из эффективных средств, помогающих снять нервное напряжение и вызывать положительные эмоции. С этой целью подвижные игры применяются не только в занятиях с начинающими спортсменами, но и квалифицированными спортсменами.

Основными задачами физического воспитания в школе являются укрепление здоровья, содействие правильному развитию, обучение учащихся жизненно необходимым двигательным навыкам, воспитание физических и моральных качеств. Решению этих задач активно содействует игра, выступая как средство и метод физического воспитания. Она является спутником детства, где человек открывает для себя вечно обновляющийся мир. Понять природу игры – значит, познать природу детства. Младший и средний школьный возраст – наиболее благоприятное время для включения подвижных игр в процесс воспитания.

Играя, дети и подростки развиваются физически и умственно, закаляются в волевом отношении, лучше узнают друг друга. Этому способствуют те черты игровой деятельности, которые сближают её с трудом. Ведь в игре, как и в труде, имеется цель, которую желательно достигнуть. Игра, как и работа, которая по душе, связана с чувством удовлетворения. И если труд имеет свои закономерности, то игра связана с применением правил, без которых она неосуществима.

Великий русский педагог К.Д.Ушинский, говоря об игре, отмечал, что в ней формируются все стороны души человеческой: его ум, сердце, воля. В игре не только выражаются наклонности ребёнка и сила его души, но сама игра имеет большое влияние на развитие детских способностей и наклонностей, а следовательно, и на будущую судьбу. Именно это и следует иметь в виду учителю физкультуры, использующему игру в своей работе.

В подвижных играх, в отличие от других средств, ярко выражена роль движений. Именно поэтому они широко используются как средство физического воспитания. Содержание такой игры составляет сюжет (тема, идея) и двигательная деятельность, ограниченная правилами. Один лишь перечень игр, включённых, в школьную программу, говорит о разнообразии сюжетов и соответствующих двигательных действий, что привлекает детей как участников, а руководителям даёт возможность выбора в управлении развитием нужных качеств и навыков. Организация действий участников в подвижных играх представляет им творческую инициативу в выборе способов достижения цели.

Игра привлекает детей ещё и потому, что как объект информации она не представляет для них неопределённости. Процесс игры связан с приятными для детей физическими и двигательными действиями, в игре всегда заложен элемент нового, непознанного. Ведь одна и та же игра, даже периодически повторяема, не похожа на предыдущие варианты, действия участников не идентичны. Она всегда проходит по-новому и таит в себе много неожиданностей. Таким образом, уже одно предвкушение предстоящей игры часто вызывает у детей положительные эмоции, приятное волнение, причём это проявляется перед началом игры безотносительно к предлагаемым результатам: закончится участие в игре победой или поражением.

Вот почему, говоря о применении игр в школе, важно иметь в виду, с одной стороны, тягу детей к игре, большие возможности, представляемые школьникам программой, а с другой стороны, требования к уровню педагогического руководства, плановость и систематичность применения игры в школьном коллективе, что и предопределяет ожидаемый педагогический эффект.

## Заключение

Период школьников совпадает с формированием духовных и физических качеств человека, с подготовкой к выполнению социальных функций в условиях демократического общества. Физическая культура – неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса и не может быть рассмотрено как второстепенный его компонент. Проблема нормирования двигательной активности учащихся имеет важное гигиеническое значение, т.к. в последнее время отмечается прогрессирующая гиподинамия у молодежи, что обусловлено большим объемом учебных занятий не только в аудиториях, но и дома.

Большое влияние подвижные игры оказывают на нервно-психическое развитие ребёнка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др. Совместны действия в играх сближают детей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

Перед тем как выбрать определенную игру, следует поставить конкретную педагогическую задачу, решению которой она оказывает содействие, учитывая состав участников, их вековые особенности, развитие и физическую подготовленность.

При отборе игры надо учитывать форму проведения занятий (урок, перерыв, праздник, тренировка), а также, что очень важно, придерживаться известного в педагогике правила постепенного перехода от легкого к сложным. Для этого, чтобы определить степень сложности той или другой игры, учитывается количество элементов, которые входят в ее состав (бег, прыжки, метание и т.п.). Перед объяснением учеников следует разместить в исходное положение, из которого они будут начинать игру. Объясняя, учитель сообщает название игры, ее цель и ход, рассказывает о роли каждого игрока, его место. Существует несколько способов определения ведущего, а применяют их в зависимости от условий занятий, характера игры и количества игроков. Учитель может назначить ведущим одного из игроков на свое усмотрение, коротко обосновав свой выбор. Ведущего также могут избрать самые игроки. Однако для этого необходимо, чтобы они доброе знали друг друга, иначе их выбор не всегда будет удачной.

Можно назначить ведущего по результатам предшествующих игр. Этот выбор стимулирует учеников добиваться лучших результатов. Часто применяют жеребьевку в виде счета. В командных играх и эстафетах соревнуются между собою две и больше команды, Помощники и судьи назначаются из учеников, уволенных за состоянием здоровья от выполнения физических упражнений средней и большой интенсивности, для которых физическая нагрузка чьей игры противопоказанное. Если таких учеников нет, то помощников и судий назначают из числа игроков.

Важно своевременно исправлять ошибки. Лучшее это делать во время специального перерыва, а (игроку в настоящее время оставаться на своих местах).

Ответственным моментом в руководстве подвижными играми есть дозирование физической нагрузки, определение которого есть более сложным, чем в физических упражнениях, не связанных с игровыми действиями. Окончание игры может быть своевременной (если игроки получили достаточное физическое и эмоциональное нагрузки). Преждевременное или внезапное окончание игры вызовет неудовольствие учеников. После окончания игры необходимо подбить итоги.

Проблема нормирования двигательной активности учащихся имеет важное гигиеническое значение, т.к. в последнее время отмечается прогрессирующая гиподинамия у молодежи, что обусловлено большим объемом учебных занятий не только в аудиториях, но и дома.

В результате среди школьников и студентов велик процент с неудовлетворительным состоянием здоровья, избыточной массой тела, предрасположенности к частым заболеваниям.

Для сохранения здоровья и высокого уровня физических качеств школьникам необходим двигательный режим в который должны входить не только физические упражнения и специальная гигиена и диета, но и развивающие ловкость подвижные игры.

Большое влияние подвижные игры оказывают также и на нервно-психическое развитие ребёнка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др. Совместны действия в играх сближают детей, доставляют им

радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

Подвижные игры, прежде всего средство физической культуры детей. Они дают возможность развивать и совершенствовать их движения, упражняется в беге, прыжках, лазанье, бросанье, ловле и т.д. Разнообразные движения требуют активной деятельности крупных и мелких мышц, способствуют лучшему обмену веществ, кровообращению, дыханию, т.е. повышению жизнедеятельности организма.

## **Список литературы**

1.Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учебное пособие. - М.: изд-во РУДН, 2007 - 22 с.

Багиев Г.Л. Подвижные игры. СПб., -2008 - 204 с.

2.Богданова Л.В. Подвижные игры - Учебник для институтов физической культуры. 4-е переработанное и дополненное издания. Г. «Физкультура и спорт» 2008 - 40 с.

3.Данилевский Ю.А. Методика и практика проведения игр, которые оказывают содействие развитию физических качеств. Волгоград., 2007 - 11 с.

4.Крюкова В.С. Книга учителя физической культуры. М -2008 - 97 с.

5.Лаптев А.П. Теория и методика физической культуры. - М.: ФИС, 2007 - 24 с.

6.Луговая В.А. Народные подвижные игры, развлечения и забавы: методология, теория и практика. СПб., 2009 - 105 с.

7.Люкшинов Н.М. Спортивные и подвижные игры. 2007 - 128 с.

8.Матвеев. Теория и методика физической культуры. - М., 2009 - 40 с.

9.Ованесян А.А. Педагогические основы физической культуры. - М., 2008 - 369 с.

10.Приступов О. Л. Внедрение физической культуры в учебно-воспитательном процессе. М., 2010 - 102 с

11.Сторона О. Л. Физическая культура в физическая культура детей. М., 2008 - 357 с.

12. Физическая культура студента. Учебник для студентов вузов./ Под общей ред. В.И. Ильинича. - М.: Гардарики, 2004 - 69 с.

13. Физическая культура: Учебное пособие/ Под ред. В.А. Коваленко. - М.: изд-во АСВ, 2007 - 298 с.